



INFORMATIONS DE COURSE et CIRCUITS

Régionale SPRINT N°3

VIEUX-BOUCAU (40) samedi 22 juin 2024

- carte "VIEUX-BOUCAU PORT D'ALBRET" / Echelle : 4000ème / Equidistance : 2,5 m
Mise à jour Hiver 2024
- Fréquentation importante de la zone aux horaires de la course surtout autour des restaurants et magasins. Accentuée selon la météo du jour.
Attention à votre vitesse de course dans les zones touristiques.
- Merci de respecter le code de la route, circulation non coupée.
- Pas de passage obligatoire, nous vous demandons d'être très prudents avant chaque traversée
- Passages interdits sur la carte, présence de contrôleurs
- Horaires imposés à partir de 20h.
- Distances à l'itinéraire supposé le plus court. Ne tient pas compte des éventuels allers/retours, des changements de direction ou de la fréquentation de la zone.

Circuits	Distances	D+	Postes	Catégories de référence
HOMMES	3,1km	5 m	28	H20 - H21 - H35 - H40 - H45 - H50 - H55
DAMES	2,8 km	5 m	23	D20 - D21 - D35 - D40 - D45 - D50 - D55
JEUNES-HOMMES	2,8 km	5 m	24	H14 - H16 - H18
JEUNES-DAMES	2,6 km	5 m	23	D14 - D16 - D18
H/D 60+	2,4 km	5 m	21	H/D 60 - 65 - 70 - 75 - 80
OPEN H/D 10-12	1,7 km	5 m	16	H/D 10 - 1 2

L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence compétition ou découverte compétition (jusqu'au niveau jaune inclus) et aux non-licenciés titulaires d'un titre de participation ad hoc respectant les conditions médicales d'accès : attestation de prise de connaissance du questionnaire médical fédéral et des recommandations des cardiologues du sport pour les majeurs, questionnaire médical ou certificat médical de moins de 6 mois pour les mineurs

RECOMPENSES le dimanche 23 juin après la MD vers 13h 30

BONNE COURSE