

Calendrier Sri Chinmoy Marathon Team Courses Self-Transcendence 2014

COURSES DE 2 MILES: LES DIMANCHES À 10H

26 janvier	27 avril	6 juillet	5 octobre
23 février	25 mai	3 août	9 novembre
30 mars	1 juin	28 septembre	7 décembre

50-100km
15 Juin

Marathon Self-Transcendence
9 Mars 2014 Depart: 9H00

*NOUS ORGANISONS DES COURSES À PARIS DEPUIS 1981
ET DANS LE MONDE ENTIER DEPUIS 1977*

Le Sri Chinmoy Marathon Team organise plusieurs 24h, 48h, 72h en Europe. Les plus longues courses à pied du monde ont lieu à New York, avec un 6 et 10 jours en avril et un 3100 Miles (4987 km) de mi-juin à début août. Depuis 2002, un marathon est organisé chaque année autour du très beau lac de Rockland, dans la banlieue de New-York.

Cette année 2014, nous organisons 15 courses à Paris. Parmi elles, ces 50 Km et 100 Km qui ont lieu le 15 Juin. Ce sera la 25ème édition du 100 KM. Le meilleur temps (SCMT) a été réalisé par Denis Gack, en 7h13'20" et pour les femmes, par Huguette Jouault en 8h15'.

Les 2 Miles «Self-Transcendence» (3,218 Km) sont organisés dans de nombreux pays par le SCMT. Le meilleur temps, 8'25", a été réalisé en Russie par Andrey Lofinov en 1997. A Paris, ces courses ont lieu depuis 1985. Le meilleur temps enregistré est de 9'42" et a été réalisé en février 2008 par Laid Besson.

Cette course de 2 Miles est facile d'accès et invite tous les coureurs, quel que soit leur niveau, à une large participation. Nous avons programmé 12 courses de 2 Miles en 2014.

Pour tous renseignements complémentaires et inscriptions, n'hésitez pas à nous appeler ou à venir à l'une de nos courses.

L'Equipe du SCMT

Self-Transcendence



Courir 3218 Mètres (2 Miles)

**Paris, Bois de Vincennes
Dimanche à 10h**

**Depuis 1981, le SCMT organise
des courses à Paris et en France**

Courses de 2 Miles: les Dimanches à 10h

26 janvier	27 avril	6 juillet	5 octobre
23 février	25 mai	3 août	9 novembre
30 mars	1 juin	28 septembre	7 décembre

- **Vous êtes joggeur**
- **Vous courez les 10 km, 20 km ou marathons**
- **Vous aimez courir et vous dépasser**
- **Vous voulez entretenir votre forme**
- **Vous voulez estimer votre niveau actuel et travailler votre vitesse**
- **Vous voulez mesurer régulièrement votre temps sur distance et évaluer votre progression**



Informations Pratiques

DÉPART	2 Miles: dimanche à 10h du matin
LIEU	Bois de Vincennes, au coin de l'Avenue de Nogent et de la Route du Grand Marechal
ACCES	Métro: Château de Vincennes, sortie en tête à 400m par l'Avenue de Nogent
INSCRIPTIONS	Sur Place, 3 € (à l'avance 2 €) Pour l'année 20 € au lieu de 24 €
DOSSARDS	Sur place: de 9h30 à 9h50
PARCOURS	Plat, varié, 70% bitumé, 30% terre battue stabilisée Agréable et en sous-bois
DISTANCE à PARCOURIR	Distance: 3218m sur 2 boucles de 1599m + 20m
COMPTAGE	Assuré chateureusement pour chaque coureur. Temps à chaque tour et annoncé par le compteur. Encouragement à chaque tour.
RÉCOMPENSES	Au 1er de chaque catégorie, diplôme pour tous
MEILLEUR TEMPS RÉALISÉ	9'42" – Laid Besson, le février 2008
RECORD	8'25" – Andrey Loginov (russie)

“La détermination que vous aurez mise dans cet effort héroïque continuera à traverser votre esprit et votre cœur, longtemps après que votre succès et votre échec auront été oubliés.” – Sri Chinmoy



BULLETIN D'INSCRIPTION **2 MILES** **DATE:** / /

NOM _____ Prénom _____

Sexe _____

Date de naissance _____ Nationalité _____

Adresse complète _____

Telephone _____

Club _____

Certificat médical ou numéro de licence obligatoire

fait à _____ le _____

signature

SRI CHINMOY MARATHON TEAM
Appt 48, 17 square des Cardeurs - 75020 Paris
tel & fax: 01 43 71 15 19
portable: 06 30 19 16 39 ou 06 84 37 66 90
site: www.srichinmoyraces.org/fr