



**Dimanche  
1<sup>er</sup> juillet 2012**



**La 1<sup>8</sup>ème édition de  
la Manomaise**

**MANOM salle A. de BERTIER  
inscription de 07h00 à 14h00.**



<http://www.fideliomanom.fr/>

*\* Par tirage au sort à 12h00 parmi les bulletins déposés dans l'urne.*



# *la Manomoise* *Information*

Le dimanche 1<sup>er</sup> juillet, le vélo-club FIDELIO vous propose de découvrir le pays Thionvillois :

- en sillonnant les routes pittoresques et vallonnées de France et du Grand-duché,
- en parcourant les sentiers à travers la campagne et les massifs forestiers.

## *Parcours route*

*28 kms famille*  
*41 kms découverte*  
*50 kms intermédiaire*  
*71 kms initié*  
*94 kms sportif*  
*119 kms expert.*

## *Parcours VTT*

*20 kms famille*  
*34 kms découverte*  
*38 kms initié*  
*49 kms sportif*  
*58 kms expert.*

*Départ et arrivée des parcours - route et VTT*  
*salle A. de BERTIER à Manom.*

*Accueil de 07h00 à 14h00 – Clôture 16h*

*Inscriptions sur place : 4,50 € - membres FFCT 2,50 €*  
*Gratuit pour les moins de 18 ans.*

*Récompenses et verre de l'amitié vers 12H30*  
*Boisson - petite restauration - douche - lavage des vélos*

***1 VTT à gagner ! \****



# *la Manomoise* *Nouveauté*

**La Manomoise est une manifestation sportive, éco-responsable respectant les objectifs de l'agenda 21 lié au développement durable.**

- *Respect de la forêt et de son écosystème,*
- *sensibilisation et action de l'école-VTT,*
- *protection des sites verts ,*
- *préservation des sentiers,*
- *balisage biodégradable,*
- *ravitaillement éco-responsable,*
- *tri sélectif...*

*Contact : Jean-Luc GONZALEZ*

*09-81-22-71-16*

*<http://www.fideliomanom.fr/>*

*[fidelio.manom@laposte.net](mailto:fidelio.manom@laposte.net)*



*Des  
parcours  
inoubliables...  
Pour un  
développement  
durable !*

*\* Par tirage au sort à 12h00 parmi les bulletins déposés dans l'urne.*

*[www.chateaudelagrance.com](http://www.chateaudelagrance.com)*