

WE DES GARAGNAS CONSIGNES DE COURSES

(Informations complémentaires aux annonces des courses)

Course Moyenne Distance

- Echelle de la Carte : 1/ 10 000 sauf pour les circuits Jalonné et Vert au 1/ 7 500

- Circuits

Circuit	Distance km	Dénivelé m	Postes
Jalonné	1,990	70	10
Vert	1,900	80	10
Bleu	2,110	90	10
Jaune	2,750	125	12
Orange	3,080	140	14
Violet Court	3,820	120	17
Violet Long	4,880	140	18

- Les définitions sont imprimées sur la carte et disponible sous format papier au départ.
- Procédure de départ :
 - o Entrée dans le box de départ H – 2 min
 - o Poinçonnage du boitier départ au H départ.
- Merci de respecter l'heure de départ attribuée à l'accueil. En cas de retard au départ, vous ne serez pas prioritaire pour prendre votre départ.

Course de Nuit

- Circuits

	Circuits	Distance Km	Dénivelé m	Postes
F	Vert	1,3	40	7
E	Bleu	1,5	60	7
D	Jaune	3,0	110	13
C	Orange	3,9	150	14
B	Violet	5,2	160	16
A	Noir	6,8	280	16

- Echelle de la Carte : 1/ 10 000 sauf pour le circuit Vert au 1/ 7 500
- Les circuits peuvent posséder des combinaisons
- Les définitions sont imprimées uniquement sur la carte
- Les balises sont équipées de réflecteurs

Relais

- Horaires des départs : 9h00 Hommes – 9h05 Dames – 9h10 Jeunes -9h15 Mini Relais
- Départ en masse des équipiers « non partis » : A partir de 12h00

Guêpes : un nid de guêpes est rubalisé près de la balise 216. De manière générale, présence de guêpes en forêt, soyez vigilants.

	Circuits		Distance Km	Dénivelé m	Postes
Mini Relais	Relais 1	Vert	2,1	80	8
	Relais 2	Bleu	2,5	100	11
Jeunes	Relais 1,2	Jaune	2,9	130	13
	Relais 3	Orange	3,5	145	15
Dames	Relais 1,3	Violet	3,9	140	15
	Relais 2		3,3	110	11
Hommes	Relais 1,4	Violet	5,7	240	18
	Relais 2,3		4,4	180	15

Portion Balisée pour le 2^e relayeur du Mini Relais entre le poste 3 et le poste 4.

Remise des prix uniquement pour le championnat de ligue de nuit, à la suite du relais