

**CASCO SISTERON**  
**6 mai 2023**

**CONSIGNES DE COURSE**

Passage à l'accueil pour manifester votre présence et règlement

**Attention, vous êtes en ville et vous n'avez pas priorité**  
**Soyez vigilant à la circulation routière et respectez les autres piétons**

**Le plan d'eau ne sera pas en eau mais il est interdit de le traverser**

Mode SIAC non activé

Prise d'horaire de départ sur place, au départ  
Départ au boîtier

Circuit	distance (vol d'oiseau)	dénivelée	nbe de postes
Court	2,1 km	75 m	16
Moyen	2,8 km	110 m	21
Long, boucle 1	2,8 km	110 m	21
Long, boucle 2	2,1 km	75 m	15

*Le circuit long comporte un changement de carte au poste 21 ; au total, 4,9 km, 185 m de dénivelée et 36 postes*