



CHALLENGE PACA N°1 CO A VTT

12 MARS 2023

FONTBLANCHE

Rien ne sert de courir...



dans la mauvaise direction !

Consignes de courses

Les circuits

Echelle 1/15 000^{ème} pour les circuits A, B, C et Loisir.

Echelle 1/12 500^{ème} pour le circuit D.

Echelle 1/10 000^{ème} pour le circuit E.

Circuit A : distance OCAD 12,77km (distance réelle par le meilleur itinéraire 19,3km avec 650 de D+)

Circuit B : distance OCAD 11,41km (distance réelle par le meilleur itinéraire 17,3km avec 500 de D+)

Circuit C : distance OCAD 8,97km (distance réelle par le meilleur itinéraire 13km avec 400 de D+)

Circuit D : distance OCAD 7,95km (distance réelle par le meilleur itinéraire 11,3km avec 270 de D+)

Circuit E : distance OCAD 5,81km (distance réelle par le meilleur itinéraire 8km avec 170 de D+)

Circuit Loisir modulable : distance OCAD entre 7,6 et 9,1km (distances réelles par les meilleurs itinéraires entre 10km avec 225 de D+ et 12km avec 325 de D+). *Les consignes pour raccourcir le circuit et s'économiser aussi bien en longueur/dénivelé qu'en difficulté sont clairement indiquées directement sur la carte.*

Catégories

| Circuits | Tps du premier Longue distance | Tps du premier Moyenne distance | Hommes | | Dames | |
|----------|--------------------------------------|---------------------------------------|-------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| | | | Categ.PACA | Points PACA par rapport au | Categ.PACA | Points PACA par rapport au |
| A | 105' | 55' | H21-35 | 1er H du circuit | <i>Dame surclassée</i> | 1er H du circuit |
| B | 90' | 50' | H20, H40-45 | 1er H du circuit | D21-35 | 1ère D du circuit |
| C | 75' | 45' | H17, H50-55 | 1er H du circuit | D20, D40-45 | 1ère D du circuit |
| D | 60' | 30' | H60+, H14 | 1er H du circuit | D17, D14, D50-55, D60+ | 1ère D du circuit |
| E | 40' | 25' | H12- | 1er H du circuit | D12 - | 1ère D du circuit |
| E Acc | | | H12- | Forfait 10 points | D12 - | Forfait 10 points |





Terrain et carte

Terrain pouvant alterner entre de larges pistes et de petits sentiers roulants ou caillouteux. Les pistes sont souvent largement débroussaillées à leur pourtour ce qui permet de couper stratégiquement à certains endroits (voir légende spécifique de la VTT'O ci-dessous).

La carte datant de 2012 a été totalement réactualisée avec l'ajout des couleurs et de petits sentiers qui se sont créés au fil des années. L'équidistance était également à 10m, elle est maintenant à 5m, ce qui permet de mieux lire le dénivelé (les choix de votre course devront bien entendu en tenir compte !).

Même sur les parcours les plus difficiles, les meilleurs vététistes resteront sur leur vélo.

En ce qui concerne les couleurs, rappelons qu'en VTT'O, il existe plusieurs symboles pour définir les zones autorisées hors chemins :

| TESTS DE SYMBOLES DE ZONES OU IL EST AUTORISE DE ROULER | |
|---|----------------------|
|  | Zone courable type 1 |
|  | Zone courable type 2 |
|  | Zone courable type 3 |
|  | Zone courable type 4 |

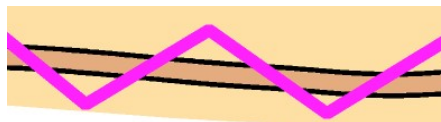


Sur cette carte, **le jaune** (zone courable type 4) a été privilégié pour les pourtours des larges pistes. Selon vos choix et vos envies, **vous pourrez donc couper à travers ce jaune pour rejoindre votre itinéraire !**

L'orange (zone courable type 2) a aussi été utilisé pour délimiter une coupe récente en forêt. Pour les parcours les plus difficiles, il faudra forcément y aller car une balise y a été placée ☺

Les deux autres symboles noirs (zone courable type 1 et 3) n'ont pas été utilisés.

La carte est bordée au Sud par la D3 que vous n'aurez pas le droit d'emprunter ni de traverser (elle est barrée de pourpre comme il se doit pour spécifier que c'est interdit comme ci-dessous).



Les zones départ, arrivée et aréna/accueil étant très proches les unes des autres, la zone d'échauffement ne pourra se faire que le long de cette départementale (cette zone sera clairement délimitée et signalée aux coureurs).

Les parcours ont été tracés pour qu'il y ait de nombreux choix d'itinéraires afin de satisfaire les meilleurs orienteurs mais il faudra aussi par moment avoir de bons « cuissots » pour enchaîner au mieux sur le vélo !

Résultats et récompenses

Les résultats et récompenses de la course se feront à partir de 14h30 (ou légèrement avant si c'est possible).

A noter enfin que **la proclamation des résultats du challenge PACA de CO à VTT 2022** se fera à l'issue de cette première manche !

Bonne course à tous !

L'équipe coorganisatrice du PACARAID et du MARCO.