

# Informations et consignes CO Pavoux

Dimanche 15 octobre 2023



Nous sommes accueillis sur le site sensible de Pavoux. Nous demandons à chacun, de bien vouloir respecter l'environnement dans lequel vous allez évoluer ainsi que les autres usagers.

## CONSIGNES DE COURSE :

- l'accès au départ 1 (circuits A B C D et Orange) emprunte une petite route peu fréquentée, restez très prudents néanmoins. Prévoyez 20 min pour faire les 1800m.

- Terrain très varié, alternant zones dégagées courantes, des zones ravinées avec barres rocheuses et des zones de végétation plus ou moins dense. Jambes couvertes conseillées.

- les ravines sont toujours glissantes à Pavoux, chaussures à picots ou bien cramponnées fortement recommandées !

- les circuits A, B et C sont amenés à traverser une zone à l'ouest de la carte ou il y a présence d'anciennes clôtures pas représentées sur la carte (poteaux de clôture toujours debout avec fil de fer enroulé au pied), soyez vigilants !

- une zone interdite avec des ruches est présente au sud de la carte (zone hachurée violette), gardez vos distances !

- Mode SIAC activé.

## Caractéristiques des circuits :

Circuit	Catégories	Couleur	Distance (km)	Dénivelé D+	Nb de postes	Echelle carte	Départ
A	H20-21-35		6,6	350	19	7500	<b>1</b>
B	H18, H40-45		5,3	280	16	7500	<b>1</b>
C	H50-55, D20-21-35		4,8	280	15	7500	<b>1</b>
Cbis	D18, D40-45		3,7	160	14	7500	<b>1</b>
D	H60-65, D50-55		3,8	160	14	7500	<b>1</b>
E	H70+, D60-65, D70+		3,2	170	11	7500	<b>2</b>
ORANGE	H16,D16		4,1	220	13	7500	<b>1</b>
JAUNE	H14, D14		2,6	125	10	7500	<b>2</b>
BLEU	H12, D12		2,7	110	8	<b>5000</b>	<b>2</b>
VERT	H10, D10		2,3	75	10	<b>5000</b>	<b>2</b>
Loisir	Loisirs		3,3	140	16	7500	<b>2</b>

## Accueil:

Il est fortement conseillé de prendre un horaire de départ avant le 14/10/2023 20h sur <http://cab84.free.fr/lubo>, dans le cas contraire il est **obligatoire** de passer à l'accueil pour en obtenir un.

Les Non-Licenciés chronométrés devront également passer à l'accueil pour règlement de leur course et récupération éventuelle de leur puce (contre caution).