

# Consignes et explications

Le principe de cette épreuve est de courir à deux en favorisant la pratique féminine.

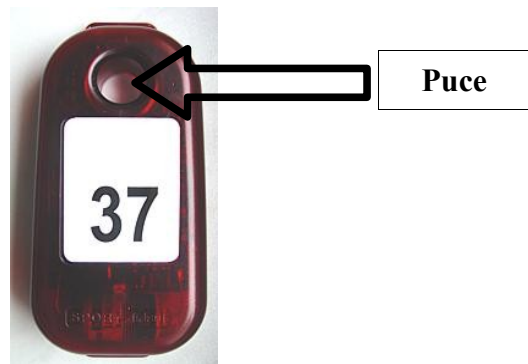
Le parcours est **entièrement jalonné par du rubalise fluorescent**. Des compétences en orientation ne sont donc pas absolument nécessaires.

Cependant.....,vous allez rencontrer 5 balises d'orientation matérialisées sur la carte par un carré rouge et blanc et sur le terrain par un piquet numéroté équipé d'une jupe également rouge et blanche ainsi que d'un boitier rouge comportant un trou.

Vous devez absolument introduire la puce électronique qui vous a été allouée dans le trou du récepteur chaque fois que vous rencontrez une balise.



**Balise**



**Boitier récepteur**

Cette manipulation permet :

- de valider le fait que vous avez effectué l'ensemble du parcours (sous peine de disqualification).
- d'assurer le chronométrage global.
- de vous transmettre des temps intermédiaires entre chaque poste.

Nous vous recommandons de porter assistance à toute personne en difficulté. Cela fait partie du Fair Play et assure un bon esprit sportif.

Dernière recommandation importante. Les portions routières ne sont pas fermées à la circulation. Courez le plus possible sur l' accotement.

Merci également de signaler tout abandon en rapportant votre puce électronique au camping car de pointage à l'arrivée. D'une part pour éviter des recherches inutiles, d'autre part parce que ce matériel est assez couteux.

Bonne course