

Samedi en Creuse

Samedi 1 er Octobre 2022

Course Nocturne à Chabrières Pierre la Grosle Site de Forêt Follies (inscrite au CN)

Organisation : CREUSE OXYGÈNE

Responsable : Christine Petinon

Cartographie : Echelle 1/10000 (carte de Jean Louis Périssat septembre 2021) carte imprimée sur pretex

Traceur : Yvan Brunaud (traceur régional)

Contrôleur : Christine Petinon (contrôleur régional)

Arbitre : Jean Christophe Leduc

Les adultes peuvent courir sur le circuit de leur choix.

Circuit	Distance	Postes	Durée	Niveau technique
violet long	6 km	19	30-35 min	Niveau technique 5
Violet moyen	5,4 km	13	25-30 min	Niveau technique 5
violet court	2,7 km	13	25-30 min	Niveau technique 5
orange	4 km	14	20-25 min	Niveau technique 4-5
jaune ou découverte adulte	2,3 km	9	20-25 min	Niveau technique 3-4
bleu	1,9 km	10	20 min	Niveau technique 2
vert ou découverte enfant	1,8 km	9	15 min	Niveau technique 1

Attention : le temps de course correspond aux temps de course des meilleurs

Fléchage : Carrefour D940/D33 Sortie de Guéret direction Pontarion, Bourgneuf

GPS : [46.129931,1.860386](https://www.google.com/maps/place/46.129931,1.860386)

Parking : site de Forêt follies

Départ :
- de 20 H à 21 H pour toutes les catégories.
- Fermeture des circuits à 22 H 30.
- Distance accueil – départ : sur place
- Distance accueil – parking/arrivée : sur place

Résultats : - affichés à l'accueil puis sur le site <http://twixcreusois.fr>

Départ au boîtier SPORTIDENT. Pas de douche mais il y a des sanitaires.
Vidage du doigt et ravitaillement à l'accueil

Consignes particulières :

Dans les zones très chargées en éléments seuls les plus gros sont cartés

Twix Creusois

