

CONSIGNES DE COURSE

INFOS DIVERSES / INFORMATIONS

- Accueil, Départ et Arrivée sont situés au même endroit, en haut du chemin des Cézardes – LOVAGNY.
- Même en cas d'abandon, repassez OBLIGATOIREMENT par l'accueil pour éviter toutes recherches inutiles.
- Eau à l'arrivée (jerrican mais sans gobelet).
- Pas de toilettes dans la zone d'accueil. Il y a des toilettes publiques tout en bas du village de Lovagny (parking des Gorges du Fier). Pensez à prendre vos dispositions.
- Un poste de secours est installé au niveau de l'accueil.
- Pas de buvette. Une boulangerie est disponible dans le village.
- **Numéro de téléphone en cas d'urgence : 06 32 55 07 21**



HORAIRES

Accueil : A partir de 10h00

Départ : 11h-14h

Fermeture des circuits : 15h30

PARKING

Le village de Lovagny présente peu de places de parking. Merci de privilégier au maximum le covoiturage. Le fléchage sera en place depuis Poisy jusqu'à un signaleur au niveau de la zone de dépose où vous pourrez déposer personnes et matériel. Le signaleur vous indiquera les emplacements de parking possibles : **Entre 500 et 2000 m de l'accueil** (en montée).



CONSIGNES SANITAIRES

- Suite aux directives de la préfecture, le port du masque sera obligatoire tant que vous n'êtes pas en course.
- Gel hydroalcoolique à votre disposition au niveau du sas départ.
- Respect d'une distance de minimum 2m entre 2 coureurs lors de la course
- Ne pas stationner au poste, se décaler pour lire sa carte si besoin

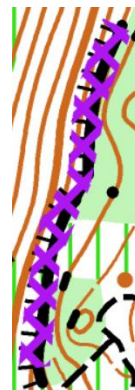
HORAIRES DE DEPART

A choisir avant vendredi 04/09 midi ou sur place parmi les créneaux restants (sauf circuits jalonnée, vert, bleu & loisirs).
Pensez à prendre votre propre stylo.

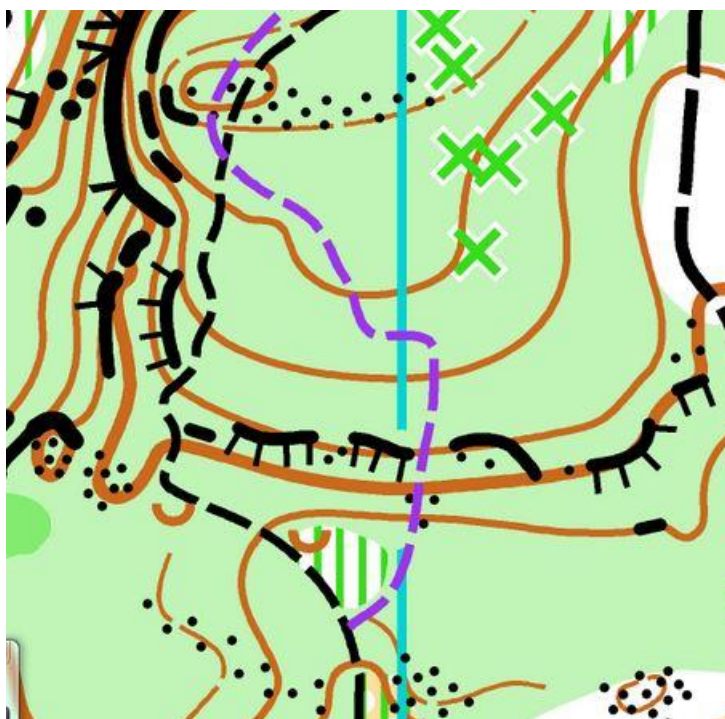
TERRAIN

- La carte comporte peu de zones blanches, avec une majorité de « Vert 1 ». Cette dernière est tout de même généralement assez peu ralentissante et laisse de la visibilité.
- Il y a pas mal de végétation au sol (ronces), elle n'est indiquée que lorsqu'elle ralentit réellement la progression du coureur. Guêtres fortement conseillées.
- Sur le circuit violet long, une falaise infranchissable particulièrement dangereuse est indiquée en zone interdite (image ci-contre). Pour votre sécurité, merci de la respecter.
- Sur le circuit jaune, une clôture en ruine (symbole 517.0) est particulièrement peu visible car à même le sol et intermittente. Il y a néanmoins de la rubalise dessus à certains endroits.
- Légende particulière :

- x cabane
- x souche



- Concerne les circuits Orange, Violet Court et Violet Long : Un chemin de débardage récent n'apparaît pas sur la carte (partie SO de la carte, voir extrait ci-dessous), il est en partie parallèle à un autre chemin et peut perturber fortement l'orienteur. Par conséquent, le poste 121 a été supprimé sur les circuits Orange et Violet Court (à la main sur la carte et les définitions). Le Violet Long traverse uniquement la zone.



CIRCUITS CDL et Loisirs

La prise de carte étant proche du triangle de départ (50 m), il n'apparaît pas sur la carte.

O'Savoyard					
Moyenne Distance 05/09					
	Circuits	Distance (à vol d'oiseau)	Dénivelé (par le meilleur itinéraire)	Nombre de postes	Echelle
chronométré	Violet Long	4,4 km	180 m	21	1/10000
	Violet Court	3,4 km	140 m	17	1/10000
	Orange	3,8 km	120 m	20	1/10000
	Jaune	2,9 km	100 m	14	1/10000
	Bleu	2,1 km	70 m	9	1/10000
	Vert	2,2 km	70 m	10	1/7500
	Jalonné	2,8 km par les jalons 2,2 km en coupant	50 m	8	1/7500
Non chronométré	O'Lac long	3,6 km	125 m	18	1/10000
	O'Lac court	2,8 km	80 m	12	1/7500

Les définitions de poste seront sur la carte et à part au départ (sauf loisirs).

Bonne course à tous