

Consignes de course



Nous sommes en foret privée.

Nous aimons tous la foret respectons la.

- Merci de ne laisser aucun détritrus sur votre passage.
- Respecter les zones interdites indiquées sur les cartes par des croix rouges et des zones hachurées, les zones quadrillées rouges sont des ruches .
- La petite route est interdite à la circulation des vélos, sous peine de disqualification, prudence en la traversant.
- Traversée de route poste 32,37,44, vous n'etes pas prioritaire, soyez prudent.
- Circuits A, B, C, D une traversé de passage candien soyez prudent.
- Port du casque obligatoire, gants conseillés



Soyez vigilants : **roulez à droite sur les pistes** ; il est possible de croiser des coureurs en sens inverse. Signalez-vous en les apercevant ou pour les dépasser. Les flaques de boue peuvent être très profondes, prudence !

Les barrières sont fermées : trait rouge sur vos cartes. Vous pouvez passer dessous.

Vous devez assistance à tout coureur blessé.

En cas d'abandon, merci de repasser à l'accueil pour le signaler.



Par ailleurs, nous déplorons que d'autres sportifs (orienteurs, Vététistes, joggers..) laissent derrière eux des vieux jalons qui pourraient induire en erreur. Nous vous rappelons que sur chacun des postes définis pour cette course, vous trouverez une balise blanche/orange norme FFCO avec un N°, un boîtier GEC rouge avec le même N°, un pré-jalon papier avec N° + TSN et date de la course du jour. Si tous ces éléments venaient malheureusement à disparaître, et que vous êtes sûr d'être à l'emplacement du poste, vérifiez la présence au sol de confettis.

La table du restaurant vous propose quelques plats assiettes.

Réservation souhaitée au 06 56 70 36 76



Détails des circuits VTT

<i>A</i>	<i>28 kms</i>	<i>+ 300 m</i>	<i>20 postes</i>	<i>H21-35</i>
<i>B</i>	<i>23 kms</i>	<i>+ 250 m</i>	<i>17 postes</i>	<i>H20 - H40 - 45</i> <i>D21-35</i>
<i>C</i>	<i>18 kms</i>	<i>+ 180 m</i>	<i>13 postes</i>	<i>H17 - H50 - 55</i> <i>D20 - D40 - 45</i>
<i>D</i>	<i>13 kms</i>	<i>+ 150 m</i>	<i>13 postes</i>	<i>H14 - H60 +</i> <i>D14 - D17 - D50-55 - D60 +</i>
<i>E</i>	<i>6,5 kms</i>	<i>+ 40 m</i>	<i>9 postes</i>	<i>H12, D12</i>

Carte : échelles 1/20 000 équidistance 5m

Circuits ouverts aux non licenciés en loisir