

On se régale...

A partir de 18h00, les **Jeunes Agriculteurs de la Corrèze** vous proposeront une «formule gourmande» composée d'un hamburger 100% corrézien, de frites, d'un morceau de fromage et d'une part de tarte aux pommes au tarif de 12 €.

Attention, le nombre de repas étant limité, nous vous conseillons de réserver à l'avance sur le site : www.jorganize.fr.

Une buvette sera ouverte de 14h à 23h.



On "Fête la Musique" !!

NOUVEAU
2019

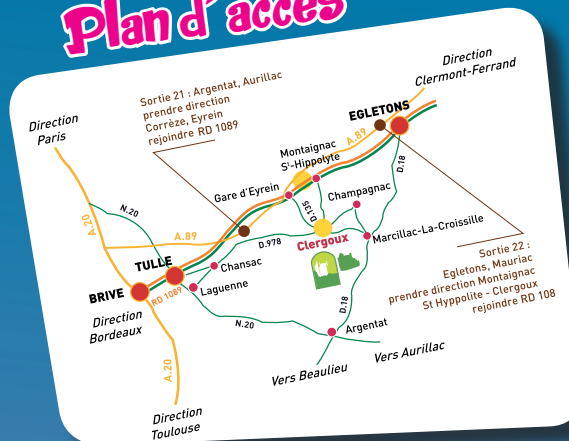


Pour clôturer cette journée festive en beauté, un **apéro-concert, gratuit**, sera proposé à 20h30, dans la cour du château, où vous pourrez aller et venir à votre convenance et pourquoi pas, danser au son de la musique irlandaise (chants, slowairs, jigs irlandais, valse et autres polkas irlandaises) proposée par le groupe briviste **IRISH POITIN** !

Depuis 4 ans, avec l'organisation des **«Foulées Gourmandes de Sédières»**, le **Conseil départemental de la Corrèze** vous offre la possibilité de passer une journée en famille, dans un cadre exceptionnel : un domaine de 130 hectares, véritable écrin de nature où siège un château du 15ème siècle, classé aux Monuments Historiques !

Courses nature, randonnées pédestre et VTT, animations enfants, exposition, restauration et nouveauté cette année, un apéro concert : tous les ingrédients sont réunis pour que du plus petit au plus grand, chacun y trouve une activité adaptée à ses goûts et à son âge !

Plan d'accès



RENSEIGNEMENTS

(et règlement complet) :

Cellule des Sports du Conseil Départemental
05.55.93.77.48 sports@correze.fr

www.correze.fr

(rubrique: «Nos Missions» -

«Culture-Patrimoine-Sports» - «Le château de Sédières»)

f Sports Département Corrèze

(onglet «Evenements» - «Les Foulées Gourmandes de Sédières»)



Le **Conseil départemental** de la **Corrèze** vous présente

Les Foulées Gourmandes de Sédières (Clergoux)

Samedi 22 Juin 2019

IL Y EN AURA POUR TOUS LES GOÛTS !



On court...

3 parcours vous seront proposés par **Rosiers Course Nature** à travers le Domaine de Sédières, à la découverte de sa forêt et de ses multiples étangs avec une arrivée dans la cour du château :

- **«En P'tites Foulées»** : 5 km à partir de cadets (année de naissance 2003 et avant),
- **la «Course du Château»** : 11 km à partir de cadets (année de naissance : 2003 et avant),
- **le «Trail des Étangs»** : 22 km à partir de juniors (course bonus du Challenge «Corrèze Destination Trails» 2019).

Des ravitaillements seront proposés sur les parcours ainsi qu'à l'arrivée.

Récompenses :

- **Un lot gourmand** sera offert **aux 250 premiers coureurs inscrits**.
- **Un panier garni** sera offert aux 3 premiers du classement scratch de chacune des 3 courses, hommes et femmes (de valeurs différentes en fonction de la place).

Départ des 3 courses à 18 heures.

Tarifs et inscriptions :

- **«En P'tites Foulées»** (5 km) : 8 € (+2 € sur place)
- **«Course du Château»** (11 km) : 10 € (+2 € sur place)
- **«Trail des Étangs»** (22 km) : 12 € (+2 € sur place)



Inscription à l'avance

sur www.jorganize.fr (jusqu'au 21/06 à 20h ou sur place jusqu'à 17h30 (avec majoration de 2 €).



Pour protéger l'environnement, les parcours de course seront entièrement balisés à l'aide de fanions réutilisables.

Assurance :

Les organisateurs ont souscrit une assurance responsabilité civile. Les licenciés bénéficient des garanties liées à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement.

On randonne...

2 randonnées seront organisées par **Tulle Sentiers** :

- **la «P'tite Rando»** de 10 km,
- **la «Grand Rando»** de 16 km.

Départ devant le château à 14h30.

Ravitaillement sur le parcours. Gobelet réutilisable conseillé.
Les mineurs devront obligatoirement être accompagnés d'un de leurs parents.

Inscription uniquement sur place jusqu'à 14h00 (afin de gagner du temps, le bulletin d'inscription est téléchargeable sur notre page facebook ou notre site internet), **au tarif unique de 3€** (gratuit pour les moins de 15 ans).

On pédale...



3 parcours VTT, à enchaîner ou pas, au choix selon vos capacités, seront proposés par le **VTT Club du Doustre** :

- le parcours **«Facile»** de 11 ou 15 km (au choix),
- le parcours **«Moyen»** de 25 km,
- le parcours **«Technique»** de 40 ou 45 km (au choix).

Départ de la randonnée VTT à 15 heures, devant la base vélo loisirs.

Ravitaillement sur le parcours.

Tarifs et inscriptions :

- **licencié FFCT** : 8 € (+2 € sur place)
- **licencié FFCT de moins de 16 ans** : gratuit
- **non licencié FFCT** : 10 € (+2 € sur place)
- **non licencié FFCT de moins de 16 ans** : 6 € (+2 € sur place)

**Les mineurs devront obligatoirement être accompagnés d'un de leurs parents ou d'un licencié FFCT.*

Inscription à l'avance sur www.jorganize.fr ou **sur place** jusqu'à 14h30 (avec majoration de 2 €).

Renseignements concernant les randonnées VTT :

Jean-Marc SIRAC : 06.29.65.49.25
ffct.correze@free.fr

Pour tous : des vestiaires-douches seront à votre disposition au stade de football de Clergoux (à 1,5 km du château).

On s'amuse en famille...

Vous n'êtes pas «fan» de sport mais vous souhaitez profiter du Domaine de Sédières et des **activités gratuites** offertes aux petits comme aux grands tant il y en aura pour tous les goûts ? Alors, venez découvrir :

- **Une tyrolienne de 160 mètres de long**, dès 8 ans, de 14 h à 19h, encadrée par Profession Sport Limousin.



- **L'exposition estivale**, présentée dans le château, aux horaires d'ouverture du château.



- **Des parcours de chasse au trésor**, dès 4 ans : rendez-vous à l'accueil du château pour récupérer les guides d'exploration.

- **Une ludothèque de 30 jeux en bois**, de 14 h à 19h.



- **Un parcours de géocaching**, «Terra Aventura», en accès libre.
- **Une initiation au disc golf** par le Disc Golf Briviste, de 14h à 19h.
- **Des animations sportives** menées dans le cadre de la «Journée Olympique» par le Comité Olympique Corrèze, de 14 h à 19 h