

40^{ème} Descente de la Lesse

Dimanche
Zondag
30/08/2020

12

TOP Lesse - Lesse Douce - Rando Lesse - Mini Lesse

11h00

20,750 Km

Dinant

GPS : Boulevard des Souverains, 6 - Dinant

Course nature internationale dans les vallées de la Lesse et de la Meuse

Internationale natuurwedloop in de valleien van de Lesse en van de Maas



TOP Lesse 20,7 km - Lesse Douce 12 km Rando Lesse 9/12 km Mini Lesse

« La plus fameuse des courses belges » (JC Moulin Lozère) - « La plus belle des Descentes » (Jogging International)

Uniquement sur préinscription. Limites TOP Lesse 1000 dossards - Lesse Douce 500 dossards

Frais d'inscription 17 € TOP Lesse, 15 € Lesse Douce et 5 € pour la Rando Lesse – Paiement «on line» par carte bancaire
Inclus : café/biscuits du matin – consignes – dossard – épingles – transport aux départs – souvenir 2020 – contribution à la gestion des déchets – kinés – 6 ravitos – animations – secours sur le parcours et à l'arrivée – vêtements ramenés à l'arrivée – douches chaudes – table de prix 10.000 €

Ouverture des inscriptions le 1er février - en ligne avant le 28 août à minuit, via www.archathlie.eu/lesse ou www.chronorace.be.

Retrait des dossards - Bd des Souverains n°6 Dinant, 29/08/19 - 16h00-18h00 ou 30/08/19 - 7h30-10h00 Accès via : E411 Bxl-Lux : sortie n°20 Bd des Souverains nr. 6 Dinant.

QG de la course, salle "La Balnéaire" sous le Casino en bord de Meuse .

	Horaires des navettes	Départs des courses	Arrivées
Top Lesse - 20,750 Km (min. 18 ans)	entre 9h00 et 10h00	11h00 – Houyet rue St Roch Barrière horaire 1h15 au 9^{ème} km (Gendron-gare) – retour par bus	Bd des Souverains nr. 6 Dinant
Lesse douce - 12 Km (min. 14 ans)	entre 09h00 et 09h45	10h30 – Gendron Gare	Bd des Souverains nr. 6 Dinant
Randos Lesse guidées Houyet - Gendron Gendron - Dinant	à 9h00	9h30 – Gendron Gare et Houyet	Bd des Souverains nr. 6 Dinant
Mini-Lesse gratuite (benjamins nés en 2011-2012 et pupilles 2009-2010)	Sur place Bd des Souverains 6 Dinant	13h30 – départ accompagné par des moniteurs	Bd des Souverains nr. 6 Dinant

Ravitaillements, sécurité, secours - Aux km « reste » 17, 12, 9, 6, 3 et arrivée. Secouristes, kinés, police et médecins sur le parcours et à l'arrivée. VTT d'ouverture et de fermeture de course.

Prix (nature et espèces) pour les podiums de catégorie sur la Top Lesse et les vainqueurs de catégorie de la Lesse Douce 12 à 14h30. Les prix podium seront remis uniquement aux coureurs présents.

Tirage au sort GEANT parmi tous les participants présents dont un voyage offert par



Hébergement - Maison du Tourisme Dinant : +32 82 228200 - For English version, see INFOS www.archathlie.eu/lesse

« De meest beroemde Belgische wedloop » (JC Moulin Lozère) - « De mooiste Afdaling » (Jogging International)

Aleen op voorinschrijving. Beperkt tot 1000 borstnummers voor de TOP Lesse - 500 borstnummers voor de Lesse Douce

Inschrijvingskosten 17 € TOP Lesse, 15 € Lesse Douce en 5 € voor de wandeling – Betaling « on line » met bankkaart

Inbegrepen : koffie/koekjes in de morgen - klerendepot - borstnummer - spelden – vervoer naar de start – 2020 souveniertje - Bijdrage to de aanpak van afval - fysiotherapeuten - 6 bevoorradingsposten- animatie – medische hulp langs het parcours en aan de aankomst – kleren teruggebracht naar de start – warme douches - prijzen ter waarde van 10.000 €

Opening van de inschrijvingen 1 februari – on line voor 28 augustus middernacht, via www.archathlie.eu of via www.chronorace.be.

Afhaling van de borstnummers - Bd des Souverains n°6 Dinant, 29/08/19 – 16.00-18.00 of 30/08/19 – 7.30-10.00

Toegang via : E411 Bxl-Lux : exit n°20 Bd des Souverains nr. 6 Dinant.

HQ van de wedloop, "La Balnéaire" zaal onder de Casino langs de Maas .

	Start van de bussen	Start van de wedlopen	Aankomst
Top Lesse - 20,750 Km (min. 18 jaar)	Tussen 09.00 en 10.00	11.00 – Houyet rue St Roch Maximum tijd – 1 uur 15 9^{ème}km (Gendron-station) – terugkeer met de bus	Bd des Souverains nr. 6 Dinant
Lesse douce - 12 Km (min. 14 jaar)	Tussen 09.00 en 09.45	10.30 – Gendron Station	Bd des Souverains nr. 6 Dinant
Randos Lesse - begeleide wandelingen Houyet - Gendron Gendron - Dinant	Om 9.00	9.30 – Gendron Station en Houyet	Bd des Souverains nr. 6 Dinant
Mini-Lesse - gratis (de jongsten geboren in 2011-2012 en een andere groep geboren in 2009-2010)	Ter plaatse Bd des Souverains 6 Dinant	13.30 – start begeleid door monitoren	Bd des Souverains nr. 6 Dinant

Bevoorrading, veiligheid, hulpverlening - 17, 12, 9, 6, 3 km van Dinant en aan de aankomst. Hulpverleners, fysiotherapeuten, politie en artsen langs het parcours en aan de aankomst. Mountain bikers wijzen de weg en sluiten de race af

Prijzen (in natuur en in cash) voor de eerste drie van de verschillende categorieën voor de Top Lesse en de winnaars van de categorieën van de Lesse Douce 12 ; prijsuitreiking om 14.30. De prijzen worden alleen uitgereikt aan de aanwezige lopers.

Loting onder alle aanwezige deelnemers, onder andere een reis aangeboden door



Accommodatie - Maison du Tourisme Dinant : +32 82 228200 – Voor informatie in het Engels zie INFORMATIE op www.archathlie.eu/lesse

