

CONSIGNES POUR LES COUREURS

En sortant de l'aréna, par la porte rouge, il y a 3 hautes marches.

Il y a deux couloirs dans l'aréna : une rubalise rouge pour le départ, l'arrivée et le passage de relais. La rubalise verte correspond au passage spectacle dans l'aréna.

Passage spectacle : tous les coureurs auront d'abord une 1ère boucle (longue) à effectuer, passeront ensuite une première fois dans l'aréna en suivant le passage spectacle, puis effectueront une 2nde boucle (courte - temps de course estimé à 5 minutes environ) dont le tracé est noté en médaillon dans un coin de la carte représentant la zone de la 2nde boucle.

Passage de relais : le relayeur précédent donne sa carte au relayeur suivant, puis va pointer la balise « arrivée ». Le relayeur suivant se dirige vers la zone des cartes, jette la carte du relayeur précédent à l'endroit désigné par les organisateurs, puis va prendre sa carte sur le présentoir - celle-ci porte le numéro qui est indiqué sur le dossard. Par exemple, pour l'équipe 10, le relayeur 1 (dossard « 10-1 ») aura passé le relais en donnant sa carte « 10-1 » au relayeur 2 (dossard « 10-2 »), qui jettera cette carte « 10-1 » et récupérera sur le présentoir sa propre carte, marquée « 10-2 », avant de s'élancer sur son circuit.

La circulation dans la ville n'est pas coupée : tout coureur doit rester vigilant.

La route circulaire, en beige foncé et en périphérie de la zone représentée sur la carte, est absolument interdite.

Dans la ville, il y a 3 passages interdits notés sur la carte : le marquage sur le terrain est assez léger mais en cas de franchissement, le coureur et son équipe sont éliminés.

Pour les circuits qui passent aux abords de la rivière, les passages sous les ponts sont très bas, soyez vigilants. La traversée de la rivière est strictement interdite.

Suivez les instructions données par les organisateurs et les contrôleurs sur le terrain.

CONSIGNES POUR LES COUREURS DE LA DEPARTEMENTALE

La circulation dans la ville n'est pas coupée : tout coureur doit rester vigilant.

La route circulaire, en beige foncé et en périphérie de la zone représentée sur la carte, est absolument interdite.

Pour les circuits qui passent aux abords de la rivière, les passages sous les ponts sont très bas, soyez vigilants. La traversée de la rivière est strictement interdite.