

# Informations de course

Port du masque obligatoire jusqu'à la prise de carte, puis après la course. Gel au départ et à l'arrivée

Pensez aux gestes barrières : Distanciation entre les coureurs et avec les organisateurs, lavage de mains et minimum de regroupements, la COVID-19 circule toujours...

Merci de ne pas vous rendre trop tôt au départ et ne pas rester trop longtemps sur le lieu de la course après avoir couru

## Régionale sprint pédestre 03/10/20

Parking situé à 700m de la zone d'Accueil/Départ : Attention le long de la route d'accès.

Respect du code de la route : Circulation automobile non coupée donc respect du code de la route.

Traversée de route sur l'ensemble des Circuits, merci de suivre les consignes des signaleurs.

Pas de quarantaine.

2 zones interdites indiquées sur la carte : Présence d'une fête foraine sur l'esplanade et activités au terrain de rugby : Attention aux visiteurs.

### Boitiers Si Air Actifs

REGIONALE SPRINT VALDAHON SAMEDI 03 OCTOBRE 2020				
Parcours	Distance	Nombre de contrôles	Echelle	
ORANGE A	2.7 km	30	1 / 3 000	A4
ORANGE B	2.5 km	30	1 / 3 000	A4
JAUNE C	2.2 m	25	1 / 3 000	A4
JAUNE D	2.1km	25	1 / 3 000	A4
VERT-BLEU E	1.2 km	14	1 / 3 000	A4

Course organisée avec l'aimable autorisation de la commune de Valdahon

## Championnat de Ligue Bourgogne Franche-Comté de nuit 03/10/20

Pour se rendre au départ, traversée d'une propriété privée : Bien emprunter le couloir délimité par les organisateurs avec de la rubalise, respecter aussi les zones interdites

Routes/bordures de routes à circulation interdite (interdiction signalée sur la carte))

Quelques trous rocheux entourés de rubalise sur le terrain – Travaux forestiers très récents près du poste 33

### Boitiers SI classiques

CHAMPIONNAT DE NUIT VALDAHON SAMEDI 03 OCTOBRE 2020				
Parcours	Distance	Nombre de contrôles	Echelle	
A	6,790km	22	1 / 10 000	A4
B	5,790km	19	1 / 10 000	A4

C	4,850km	19	1 / 10 000	A4
D	4,050km	14	1 / 10 000	A4
E	2,900km	12	1 / 10 000	A4
F	2,080km	10	1 / 10 000	A4
G	1,180km	7	1 / 10 000	A4
H	1,030km	7	1 / 10 000	A4

Dénivelée négligeable

Course organisée avec les aimables autorisations des communes de Etray et Fallerans

## Régionale sprint VTT + Poursuite 04/10/20

Traversée d'une voie ferrée à faible circulation à H-3 : Bien suivre les consignes de l'organisateur.

### Boitiers Si Air Actifs

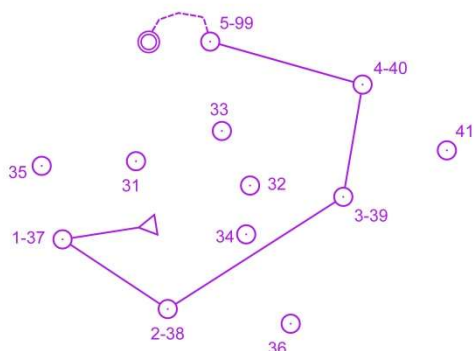
#### Régionale Sprint CO VTT

CO VTT SPRINT VALDAHON DIMANCHE 04 OCTOBRE 2020					
Parcours	Distance Ocad	Distance réelle	Nombre de contrôles	Echelle	Carte
ORANGE LONG H20 H21 H40	5.2 km	7.5 km	14	1 / 10 000	1 A4
ORANGE MOYEN D20 D21 D40 H17 H50	4.3 km	6.5 km	14	1 / 10 000	1 A4
ORANGE COURT D17 D50 H4 H60	3.7 km	5.9 km	12	1 / 10 000	1 A4
BLEU LONG D14 D60 H70	2.8 km	3.7 km	11	1 / 10 000	1 A4
BLEU COURT D12 D70 H12	2.5 km	3.1 km	10	1 / 10 000	1 A4

#### Départementale Poursuite CO VTT

CO VTT POURSUITE SEMI FREE ORDER VALDAHON DIMANCHE 04 OCTOBRE 2020					
Parcours	Distance Ocad	Nombre de contrôles ORDRE IMPOSE	Nombre de contrôles ORDRE LIBRE	Echelle	Carte
ORANGE LONG H20 H21 H40	8.5 km	9	14	1 / 7 500	1 A4
ORANGE MOYEN D20 D21 D40 H17 H50	7.3 km	9	9	1 / 7 500	1 A4
ORANGE COURT D17 D50 H4 H60	6.3 km	9	5	1 / 7 500	1 A4
BLEU LONG D14 D60 H70	3.9 km	2	12	1 / 7 500	1 A4
BLEU COURT D12 D70 H12	2.7 km	2	8	1 / 7 500	1 A4

Le principe du semi-free order est le suivant (voir exemple) :



La balise 1 (37) doit être prise avant la 2 (38), qui doit être prise avant la 3 (39)...

Les autres balises (31, 33, 34...) peuvent être prise à n'importe quel moment.

Exemple :

31/35/**37/38**/36/34/**39**/32/33/41/**40/99** = ok

Le vainqueur du sprint part à 00 :00 de son circuit, puis les suivants avec l'écart de temps du classement du sprint. (les Pm du matin et ceux qui seront à + de 15' du vainqueur de leur circuit partiront à 00 :15 de leur circuit puis toutes les 30 secondes).

Horaires prévisionnels :

11h30 Bleu Court et Bleu Long

11h35 Orange Court

11h40 Orange Moyen

11h45 Orange Long

Même lieu de départ que pour le sprint.

Attention, pas de minute de lecture de carte, le temps de course commence dès l'entrée dans le sas de prise de carte. Une fois votre carte saisie vous devez immédiatement quitter la zone de prise de carte pour permettre à chacun d'accéder aux cartes.

Course organisée avec les aimables autorisations des communes de Valdahon et Chevigney-les-Vercel.

**Attention** : Début du fléchage identique pour les 4 courses, signalétique SPRINT (pour les régionales + poursuite) et NUIT (pour le championnat de ligue de nuit)

**Bonnes courses à tous**