



ASNIÈRES-SUR-OISE
entre Nature et Histoire

La Carnelloise 5

Dimanche 15 septembre 2019

Organisé par

La Communauté de Communes Carnelle Pays-de-France

Le footing familial intercommunal « La Carnelloise 5 – Les Sentiers de Toutedeville » se déroulera au départ du Parc de Toutedeville d'Asnières-sur-Oise le dimanche 15 septembre 2019 de 9h30 à 12h.

La Communauté de Communes Carnelle Pays de France,
en partenariat avec le Croix Rouge,
présente

Édition 2019

La Carnelloise 5

Les Sentiers de Toutedeville
Dimanche 15 septembre 2019
Asnières-sur-Oise - Viarmes

*Footing familial gratuit
au départ
du Parc de Toutedeville*

Boucles de 5km, 10km et 15km
(parents & enfants) - Coupes et médailles
à l'arrivée - Pot de famille - Échauffement
Zumba - Vestiaire - Certificat médical
recommandé ou décharge sur place

Informations et pré-inscriptions sur:
www.lacarnelloise.fr

Heures des départs :
9h30 : 5km
10h30 : 15km
11h00 : 10km

Logos: Carnelle, Asnières-sur-Oise, Viarmes, Croix Rouge, Kifsa

Depuis quatre ans, la Communauté de Communes Carnelle Pays-de-France vous propose un rendez-vous à ne pas manquer.

Cette cinquième édition de La Carnelloise réunira une nouvelle fois les joggeurs autour d'une matinée sportive. Les trois parcours emblématiques vous seront de nouveau proposés

pour ravir chacun d'entre vous: 5km, 10km ainsi qu'un parcours de 1,5km pour les parents et enfants voulant relever le défi ensemble. Bien qu'il s'agisse d'un évènement gratuit, non chronométré et sans classement, un tee-shirt sera remis à tous les participants ainsi qu'une coupe aux trois premiers de chaque catégorie.

Cette année encore, un échauffement collectif sera proposé par un professeur de Zumba certifié avant chaque début de course et un pot de l'amitié viendra clôturer ce rendez-vous.

Pour pouvoir participer à la course, il est demandé d'apporter un certificat médical de moins d'un an ou de signer une décharge le jour de la course pour plus de sécurité.

Programme :

Merci de vous présenter au minimum 30 minutes avant les départs

9h30 : Départ du 5km

10h30 : Départ du 1,5km parents / enfants

11h00 : Départ du 10km

Adresse

Parc de Toutedville
Rue des Gourdeaux, 95270, Asnières-sur-Oise
Asnières-sur-Oise 95270

Document(s)

[Affiche - La Carnelloise 5 - Les Sentiers de Toutedville](#)

Liens utiles

www.lacarnelloise.fr

[Facebook de la Carnelloise](#)

[Instagram de la Carnelloise](#)

Contact

contact@lacarnelloise.fr