

Consignes de course

CPC 2016

Dimanche 3 Avril 2016

La Fare les Oliviers – Stade Ste Rosalie

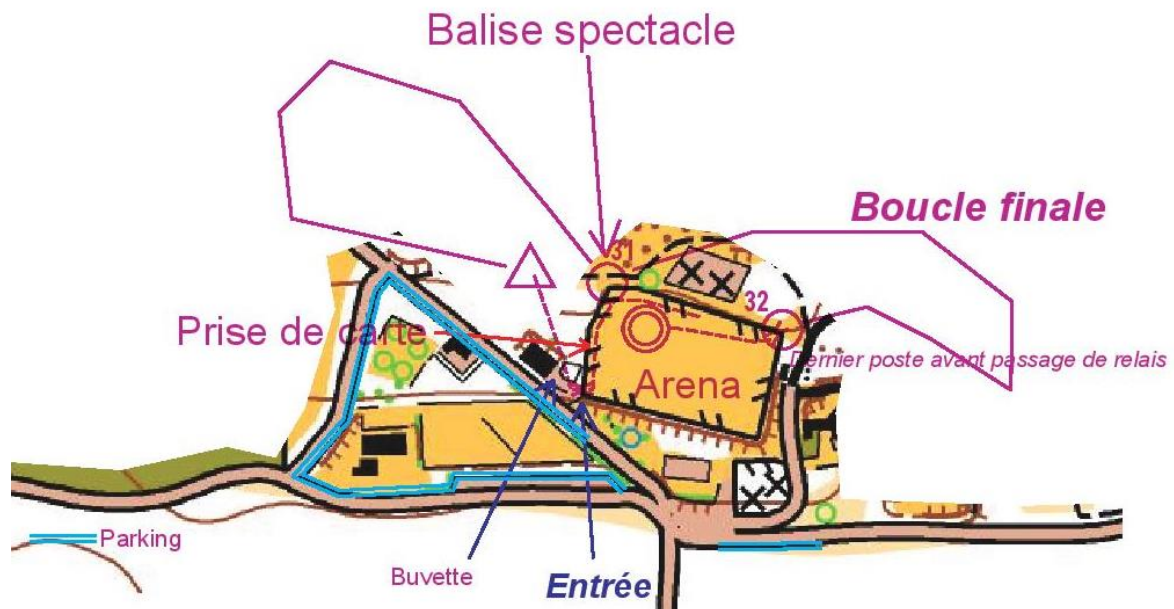
Attention, il y a un changement d'échelle. Les cartes sont au 1/10 000 pour tout le monde.

Les dossards seront disponibles à l'accueil. Leur port est obligatoire pour la course.
Aucune épingle à nourrisse ne sera fournie, donc pensez à prendre les vôtres.

Départ en masse CPC : 10h / Départ en masse mini-relais : 10h10

Un départ en masse sera donné pour les retardataires à 13h45 (ou dès que le podium sera arrivé)

Ci-dessous le plan de l'Arena :



L'accueil, la GEC et l'espace club se trouvent sur le stade dans la zone Arena.

Les numéros 31 et 32 ne correspondent pas aux vrais numéros.

Pour le passage de relais, il y aura des contrôleurs qui veilleront à la bonne prise de carte et plaqueront immédiatement tout coureur commettant une erreur. Mais cela n'empêche en rien les coureurs d'être extrêmement vigilant sur la bonne prise de carte puisque le coureur reste seul metre de sa prise de carte.
La dernière boucle dure environ 5 minutes pour les relais de 3kms et 10 minutes pour les relais de 5kms.

Terrain :

La zone de course est assez piquante et déchire un peu les vêtements. Alors pensez à vous couvrir les jambes et à mettre des plaques en Titane.

Récompenses :

Les récompenses se feront à 14h30 et seront avancées si toutes les équipes sont rentrées avant.
Un concours de pronostics sera fait pour pimenter le spectacle.

A dimanche et bonne course.