

MULHOUSE O'SPRINT M1

5 mai 2018

Plaine sportive de L'illberg

Club d'Orientation de Mulhouse



Consignes de course

Il n'y a pas de zone de quarantaine. Nous comptons sur le fairplay de chacun pour assurer l'équité de tous.

Les dossards sont à récupérer à l'accueil. Il devra être porté durant toutes les courses. Prévoir vos épingles.

Des toilettes sont disponibles à côté de l'accueil.

Départ

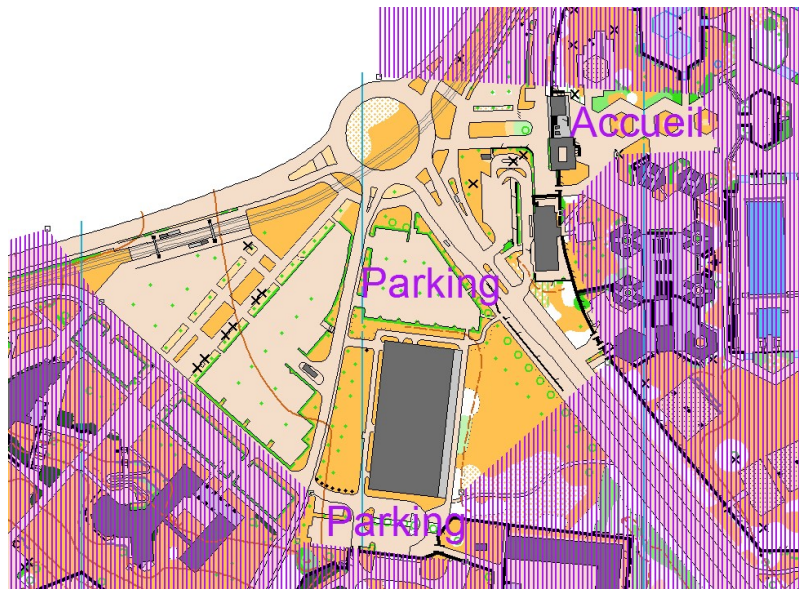
Accueil - départ : 100 m

Horaires de départ libres de 13h00 à 14h00.

Fermeture des circuits : 14h45

Réservez votre horaire de départ à l'accueil et présentez-vous avec votre ticket à l'atelier départ (minimum 1 min entre chaque coureur et intervalle de 2 min entre 2 coureurs du même club).

Vous pouvez vous échauffer sur la zone des parkings. Merci de respecter les zones interdites indiquées en rouge sur le plan ci-dessous.



La course

Pas de recommandation concernant la tenue de course.

Aucune route ouverte à la circulation n'est à traverser pendant la course. Mais, attention aux voitures si votre itinéraire passe dans un parking.

Attention aux promeneurs et aux cyclistes.

Prenez garde en franchissant certains portails, des coureurs peuvent arriver en sens inverse.

Il est interdit de traverser les clôtures, murs et zones de végétation interdits sous peine de disqualification.

Carte réalisée en 2015 : échelle 1/4000, équidistance 2,5m ; normes ISSOM.

Rappels normes ISSOM :

Vert 4 : passage interdit



Zone interdite



Mur, passage interdit



Mur, passage autorisé



Clôture, passage interdit



Clôture, passage autorisé



Caractéristiques des circuits

	<i>Distance (m)</i>	<i>Dénivelé (m)</i>	<i>Distance par meilleur itinéraire (m)</i>	<i>Postes</i>
<i>Bleu</i>	<i>1300</i>	<i>10</i>	<i>1500</i>	<i>16</i>
<i>Jaune Dames</i>	<i>1900</i>	<i>10</i>	<i>2450</i>	<i>16</i>
<i>Jaune Hommes</i>	<i>2300</i>	<i>10</i>	<i>2900</i>	<i>20</i>
<i>Orange Dames</i>	<i>2100</i>	<i>15</i>	<i>2800</i>	<i>19</i>
<i>Orange Hommes</i>	<i>2500</i>	<i>15</i>	<i>3400</i>	<i>19</i>

Pas de circuit jalonné. Possibilité d'être accompagné sur le circuit bleu (hors classement, inscription sur place possible). L'accompagnateur doit avoir fini sa course ou ne pas participer. L'ensemble de la course a lieu dans des zones hors circulation.

Attention uniquement pour la manche 1 : pas de définitions de postes sur la carte, n'oubliez pas votre porte définitions.

Buvette

Nous vous proposerons après votre course une buvette variée avec :

des boissons fraîches sodas (1.5€), bières fraîches (2€), Café/thé (1€), pâtisserie (1.5€), bretzel (1€) sandwich 1 saucisse ou fromage (2.5€), sandwich 2 saucisses (3.5€).

(les saucisses sont artisanales et halal)