



Championnat de ligue Ile-de-France de course d'orientation à VTT

Course inscrite au classement national



Samedi 13 novembre 2010

Poligny (77)

Moyenne Distance

CONSIGNES DE COURSE

- Tous les circuits traversent la route reliant Nemours à Poligny. Vous n'êtes pas prioritaires. Des signaleurs seront présents pour assurer la sécurité et faciliter votre passage.
- La forêt étant assez fréquentée, notamment dans sa partie nord, il est possible que vous rencontriez d'autres usagers (piétons, cyclistes,...). Faites preuve de prudence et de courtoisie, s'il vous plaît, pour une cohabitation harmonieuse.
- Le tapis de feuille étant à son maximum, il peut cacher des racines, petites pierres ou pommes de pain. Soyez prudents, ces éléments peuvent glisser, surtout par temps humide...
- Conformément au règlement de la discipline, il est interdit de sortir des chemins. Il est exceptionnellement autorisé, pour cette course, de couper dans les zones de sable (figurées en jaune foncé), correspondant à d'anciennes carrières. Toute autre coupe sera synonyme de disqualification. Des contrôles pourront être effectués.
- La visibilité de certaines entrées de chemin peut être moyenne, à cause des feuilles. Soyez vigilants dans les zones de feuillus.
- Le centre de course, situé à la salle des Bruyères à Poligny, regroupe :
 - L'accueil et les inscriptions, passage obligatoire avant d'aller au départ
 - La GEC, passage obligatoire avant et après la course, même si vous abandonnez
 - Le poste médical : présence d'un médecin urgentiste
 - Des sanitaires
 - Un poste de rafraîchissement (eau)
 - Une petite buvette
 - La remise des récompenses

Il sera balisé depuis le parking et depuis l'arrivée. Le stationnement est interdit au niveau de la salle. Un parking est réservé pour vous à 800m.

