

**Être membre de « USOM - Trail Belfort Marathon »
pour pratiquer la course à pied
sur route, en nature ou en montagne**

**Trail, course nature, 10 km, semi-marathon, marathon, ultra trail,
course en étapes,... et même raid multisports**



Pour qui ?

**Pour toute personne
aimant la course à pied,
comme un simple loisir
ou en compétition**

**Niveau requis :
avoir l'habitude de courir 45 mn à 1h**

Course à pied...



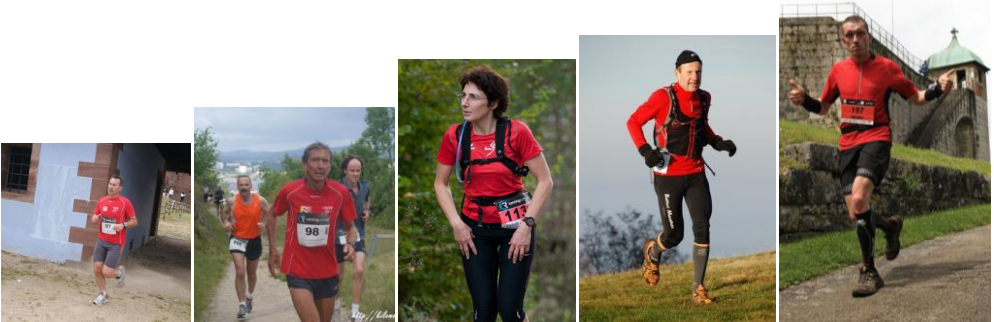
... Mais aussi bonne humeur



Origines du club

Trail Belfort Marathon correspond à la section course à pied des Sports Municipaux de la Ville de Belfort. Elle a vu le jour en 1980, avec 3 autres sections (muscultation, volley et fitness).

Au départ, la section s'appelait « Belfort Marathon » ; l'activité de course à pied se pratiquait principalement sur route. Mais depuis quelques années, avec le développement du trail, les membres se sont davantage orientés vers la course nature. **Aujourd'hui, la section couvre tous les types de terrains.**



Avantages d'une appartenance club

- ✓ **Partager une même passion, celle de la course à pied !**
- ✓ Se retrouver, régulièrement, pour des entraînements collectifs et profiter de la dynamique d'un groupe.
- ✓ Échanger nos points de vue sur nos pratiques respectives.
- ✓ Bénéficier des infrastructures sportives de la Ville de Belfort, mises à notre disposition, 3 fois par semaine, durant toute l'année.
- ✓ Représenter le club sur des courses, en France et à l'étranger.
- ✓ Et surtout, **participer à la vie d'une section où toutes les initiatives sont les bienvenues !**

Organisation de nos entraînements

Trail Belfort Marathon dispose des équipements du **Stade Serzian** 3 fois par semaine, les lundis, mercredis et vendredis, de 18h à 20h :

⇒ **Piste d'athlétisme, salle de musculation, vestiaires et douches.**

Grâce à ces équipements, chacun peut construire ses entraînements comme il le souhaite :

⇒ **Séances de VMA, seuil, PPG.**

Mais aucune obligation de courir sur piste...

Nous avons également l'habitude de nous retrouver, principalement le mercredi, pour des sorties en endurance, de 1h à 1h30, comme les Hauts de Belfort, les bois d'Offemont ou d'Eloie, le Salbert.

Et le mardi soir, une sortie est généralement proposée depuis le parking du Centre Benoit Frachon de Cravanche.

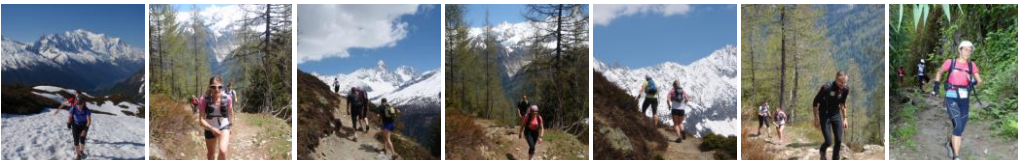
Le dimanche, des sorties collectives sont organisées sur **tous types de parcours : route, nature, plat, vallonné, à fort dénivelé ou en rando course.**

Le samedi, à la belle saison : **sorties vélo.**

En hiver : **ski de fond et rando raquettes.**

Enfin, possibilité d'entraînements dans les **Vosges** ou dans les **Alpes suisses et françaises.**

Trail Belfort Marathon, c'est aussi **la Ronde Du Salbert**, une course nature organisée tous les ans en mars...



Modalités d'inscription

Pour devenir membre de Trail Belfort Marathon, il suffit de remplir une fiche d'inscription, accompagnée d'un certificat médical.

Cotisation annuelle : **65 €** (par chèque). Année scolaire.

Tarif couple : 100 € (pour les 2 personnes).

Pour les employés de la Ville de Belfort et de la CAB (et/ou conjoints), remboursement de 50% de la cotisation sur demande auprès du COS.

Pour les autres salariés, possibilité de prise en charge intégrale ou partielle selon les Comités d'Entreprises (vous adresser directement auprès de votre CE).

Et pour tous, possibilité de prise en charge partielle, par la section, des frais engagés pour participer à des courses.

Pour en savoir plus sur le club :

Consultez le site

« USOM - Trail Belfort Marathon »


<http://www.belfort-marathon.fr/>



Et pour toute information complémentaire :

Contactez Lucia TRIBOULEY

 ltribouley@wanadoo.fr

 06 86 89 26 68

Ou envoyez un mail à l'adresse

« Contact » du club :

belfort.marathon@gmail.com

