

# Consignes de course

L'Arena est située à proximité directe d'une bastide qui sera louée le jour de la course.

**Merci de respecter le calme des locataires...** Notre utilisation de la carte en dépend !

**Attention en arrivant en voiture !** Vous traversez la zone de course pour atteindre le parking. Des coureurs traverseront donc les routes et la visibilité est très mauvaise ! Soyez attentifs et respectez les signaleurs. Merci d'avance.

**De même, en tant que coureur, faites attention en traversant la route !** La route est peu fréquentée, mais des voitures y passent régulièrement...

## Championnat de Ligue MD :

Circuit	Distance (km)	Dénivelé (m)	Nb de postes	Circuit	Distance (km)	Dénivelé (m)	Nb de postes
A	3,9	205	17	E	2,1	100	11
B	3,1	120	17	Ebis	1,7	85	10
C	2,4	130	14	F	2,1	90	11
Cbis	2,1	100	12	G	1,9	85	10
D	1,7	95	12	H	1,6	85	8
Dbis	1,6	40	13	Vert Acc	1,6	85	8

Conseil (particulièrement pour l'après-midi) : le Vert en fond de ravine est souvent très dense... Préférez les passages dans le jaune.

## « Le Bal des Ravines »

Circuit	Distance (km)	Dénivelé (m)	Nb de postes
Violet Long	3,0	145	20
Violet Moyen	2,1	105	16
Bleu-Jaune	1,9	60	10