

Régionale MD -14/03/20

CONSIGNES DE COURSE

Echelle : 1/10000. Format A4

Distance accueil-départ : 600m

Merci de rester sur le bord de la route et de ne pas aller plus loin que la barrière de voie ferrée (présence de trains)

Définitions IOF présentes sur la carte (et en format papier)

Distance prise de carte-triangle de départ : 130m. Longueur couloir d'arrivée : 110m

Conformément au règlement, les codes des postes (numéros) apparaissent seulement sur les boîtiers, de manière horizontale

Heure de fermeture des circuits : 17h30

Attention, **terrain karstique** avec affleurements rocheux (type lappiaz) parfois importants, pouvant présenter un risque pour vos chevilles !

Les charbonnières sont pour la plupart très anciennes et donc parfois peu visibles

Présence de **falaises** de carrières parfois très hautes : merci de ne pas prendre de risque à les franchir

Attention également aux **clôtures** à traverser (elles sont marquées sur la carte mais parfois peu visibles sur le terrain)!

Certains tas de pierres assez peu hauts ne sont pas marqués en « butte » sur la carte

Circuit Jaune : attention à la présence d'une clôture barbelée après le poste 12, et d'un talus très raide avant le poste 14

Nombreuses traces de passage d'animaux, non représentées sur la carte.

Merci de longer la route sur le bord lors du retour à l'accueil après l'arrivée

Les **tiques** sont de sortie, protégez vous et contrôlez vous après la course (ainsi que vos enfants)

Guêtres conseillées !

GRILLE DE DÉPART



Violet XL	Violet Long
Violet Moyen	Violet Court
Orange	Jaune
Bleu	Vert
Jalonné	