

Rien ne sert de courir...

Marseille, le 14/03/2022



dans la mauvaise direction !

Consignes de course Championnat de ligue paca MD Salon de Provence 27/03/2022



Camping-cars autorisés



Accueil : 9 h Départ : 10h-12h

Distance Accueil-Départ : 500 m + 50 m Distance Arrivée-Accueil : sur place

OBLIGATION de CHOISIR SON HEURE DE DEPART

<http://cab84.free.fr/marco>

Ouverture vendredi 18 mars 2022

Fermeture mercredi 23 mars 2022 - 23h59 !

*Les arbitres pourront modifier « à la marge » les horaires et attribuer des horaires pour ceux qui auront oublié de les choisir.
Le choix des horaires pour les inscriptions sur place se fera sur les horaires vacants.*

La publication de celles-ci se fera le vendredi 25/03/2022 à partir de 20h



utilisation du système SIAC AIR sans contact



Carte et terrain :

- Les lignes électriques ne sont pas dessinées sauf pour les circuits bleus et verts
- La végétation est agressive, guêtres et manches longues conseillées
- Etant donné la quantité élevée d'arbres couchés, ils ne sont pas dessinés !
- une zone est en cours de défrichage au sud de la carte. Les circuits A,B,C,D sont concernés sans gêner la vitesse de course !



Atelier Départ :

- En cas de retard d'un coureur, son départ sera repoussé à la discrétion du responsable de l'atelier départ
- **Distance Accueil/départ : 500m / D+ : 40m**
- **Heure d'appel au départ : H-3mn**
- Balise de départ à 60 m



Les caractéristiques des circuits :

CIRCUIT	DISTANCE	DENIVELEE	ECHELLE	CIRCUIT HORS CHPT
Circuit violet A	3900 m	+ 115 m	10 000°	Violet A hors chpt
Circuit violet B	3500 m	+110m	10 000°	Violet B hors chpt
Circuit violet C	3100 m	+85m	10 000°	Violet C hors chpt
Circuit violet D	2600 m	+100m	10 000°	Violet D hors chpt
Circuit violet E	2400m	+60m	7500°	Violet E hors chpt
Circuit violet F	1900m	+70m	7500°	Violet F hors chpt
Circuit orange G	2500m	+100m	10 000°	Orange G hors chpt
Circuit orange H	2200m	+65m	10 000°	Orange H hors chpt
Circuit jaune I	2100m	+70m	10 000°	Jaune I hors chpt
Circuit bleu J	1800 m	+75m	7500°	Bleu J hors chpt
Circuit Vert K	2200m	+60m	7500°	Vert K hors chpt
Circuit vert acc	2200m	+60m	7500°	Vert acc hors chpt
Circuit loisir	3600m	+165m	7500°	Jaune modulable

Remarque : Les coureurs ne souhaitant pas courir sur le circuit de leur catégorie peuvent s'inscrire sur un circuit des autres catégories (dénommé « hors Chpt ») mais **ils ne seront pas classés au championnat de Ligue** .

Les points pour le challenge paca seront calculés par circuit championnat et hors championnat regroupés.



Pas de récompenses pour les circuits hors chpt !



Les cartes seront **récupérées à la fin du circuit** et distribuées à partir de 12h

BUVETTE Buvette et petite restauration sur place
■■■■■■■■

L'ensemble des bénévoles du MARCO vous souhaitent une bonne course !