



# INFORMATION DE COURSE

Départementale RELAIS, Angoumé

27 Octobre 2018

## REGLEMENT :

- Les équipes sont constituées de 3 coureurs :
  - Relais Violet 3 hommes (H18 et plus) (possibilité également de 2H et 1D)
  - Relais Violet 3 dames (D18 et plus)
  - Relais 3 Jeunes (H/D14, H/D16 et H/D18) - 1 jaune et 2 orange
  - Mini relais par 3 (H/D10 et H/D12) - 1 vert et 2 bleu
- Vous pouvez mixer les clubs, vous surclasser ou vous sous classer pour compléter une équipe de jeunes.
- N'hésitez pas également à nous contacter si vous êtes seul(e) ou seulement deux, nous vous trouverons des coéquipiers.

## CONSIGNES :

- Alternance de forêts plus ou moins pénétrables (feuillus, épineux) et de découverts marécageux. De nombreux chemins sont présents sur la carte.
- Nouvelle Carte au 1/7500ème, équidistance 5m.
- **Jambes couvertes conseillées.**
- **Traversée de route obligatoire pour les circuits Violet HOMMES : respecter les consignes des signaleurs, vous n'êtes pas prioritaire.**

## MOT DU TRACEUR :

Le temps prévu sur les différents relais est de 30 min par personne en moyenne, soit une heure et demie pour l'équipe.

Attention, il y a beaucoup de postes rapprochés et des variantes, contrôlez vos numéros de postes et vos définitions !

Circuits	Distances	D+	Nbr de postes	Catégories de référence	
Violet HOMMES	R1	4,5Km	90m	20	Hommes 18 ans et +
	R2	4,5Km	90m	20	
	R3	4,5Km	90m	20	
Violet DAMES	R1	3Km	80m	17	Dames 18 ans et +
	R2	3Km	80m	17	
	R3	3Km	80m	17	
Relais JEUNES	R1	2,9Km	75m	16	H/D 14 à H/D 16
	R2	2,3Km	65m	14	
	R3	2,9Km	75m	16	
Mini relais / OPEN	R1	2,1Km	60m	13	H/D10 à H/D 12 Et équipe Open
	R2	2Km	50m	14	
	R3	2,1Km	60m	13	

Les résultats et les récompenses seront  
donnés vers 17h00