

# CONSIGNES DE COURSE

- Sportident SIAC sans contact
- Nous partageons la forêt et les sentiers avec les autres usagers, merci de rester courtois et de vous signaler pour éviter les marcheurs notamment dans les lotissements et sur un parcours de santé que vous allez emprunter.
- Restez attentifs aux croisements avec les autres orienteurs. Priorité à celui qui monte.
- Traversées de route pour tous les parcours, vous n'êtes pas prioritaire. Contrôlez la circulation automobile avant de traverser.
- ATTENTION ! en cas de pluie le calcaire peut être glissant !
- En cas de problème avec le boitier, poinçonner sur la carte avec la pince accrochée à la balise.
- Veuillez respecter les zones d'échauffement et ne pas retourner sur la zone de course le samedi après votre course.
- Le passage à l'atelier GEC de tous les concurrents est obligatoire même en cas d'abandon Extrait du règlement page 24 article XIII . 1
- N'oubliez pas que vous devez assistance à toute personne en difficulté.
- Buvette : pensez à vos écocupes !!!

## **Pour le championnat de France du dimanche uniquement**

En raison d'un grand nombre de participants sur le **parcours D**, et afin de ne pas repousser la fermeture des circuits ainsi que la remise des prix trop tard dans l'après-midi, nous avons fait le choix en accord avec l'arbitre de basculer la catégorie **D50 sur le circuit Dbis**. A noter que le circuit Dbis est commun au circuit D avec une boucle en moins.

**BONNE COURSE A TOUS !**