

Régionale Longue Distance

Dimanche 28 avril 2024 à Velars sur Ouche (21)

Consignes de course

Covoiturage conseillé car parking restreint
Présence de tiques, guêtres et jambes couvertes conseillées

Pré départ donné à H-6 pour rejoindre le départ situé à 250 m dénivelé 25 m, sur le chemin montant à la Madone ; appel et prise des définitions

Attention : passage possible de véhicule

Informations de course

Horaires : Accueil à partir de 9h00
Départ à partir de 10h00
Fermeture des circuits : 2h après le dernier départ

Carte : La Madone, circuits :
Noir et Violet long : carte format A3 Echelle 1/10000
Violet moyen et Orange moyen : carte format A4 Echelle 1/10000
Violet court, Orange court, Jaune et Bleu : carte format A4 Echelle 1/7500
Vert et Jalonné : carte format A4 Echelle 1/5000

Caractéristiques des circuits

Noir : 7,450 km dénivelé 400 m 20 postes
Violet long : 6,450 km dénivelé 320 m 19 postes
Violet moyen : 4,800 km dénivelé 215 m 15 postes
Violet court : 3,500 km dénivelé 135 m 12 postes
Orange moyen : 4,050 km dénivelé 175 m 13 postes
Orange court : 2,900 km dénivelé 120 m 12 postes
Jaune : 3,200 km dénivelé 130 m 13 postes
Bleu : 2,120 km dénivelé 90 m 9 postes
Vert : 1,600 km dénivelé 60 m 8 postes
Jalonné : 2,300 km jalons dénivelé 60 m 9 postes

Pour les circuits vert et jalonné : départ libre au boitier

Les participants au circuit jalonné peuvent être accompagnés par des coureurs ayant déjà fait leur parcours

Départ : Accueil-Départ : Proche

Appel à H-6 : Prise des définitions sur tirage papier, également présentes sur la carte

Appel à H-2 : Contrôle heure de départ, pas de boitier SIAC

H-1 : Positionnement devant la corbeille du circuit

H : Départ au bip, prise de carte

Arrivée : la carte est laissée au coureur. Nous comptons sur votre « Fair play » pour ne pas la dévoiler

Pas d'eau à l'arrivée

Arrivée-Accueil : proche

Pas de buvette

En cas d'urgence, numéro de téléphone : secours : 06 25 59 36 88

accueil : 06 10 45 81 43 :

QR code Résultats en direct

