

Rien ne sert de courir...



CHAMPIONNAT LIGUE PACA

MD 2016



dans la mauvaise direction !

Consignes de course

Echelle 1/10 000° circuits A , B et C

Echelle 1/5 000° circuits G et Gacc

Equidistance 5 m

Le Gacc est en dehors de la zone du championnat, donc accompagnements au choix des parents

A 4000 m + 190 m

B 3200 m + 170 m

C 3000 m + 140 m

Cbis 2700 m + 80 m

D 2100 m + 100 m

Dbis 1700 m + 90 m

E 2200 m + 100 m

F 1900 m + 90 m

G 2000 m + 55 m

Gacc 1500 m + 20 m

Loisir: circuit non chronométré modulable à la convenance des coureurs

Circuits optionnels :

AB 4000 m violet

BC 3000 m orange violet

DE 2500 m Bleu jaune

Gbis 1500 m + 20 m

Gaccbis 2000 m + 55 m

Rappel : il est formellement interdit d'emprunter le ballast de la voie ferrée car c'est une ligne fréquentée !

Les horaires seront imposés par l'organisation. 1° départ 9h30

Merci de préciser vos impératifs d'horaires sur le site ou par mail

Départ à la pendule donc attention tout retard sera comptabilisé sur le temps de course

Circuits optionnels départ au boîtier. Horaires choisis sur place par le coureur après fin championnat

Départ à 100 m de l'accueil

Balise de départ à la prise de cartes

Bonne course à tous