

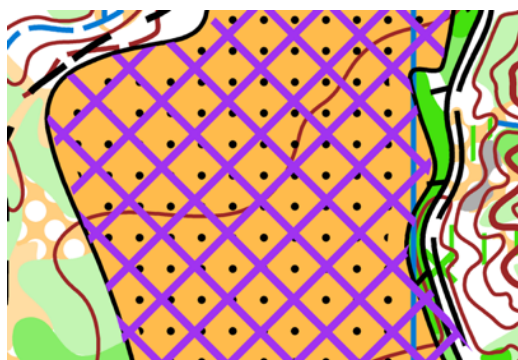
Challenge PACA n°6 ~ LARAGNE

Consignes de course

Le mot du traceur:

- Selon les secteurs, l'évolution de la végétation depuis la réalisation de la carte d'origine (2017) entraîne une sous-représentation de la pénétrabilité ; par conséquent il y a un décalage de 1 niveau dans la représentation la végétation (le blanc est devenu V1, le V1 V2, ...). Exemple : les forêts « blanches » peuvent par endroit comporter un couvert arbustif qui réduit la visibilité ; les forêts « blanches hachurées vertes » sont désormais assez encombrées avec mauvaise pénétrabilité.
- La carte d'origine a été mise à jour en 2026 avec les nouveaux sentiers identifiés, toutefois les sentes d'animaux n'ont pas été systématiquement cartographiés. Elles sont plus ou moins visibles sur le terrain.
- Présence de **nombreuses ravines**, les crampons sont fortement conseillés car **le terrain peut être très glissant**.
- De nombreux champs cultivés sont présents sur la carte, ils sont notés comme zone interdites (hachurage violette). Longer ces champs est également interdit, à moins que le hachurage ne recouvre pas l'intégralité de la zone ouverte (voir exemple ci-après) :

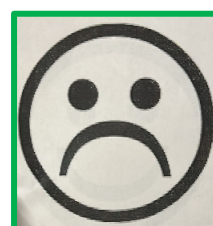
Interdiction de longer ou de traverser



Interdiction de traverser mais possibilité de longer



- **CIRCUIT VERT** Des « (pas) smileys » seront installés sur le **circuit Vert** afin d'aider les plus jeunes à identifier s'ils prennent la mauvaise direction. **Ces smileys ne concernent pas les autres circuits**. Certains itinéraires du **circuit bleu** notamment pourront en particulier les croiser - ils doivent les ignorer.



- Tous circuits, mais précaution particulière sur le **CIRCUIT BLEU** qui croise à plusieurs reprises le circuit vert : présence de nombreuses balises sur le terrain, pensez à bien vérifier les définitions de postes et les numéros.
- Sur les circuits **VERT** et **BLEU** : un itinéraire jalonné sera présent sur le parcours

Horaires de départ:

⚠️ **départ entre 9h00 et 11h00** (afin d'éviter les fortes chaleurs) ⚠️

Prise des horaires de départ jusqu'à jeudi 18 juin 23h59 / sinon le jour J à l'accueil en fonction des horaires vacants.

Parking et accueil:

Trois sites ont été mis à disposition par la collectivité et les industries locales → venir en priorité au P1, si plus de place on vous dirigera vers P2 puis P3.

P1 : [Accès Parking 1 \(google maps\)](#)

P2 : [Accès Parking 2 \(google maps\)](#)

P3 : [Accès Parking 3 \(google maps\)](#)

