

Consignes de course :

Championnat de sprint

La quarantaine est **obligatoire** pour les catégories **de HD14 à HD35**.

Elle se situe au [Gymnase Jean Sapaly](#), fléchage piéton depuis l'[accueil](#). Ouverture entre 8h00 et 8h30.

Distance parking-quarantaine : 800 m

Dépose minute direct à la quarantaine possible **stationnement sur zone INTERDIT**

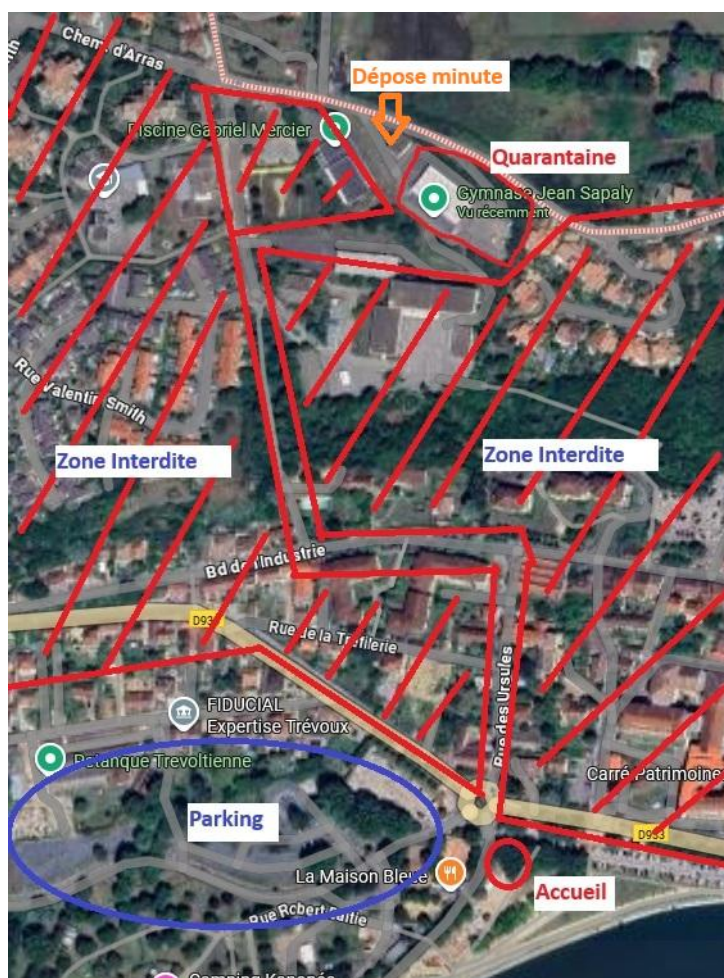
Fermeture de la quarantaine à 8h30. **Sortie de la quarantaine à H-5'**, départ à 50 m.

Rappel tout moyen de communication vers l'extérieur est interdit !

Une navette pour déposer les sacs dans la zone d'arrivée sera organisée (prenez le minimum)

Pour les autres catégories, même accueil et même itinéraire de départ, (l'itinéraire départ traverse la course rester fair-play vous pouvez croiser des coureurs en course ces derniers ont la priorité).

Retrouverez l'emplacement de la quarantaine, de l'accueil et du parking ci-dessous :





En course :

Des poteaux pour limiter l'accès aux 2 roues motorisés sont présents dans le 1^{er} secteur de la course (CF photo ci-contre) et sur les cheminements en descentes. Soyez très attentifs !

La course va emprunter une zone urbaine médiévale. Soyez prudent dans les escaliers et sur les pavés notamment en cas de pluie.

La circulation routière reste ouverte. Soyez vigilant lors des éventuelles traversées.

Echelle 1/4000^e equidistance 2.5m

Retour arrivée vers GEC / accueil : 500 m suivre et respecter le balisage.

Relais

La course va emprunter une zone urbaine médiévale. Soyez prudent dans les escaliers et sur les pavés notamment en cas de pluie ou de chaussée encore mouillée.

La circulation routière reste ouverte sur toute la zone de course.

Vous traverserez 2 fois une route départementale : peu après le départ et juste avant le poste spectacle. Des signaleurs seront présents pour vous faciliter le passage. Restez à l'écoute de leurs consignes.

Compte-tenu du grand nombre d'équipes, vous pourriez être nombreux au contact sur le premier poste, soyez vigilant lors de la validation passage du doigt et respectez vos adversaires.

Aréna relais et zone pique-nique

