

Rien ne sert de courir...



CHALLENGE PACA N° 1

22 JANVIER 2023



dans la mauvaise direction !

Consignes de course

Les circuits

Echelle 1/10 000° circuits A , B, C, Cbis, Orange, Jaune

Echelle 1/7500° circuits D, E, Bleu Loisirs Court et Long

Echelle 1/5 000° circuits Vert et Vert acc

Le circuit Vert Acc étant sur la carte de course du Challenge, merci de prendre vos dispositions pour l'accompagnement.

| | | | |
|-------------|---------------|----------|-------------|
| Violet A | 8100m + 295m | Orange | 3770m +120m |
| Violet B | 6840m + 265m | Jaune | 3110m +90m |
| Violet C | 5480m + 195m | Bleu | 2790m +50m |
| Violet Cbis | 5170M + 175m | Vert | 1820m +45m |
| Violet D | 3630m + 130m | Vert Acc | 1820m +45m |
| Violet E | 2920m + 100 m | | |

Loisirs: circuits non chronométrés modulables à la convenance des coureurs Long 5km ou Court 2.8km

Terrain / Carte :

Terrain pouvant alterner des zones coutantes mais également aussi avec quelques zones a végétations denses et pouvant être agressives par endroit.

La carte de Fuveau ayant la particularité d'être proche d'une zone urbaine avec de nombreuses propriétés privées (voir ancienne carte) nous vous remercions de les respecter impérativement (zone vert olive et zones interdites). Une mise à jour partielle a été effectuée ses dernières semaines.

La carte est traversée du Nord au Sud par 2 petites routes goudronnées (trait noir plein) avec une très faible circulation (accès propriétés) néanmoins votre attention est nécessaire pour les traverser. Vous n'êtes pas prioritaires.

La N96 est évidemment interdite de par le règlement et surtout pour sa dangerosité! Il est possible de la suivre à quelques mètres !

Les zones départ, arrivée et aréna/accueil étant très proches les unes des autres, la zone d'échauffement pourra se faire le long de la petite route au départ de l'aréna (petit chemin et zone dégagée).

Celle-ci sera signalée sur place.



Pour rappel le nouveau règlement du challenge PACA Longue distance 2023

Tableau de répartition catégorie - circuit pour les courses du Challenge PACA Longue Distance en 2023

| Circuit | Temps de course indicatif du premier | Hommes | | Dames | |
|-----------------|--------------------------------------|------------|----------------------------|-----------------|------------------------------|
| | | Catég PACA | Points PACA par rapport au | Catég PACA | Points PACA par rapport au |
| Violet A | 70' | H20-21-35 | 1er H20-21-35 | Dame surclassée | 1 ^{er} H du circuit |
| Violet B | 60' | H18 | 1er H18 | Dame surclassée | 1 ^{er} H du circuit |
| | | H40-45 | 1er H40-45 | | |
| Violet C | 55' | H50-55 | 1er H50-55 | D20-21-35 | 1ère D20-21-35 |
| Violet Cbis | 50' | | | D18 | 1ère D18 |
| | | | | D40-45 | 1ère D40-45 |
| Violet D | 45' | H60-65 | 1er H60-65 | D50-55 | 1ère D50-55 |
| Violet E | 40' | H70+ | 1er H70+ | D60-65 | 1ère D60-65 |
| | | | | D70+ | 1ère D70+ |
| Orange | 45' | H16 | 1er H16 | D16 | 1ère D16 |
| Jaune | 35' | H14 | 1er H14 | D14 | 1ère D14 |
| Bleu | 25' | H12 | 1er H12 | D12 | 1ère D12 |
| Vert | 20' | H10 | 1er H10 | D10 | 1ère D10 |
| Vert Accompagné | 20' | | Forfait 10 points | | Forfait 10 points |

Résultats, récompenses pour **toutes** les catégories PACA **D70+** comprises 14h30

Bonne course à tous

L'équipe d'organisation du MARCO