



Challenge PACA N°1 PEYNIER

Consignes de course

Horaires de départ:

Tous les coureurs sont invités à prendre leur horaire de départ avant le jeudi 5 février 20 h sur le site: <http://cab84.free.fr/ligue/index.html>

Sans horaire pris en ligne, c'est l'accueil qui attribuera un horaire au coureur.

Les coureurs licenciés avec un horaire de départ ne passeront pas par l'accueil.

Parking:

Le grand parking de l'ancien camping sera ouvert aux coureurs sur la base de loisirs. Les camping-cars peuvent y arriver la veille à partir de 17h.

Horaires de course:

Accueil: à partir de 9h

Départs: entre 10h et 12h

Fermeture des circuits: 14h30

Remise des récompenses: 14h00 (un peu avant si c'est possible en raison de l'AG de ligue)

Départ: 100m

Arrivée: sur place

Buvette:

Petite restauration possible avec du sucré, du salé, des boissons chaudes et froides et de bonnes crêpes

Mot du traceur:

Retournement de carte pour les circuits A-B et C : les cartes sont imprimées recto/verso.

A côté du nom du circuit est indiqué (entre parenthèse) l'ordre (1 : recto ; 2 : verso)

Violet A (1)

Recto

Violet A (2)

Verso

Le départ sur le côté verso (2) est indiqué par un triangle, qui correspond au dernier poste côté recto (1). La numérotation des postes est continue du recto au verso.



Ex : Le poste 13 au recto



Devient « Départ » au verso

Végétation basse parfois un peu agressive pour les jambes. Prenez vos précautions!



Micro-sprint:

Un micro-sprint (780m et 12 postes) est à votre disposition en libre service (pas de Gec, juste le plaisir...) Prendre une carte au départ et la reposer à la fin. A faire avant ou après la compétition.

Circuit loisir:

Le circuit loisir est non chronométré, mais il nécessite **une puce** (prêt à l'accueil) pour valider les boitiers sur chaque balise. Il est possible de l'écourter en fonction du temps de chacun.

Circuit vert accompagné:

Le circuit vert accompagné est **hors zone de course**, donc il peut se faire avant ou après la compétition.

Caractéristiques des circuits:

	Distance	Dénivelé	Nbre Postes	Echelle	Recto-Verso
Violet A	7180	295	25	1/7500	oui
Violet B	5950	240	22	1/7500	oui
Violet C	5480	190	21	1/7500	oui
Violet Cbis	4220	150	14	1/7500	non
Violet D	3880	130	13	1/7500	non
Violet E	2880	110	10	1/7500	non
Orange	3980	135	12	1/7500	non
Jaune	3130	90	9	1/7500	non
Bleu	2250	40	9	1/5000	non
Vert	2220	40	12	1/5000	non
Vert Acc	1620	40	12	1/5000	non
Loisir	3320	60	14	1/7500	non

A dimanche et bonnes courses à toutes et tous!