



CHAMPIONNAT PACA des CLUBS Jeudi 1^{er} Mai 2014 Peynier (La Garenne)

Organisation : A.C.A. Aix en Provence

Responsables :
Directeur de course : Pierre Delenne
Traceur : Hans Stoufs
Controleur : Christophe Gaillard
Arbitre désigné par la ligue: Frederic Gibiat



Carte : Peynier, la garenne 1/10000ème – Equidistance : 5m
Renovation Février 2014 (Pierre Delenne)

Tout entrainement collectif ou individuel sur la carte est interdit d'ici la course.

Terrain : Végétation méditerranéenne traversable mais piquante (argelas) :jambes couvertes très fortement conseillées

Accueil : à partir de 8h30 sur le lieu de course, départ en masse à 10H
Parking-Accueil-Arrivée au même endroit

Fléchage routier : à partir du carrefour D57a-D56b (entrée nord Ouest de Peynier)

Inscriptions : **Pierre Delenne** pierre.delenne@free.fr

Les inscriptions des équipes sont indispensables **au plus tard le 27 Avril**. La composition pourra évoluer jusqu'à l'heure du départ mais nous apprécierions que cela soit fait le plus en amont possible pour pouvoir notamment diffuser et publier des compositions d'équipes.

Tarifs d'inscriptions :

Equipes CPC : 30 € par équipe (équipes incomplètes : 6 €/équipier). A régler sur place
Mini-relais : 18€ par équipe (équipes incomplètes : 6 €/équipier). A régler sur place
En cas d'absence, nous demanderons d'acquitter la moitié de la somme (3 €/équipier)

Circuits Loisir : 2 circuits non chronométrés
Inscriptions sur place. Départs à partir de 10H30
19 ans et + : 6 €/ 18 ans et moins : 4€/

Résultats : à 14h30 sur le lieu d'arrivée

Ravitaillement : boissons et petite restauration sur place

Informations complémentaires : **Site internet de l'ACA Aix :**

<http://ac.aurelien.free.fr/>

CPC, rappel du règlement :

Les équipes sont constituées de **5 relayeurs d'un même club**. Tous les panachages d'âges et de sexes sont permis sous réserve de la présence dans l'équipe d'au moins :

- **une féminine**
- **un jeune (H ou D de 18 ans et moins) ou un vétéran 2 ou + (H ou D de 50 ans et plus).**

Un coureur :

- ne peut satisfaire aux deux conditions
- ne peut faire partie que d'une seule équipe
- ne peut courir qu'une seule fois

Distance et temps de course des relais :

Relais	Distance	Niveau technique	Temps vainqueur
1	5 km	moyen	35 - 40 mn
2	3 km	facile	25 - 30 mn
3	5 km	moyen	35 - 40 mn
4	3 km	facile	25 - 30 mn
5	7 km	difficile	50 - 55 mn

Mini-relais

Les équipes sont librement constituées de 3 coureurs. Le mini relais est ouvert à tous mais il est plus particulièrement destiné aux débutants (circuits faciles et courts)

- Relais 1 : 2 kms, facile
- Relais 2 : 2 kms, facile
- Relais 3 : 3 kms, moyen