



# INFORMATIONS DE COURSE

## Régionale SPRINT

MONT DE MARSAN (40), 20 Septembre 2020

- Nouvelle carte urbaine au 1/4000 ème aux normes ISSprOM 2019 avec mixage de parc et de cités scolaires.
- Equidistance 2.5m
- Course en totalité hors des voies de circulation, circulez uniquement sur les trottoirs (et pas les routes) en périphérie de la zone de traçage !
- Pas de zone de quarantaine, cependant, merci de respecter la zone gelée au Sud et à l'ouest de la zone d'accueil.
- Rappel norme ISSprOM 2019: Il est interdit de franchir les symboles mentionnés comme infranchissables sur la carte, même s'ils paraissent franchissables sur le terrain (massifs, barrières, clôtures, murs, haies). Ces zones interdites ne sont pas représentées en surimpression sur la carte (pas de symbole violine 707 ou 709). Le poinçonnage en passant le bras à travers ou au-dessus d'un de ces éléments est interdit et entraînera une disqualification.
- Les horaires de départs sont libres entre 14h30 et 16h00. Vous passerez dès qu'un "couloir" sera disponible, affiché sur un totem au niveau H -3.
- **Les piquets des postes de contrôle n'ont plus de numéro, seul le boîtier est numéroté, selon le règlement FFCO 2020.**
- De nombreux éléments de la carte (mur infranchissable, clôture infranchissable, haie, "vert 3") ne peuvent être traversés sous peine de disqualification. Des signaleurs seront présents sur le terrain.

Soyez fair-play et respectez les 2 minutes entre coureurs d'un même club sur un même circuit

Circuits	Distances	D+	Nbr de postes	Catégories de référence
Hommes (orange)	2,5	30	25	H20 +
Dames (orange)	2	20	21	D20 +
Jeunes Hommes (jaune)	2	25	20	H14 à H18
Jeunes Dames (jaune)	1,5	20	16	D14 à D18
Open (bleu)	1	5	13	H/D10-12 et Initiation

**Circuits Orange:** Ouverts aux licenciés + non licenciés pass'compét avec certificat médical

**Circuits Jaune, Bleu:** Ouverts aux jeunes licenciés + non-licenciés (Famille / initiation, pass'découverte sans certificat médical, pass'compét avec certificat médical)

Les récompenses seront donnés vers 16h30 aux podiums H/D 10 à 16 ans et aux 1ers H/D sur les circuits orange

**BONNE COURSE**