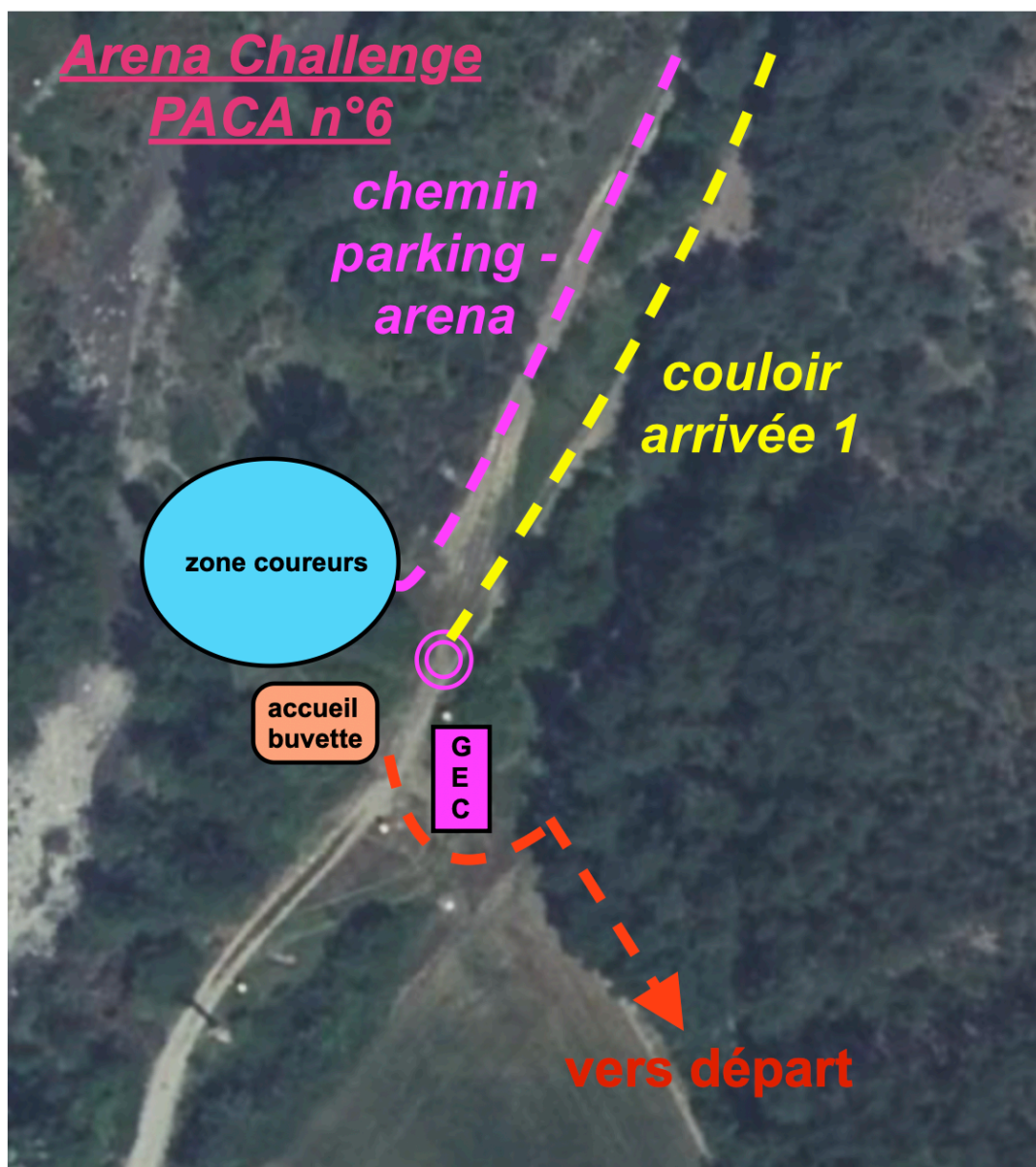
Parking interdit en dehors de ces zones, respect strict demandé. **Pas de camping-car la veille dans ces parkings**, mais camping-car possible le jour de la course. Parking camping-car (nuit samedi): [Lien Googlemap](#)

L'accueil se fera à l'Arena - suivre les rubalises depuis le pont de la D51 direction Upaix : [Lien début jalons](#). Distance début jalons - Arena : 450 mètres (0m D+).

L'arrivée à l'Arena est partagée avec le couloir d'arrivée matérialisé par des plots / rubalise. Merci de bien respecter cette démarcation pour ne pas gêner les coureurs.



Arena:



Avant et après la course:

Départ unique pour tous les circuits : 1000m/0mD+ - sentier et route peu fréquentée.

Le passage à l'accueil est **obligatoire** sauf pour les licenciés PACA ayant déjà pris un horaire.

Arrivée 1 : arrivée à l'Arena (tous les circuits sauf Violet E)

Arrivée 2 : Violet E - 350m de l'Arena (0 D+). Pour rejoindre l'Arena, suivre les jalons existants (communs avec les jalons parking-Arena) pour **se rendre à la GEC** - merci de laisser libre le couloir d'arrivée des autres courses.

Pour tous les coureurs (sauf Violet E), veillez à ne pas accidentellement poinçonner l'arrivée n°2.

Pas d'eau à l'Arena, soyez autonomes.

Une **buvette** sera toutefois proposée à l'Arena : boissons uniquement.

Vigilance !:

- Attention aux potentielles fortes chaleurs à cette saison - veillez aux précautions habituelles : casquette, gourde. Un **point d'eau sera proposé sur la course** : uniquement jerricane (merci de prévoir un contenant).
- **L'Arena est située en bordure d'un cours d'eau, il est peu profond, mais nous vous demandons la plus grande vigilance, notamment vis-à-vis des jeunes enfants qui restent à tout moment sous votre responsabilité.**
- Les chemins peuvent être empruntés par des VTT ou des promeneurs.
- Présence de clôtures qui ne sont pas toutes cartographiées. Pour les circuits A et B : clôture en travers d'un sentier selon l'itinéraire choisi.
- Plusieurs circuits seront amenés à franchir une clôture d'environ 1m de haut délimitant une prairie. Merci d'être vigilant en la franchissant et de nous signaler tout problème.
- **Le terrain est très glissant à certains endroits, prévoyez des chaussures cramponnées ou à picots.**
- Les boitiers seront en mode SIAC (et poinçonnage classique possible).
- Départ (entre la prise de carte et le poste de départ) : merci de bien rester sur le sentier. Il est strictement interdit de couper/marcher dans le champs (pour rappel le passage à la balise de départ est obligatoire) :



Informations parcours

Circuits	Longueur (m)	dénivelé	Echelle	Nombre de postes
A	6300 m	380 m	10000	23
B	5300 m	280 m	10000	18
C	4000 m	210 m	7500	14
Cbis	3200 m	160 m	7500	11
D	3100 m	160 m	7500	12
E	2300 m	100 m	7500	11
Orange	2900 m	160 m	7500	11
Jaune	2300 m	140 m	7500	11
Bleu	2200 m	80 m	5000	10
Vert/Vert Acc	2100 m	80 m	5000	13
Loisir court	3000m	100 m	7500	Évolutif

Contacts

Directeur de course : Théau Le Loch : theauleloch@gmail.com / 07.82.57.26.15

