

# INFO'S COURSES du 03 juin 2018

## SPRINT:

- Prise heure de départ à l'Accueil
- Distance Accueil – Départ : 200m
- Définitions imprimées uniquement sur cartes
- Appel coureurs H-3
- Balisage Accueil – Départ : Rubalise CASINO
- **Respect du code de la route (priorité .....**)

CIRCUITS	DISTANCE	NOMBRE BALISES
ORANGE H	3000 m	11
ORANGE D	2500 m	12
JAUNE H	2300 m	10
JAUNE D	1800 m	9
BLEU	1200 m	8

## MOYENNE DISTANCE :

- Prise heure de départ à l'Accueil (Possibilité prendre horaire de départ le matin à l'Accueil )
- Distance Accueil –Départ : 300 m
- Définitions IOF :
  - sont imprimés sur toutes les cartes
  - sont disponibles au DEPART
- Les définitions des circuits jalonné et vert seront disponibles en clair au départ
- Balisage accueil – départ : RUBALISE « CASINO »

- Balisage circuit jalonné : RUBALISE « CRÉDIT MUTUEL »

- La carte est aux normes ISOM 2017

**- INFOS COURSE :**

- Nombreuses coupes de bois, branchage au sol, nouvelles traces débardage

- Suite aux variations météo récentes, nombreux arbres au sol

- Courir jambes couvertes (ronces, branches au sol, **Tiques**)

- Même en cas d'abandon, obligation de passer à l'arrivée et à la GEC

<b>Circuits</b>	<b>DISTANCE</b>	<b>NOMBRE DE BALISES</b>
Noir	5,6 km	18
Violet L	5,0 km	15
Violet M	4,2 km	14
Violet C	2,9 km	11
Orange	3,6 km	11
Jaune	3,3 km	11
Bleu	2,1 km	10
Vert	1,9 km	8
Jalonné	2,3 km	6 (non praticable en poussette)

**- ENVIRONNEMENT :**

**Si vous voyez un faon de chevreuil, **NE LE TOUCHEZ PAS**, sa mère l'abandonnerait**