



Feuille de route, **TROTTEURS 7 Km** 2 cartes A3, 1 puce.



Déroulement de la course

HORAIRE	Accueil de 16h30 à 18h15	Finalisation inscription et validation dans le gymnase STAPS Attribution des puces contre caution (clefs, chèque, CNI ...)
	18h30	Briefing en groupe devant la salle
	Départ à partir de 18h45	Départ toutes les 20 secondes par ordre de numéro d'équipe. Distribution des 2 cartes A3 (1 pretext, 1 papier) Départ au boîtier
	Temps de course de 2H15	VOUS DEVEZ OBLIGATOIREMENT REVENIR AVANT 2h15 DE COURSE. Par tranche de 5mins dépassée 1h00 de pénalité

Le parcours

- ❖ Le « Trotteurs » course organisée par ALBE Orientation fait l'objet d'un classement dans le challenge des raids de nuit organisé par la LNCO.
- ❖ Vous avez au total **38 balises à trouver sur le parcours**
- ❖ **Vous pouvez réaliser votre parcours dans n'importe quel ordre. A vous de trouver le meilleur.**
- ❖ Deux **enchaînements de 2 balises** (69/88) et (56/77) sont à réaliser dans votre parcours
 - Ces enchaînements sont matérialisés sur la carte par des traits discontinus reliant les balises.
 - Les balises reliées doivent être pointées consécutivement (l'une après l'autre).
exemple : (88->69) ou (69->88) dans un sens ou dans l'autre, sans pointer d'autres balises pendant ces enchaînements.
 - A vous de choisir quand vous vous engagez dans un enchaînement.
- ❖ **A l'arrivée le classement sera établi en fonction du nombre de balises pointées (1pt par balise) puis au temps de course.**

Bien se comporter, pour s'amuser

- ❖ Sur la voie publique vous devez respecter le code de la route et notamment éviter de courir sur la chaussée.
- ❖ Ne jeter aucun déchet, respectez les propriétés et les résidents et autres usagers de la ville et des parcs.

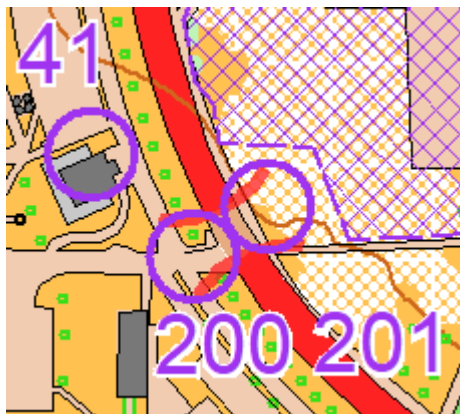
Matériel obligatoire et conseillé

- ❖ **Obligatoire** : Eclairage, gilet de sécurité fluo, couverture de survie et téléphone portable
- ❖ **Conseillé** : Eclairage performant, boussole, stylo ou feutre (pour tracer votre parcours), eau et ravitaillement pour le temps de course et d'avoir les jambes couvertes.

Vous êtes responsable de votre sécurité

- ❖ **Vous devez porter vos gilets réfléchissants durant toute la course.**
- ❖ **Vous devez respecter le code de la route.**
- ❖ **Sur les traversées de route, vous devez emprunter les passages contrôlés obligatoires et les passages protégés obligatoires matérialisés sur la carte.**
- ❖ **Respect les interdictions, des zones sont notées comme infranchissables (espaces privés, plates-bandes, voies dangereuses, champs cultivés, clôtures etc.), elles ne doivent pas être franchies sous peine de mise hors course (Voir « interdictions en CO » affichées dans la salle).**

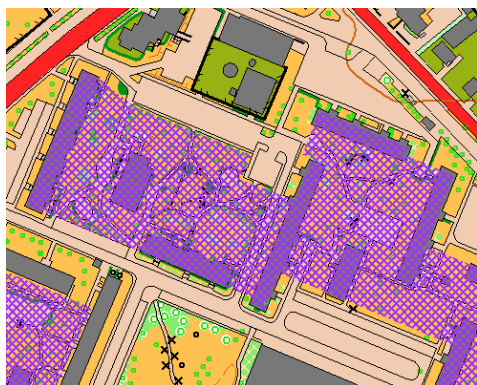
LES PASSAGES CONTRÔLES OBLIGATOIRES



- ❖ Il est interdit de traverser les routes (axes importants de circulation) **EN DEHORS DES PASSAGES PROTEGES** matérialisés sur la carte.
- ❖ Nous avons indiqué des **passages obligatoires** et certains sont contrôlés vous aurez une ou deux balises à pointer lors de leurs traversés.
- ❖ Deux balises pour un passage contrôlé autonome ex : 200-201, traverser en sécurité avec arrêt chrono d'une minute le temps du franchissement. Ces passages sont **à emprunter à l'aller comme au retour. Pointez bien les deux balises.**

- ❖ Pour les passages (202,203) c'est un contrôleur, une balise dans la main, qui vous aidera à traverser.
- ❖ Traverser une route à forte circulation en dehors des passages protégés et contrôlés conduira à la mise hors course immédiate de l'équipe. De plus, il n'y a aucun avantage à passer ailleurs.

LES ZONES INTERDITES



- ❖ Bien que non clôturés, certains espaces sont privés et il est interdit de les traverser.
- ❖ Le positionnement des balises et le cheminement normal qu'il impose, vous fera éviter ces espaces, matérialisés sur la carte par des croisillons violines.
- ❖ Pénétrer dans une zone interdite conduira à la mise hors course immédiate de l'équipe.