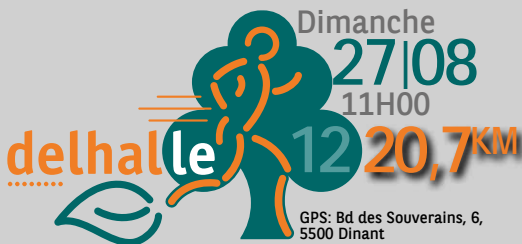


# Dinant

## La Descente de la Lesse



### 42<sup>e</sup> Edition

**Organisation:** asbl Arch Athlétisme  
**Course nature internationale dans les vallées de la Lesse et de la Meuse**  
Top'Lesse: 20,7 km - Lesse Douce: 12 km  
- Rando Lesse - Mini Lesse pour jeunes.  
**Uniquement sur préinscription.**  
**Pas d'inscription sur place!**  
**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 - transport aux départs - contribution à la gestion des déchets - kinés - ravitos - animations - secours sur le parcours et à l'arrivée - vêtements ramenés à l'arrivée - douches chaudes - table de prix

**Non inclus:** Tee-shirt 2023: 13€ avec l'inscription à la place de 15€, Pasta-Party du samedi soir et Repas de clôture (réservations obligatoires).  
**Ouverture des inscriptions le 01/02/2023 - en ligne avant le 25/08/2022 (23h59),**  
via [www.archathle.eu/lesse](http://www.archathle.eu/lesse) ou [www.chronorace.be](http://www.chronorace.be).

**Retrait des dossards:** Bd des Souverains, 6 Dinant. QG de la course, salle «La Balnéaire» sous le Casino en bord de Meuse, 26/08/23 - 15h00 - 17h00 ou 27/08/23 - 7h30 - 10h00  
**Accès via:** E411 Bxl-Lux: sortie n°20

**Départs:** Top Lesse - 20,750 Km (min. 18 ans) - 11h00 - Houyet, rue St Roch.  
Lesse douce - 12 Km (min. 14 ans) - 10h30 - Gendron Gare.

**Arrivées:** Bd. des Souverains, 6 Dinant  
**Rando Lesse** guidée au départ de Gendron  
**Mini-Lesse** gratuite (benjamins nés en 2014-2015 et pupilles 2012-2013) 13h30 - départ accompagné par des moniteurs

**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 à 14h30. Les prix podium seront remis uniquement aux coureurs présents.

**Hébergement** - Maison du Tourisme Explore Meuse: +32 82 22 27 70 - [www.exploremeuse.be](http://www.exploremeuse.be).

**Challenge des Courses de Légende** - 3<sup>e</sup> édition: si vous avez participé à la Top'Lesse 2022 il vous reste à courir La 37<sup>e</sup> Montée du Poupet à Salinles-Bains (Jura - 23/05) et le 50<sup>e</sup> Marvejols-Mende (Lozère - 23/07) pour être récompensé à Mende à l'issue de cette 3<sup>e</sup> épreuve.

**Parcours permanent:** en collaboration avec la ville de Dinant, la commune et l'Office du Tourisme de Houyet, le parcours de la Descente de la Lesse est balisé de façon permanente entre Houyet et Dinant. For English version, see [www.archathle.eu/lesse](http://www.archathle.eu/lesse)

### 42<sup>e</sup> Editie

**Organisation:** Arch Athlétisme vzw  
**Internationale loopwedstrijd in de valleien van de Lesse en de Maas**  
Top'Lesse: 20,7km - Lesse Douce: 12km - Rando Lesse - Mini Lesse voor jongeren.

**Alleen met voorinschrijving. Geen registratie ter plaatse! Beperkt tot 1000 nummers voor de Top'Lesse, 500 nummers voor de Lesse Douce**  
Inschrijvingskosten: Top'Lesse 17€, Lesse Douce 15€, Rando Lesse 5€  
Betaling on line met betaalkaart of kredietkaart

**Inbegrepen:** koffie/koekjes in de ochtend - klerendepot - borstnummer - vervoer naar de start - bijdrage aan afvalbeheer - fysiotherapeuten - verfrissingsstands - entertainment - hulp op het parcours, tijdens de race, en bij de finish - kleren teruggebracht naar de finish - warme douches - prijzentafel  
**Niet inbegrepen:** 2023 Tee-shirt - 13€ bij inschrijving in plaats van 15€, Pasta-Party op zaterdagavond en zondagavond maaltijd (reserveren verplicht).

**De inschrijving gaat open op 01/02/2023 - online vóór 25/08/2023 (23:59),** via [www.archathle.eu/lesse](http://www.archathle.eu/lesse) of [www.chronorace.be](http://www.chronorace.be).

**Afhaling van de borstnummers** - Bd des Souverains, 6 Dinant. Race HQ, zaal «La Balnéaire» onder het Casino aan de Maas, 26/08/23 - 15.00-17.00 of 27/08/23 - 07.30-10.00

**Toegang via:** E411 Bxl-Lux: uitgang nr. 20

**Vertrek:** Top Lesse - 20,750 Km (min. 18 jaar) - 11.00 - Houyet, rue St Roch.  
Lesse douce - 12 km (min. 14 jaar) - 10.30 - Gendron Gare.

**Aankomst:** Bd. des Souverains, 6 Dinant  
**Begeleide wandeling** vanuit Gendron  
**Gratis mini-Lesse** (voor jongeren geboren in 2014-2015 en kinderen geboren in 2012-2013) - 13.30 uur - vertrek onder begeleiding van instructeurs

**Bevoorrading, veiligheid, hulpverlening** bij km 3, 6, 9, 12, 17 en finish. Eerste hulp, fysiotherapeuten, politie en artsen op het parcours en bij de finish. Opening en sluiting door mountaibiker.

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

**Accommodatie** - Maison du Tourisme Explore Meuse: +32 82 22 27 70 - [www.exploremeuse.be](http://www.exploremeuse.be)

**Courses de Légende Challenge** - 3<sup>e</sup> editie: Indien je aan de Top'Lesse 2022 deelneemt moet je ook de 37<sup>e</sup> Montée du Poupet in Salinles-Bains (Jura - 23/05) en de 50<sup>e</sup> Marvejols-Mende (Lozère - 23/07) lopen om op het einde van dit 3<sup>e</sup> evenement in Mende te worden beloond.

**Permanent parcours:** Dankzij de Dinant en Houyet gemeenten is het parcours van de De Descente de la Lesse nu permanent gemarkeerd tussen Houyet en Dinant.

