



## CONSIGNES DE COURSE



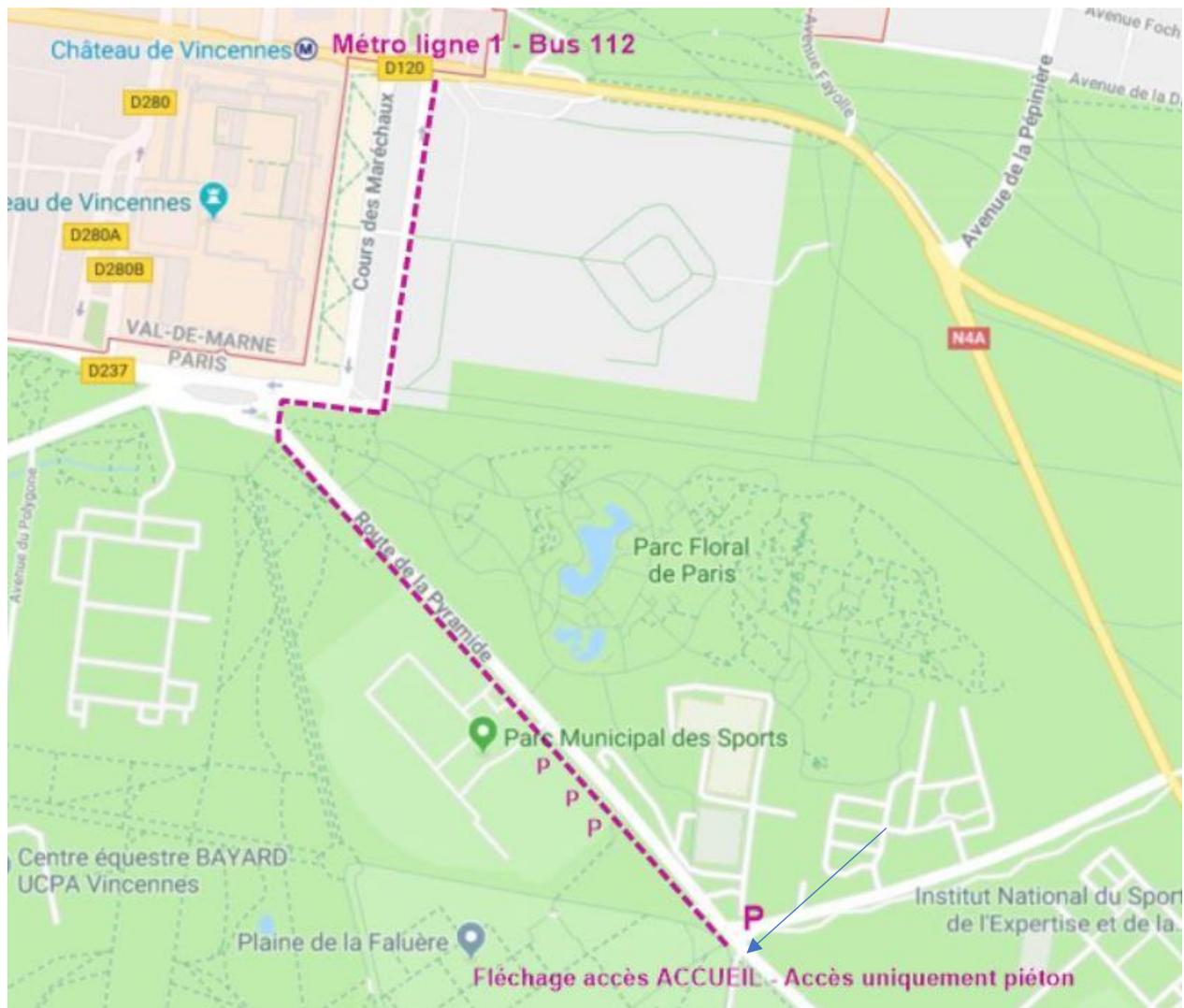
# LA 75

**Dimanche 11 novembre 2018**

### Accès fléchage :

En transports en commun : métro **LIGNE 1** Terminus **Château de Vincennes** puis bus **112**, direction La Varenne-Chennevières RER, arrêt Plaine de la Faluère (3<sup>e</sup> arrêt).  
Possibilité de parking sur le carrefour de la Pyramide.

En véhicule : Carrefour de la Pyramide / GPS : **48.833758 / 2.444828**



### **Accueil à partir de 9h30 :**

Passez obligatoirement à l'accueil pour valider votre enregistrement, votre paiement et pour récupérer votre puce de chronométrage si besoin (**si vous louez une puce, n'oubliez pas votre chèque de caution de 50 euros**).

**Pour faciliter ces formalités merci de préparer à l'avance vos chèques ou l'appoint.**

**Pour les circuits A, B et C prévoir de vous présenter à l'accueil 45min avant votre départ .**

### **Infos utiles :**

- Préférez une tenue couvrant la totalité des jambes ;
- Une buvette sera à votre disposition pour vous restaurer après la course.

### **Sécurité :**

Les routes en bordure de carte ne sont pas fermées à la circulation. Soyez prudent en toute circonstance. Soyez également prudent lors de la traversée du polygone (air de cyclisme et de course (voir plan ci-dessous)). **Les cyclistes sont prioritaires.**

**Merci de rappeler ces consignes aux plus jeunes.**



**Merci d'être prévenant envers les promeneurs et les usagers du site.**

Un coureur qui abandonne doit le signaler à l'arrivée et à l'accueil (GEC).

L'assistance mutuelle est obligatoire en cas d'accident.

## Règlement et classement :

**A / B / C :** course d'orientation en réseau, l'objectif est de poinçonner le plus de balises possibles, dans l'ordre que vous voulez, et dans le temps imparti :

**A - 75 postes départ en masse à 10 h 15 temps alloué : 3 heures.**

**B - 50 postes départ en masse à 10 h 30 temps alloué 2 heures 30.**

**C - 25 postes départ en masse à 10 h 45 temps alloué 2 heures.**

### **Fermeture des circuits 13 heures 30**

Chaque balise rapporte **10 points** et chaque minute **au-delà du temps alloué** entraîne une pénalité de **10 points**. Le classement se fait sur les points et les ex-æquo sont départagés au temps.

**D/E :** course d'orientation en ligne, l'ordre des balises est à respecter :

**D - 10,1 km - 25 postes** départ libre au boitier entre 10h00 et 11h00

**E - 5,3 km - 15 postes** départ libre au boitier entre 10h00 et 11h00

### **Fermeture des circuits 13 heures 30**

Nous proposerons également 2 circuits supplémentaires pour les enfants. Ces circuits seront gratuits pour les coureurs ayant déjà participé à une course de la 75.

**F - 2,3 km 10 postes en ligne**

**G - 10 postes en réseau**