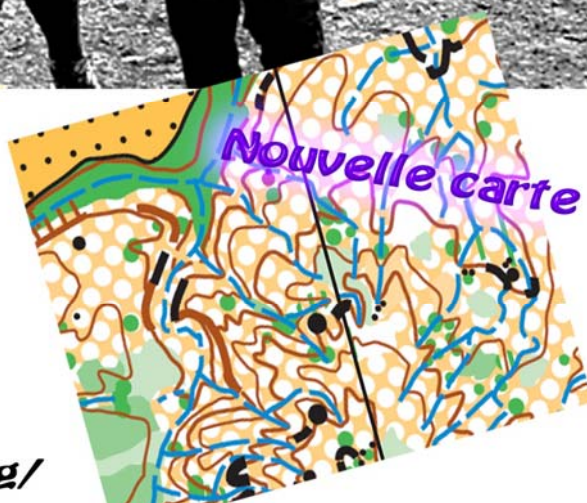


Championnat PACA des clubs

Dimanche 10 octobre 2010
LA BASTIDE DES JOURDANS



**+ Mini CPC
(relais de 3)**



<http://csp-azimut.ouvaton.org/>

Organisation : C.S.Pertuis

Responsables : Traceur : Frédéric GIBIAT
Contrôleur : Pierre DELENNE
Arbitre : Colette JOUVE

Carte : La Bastide des Jourdans : 1/7500ème –
Equidistance : 5m – été 2010 - P. Delenne

Terrain : Végétation méditerranéenne (jambes couvertes
conseillées) – Terrain majoritairement ouvert avec de
nombreuses ravines



Accueil : à partir de 9h sur le lieu de course, départ en masse à 10H (CPC) et 10h10 (mini CPC)
Parking-Accueil: 1000m
Accueil – Arrivée – Départ : Au même endroit

Fléchage routier : A partir du village de Grambois (84) et à partir du croisement D 42, D122
entre Beaumont de Pertuis et Grambois.

Inscriptions : Contact frederic.gibiat@wanadoo.fr

Les inscriptions des équipes sont à envoyer par mail **au plus tard le 4 octobre**. La composition
pourra évoluer jusqu'au 9/10 mais nous apprécierions que cela soit fait le plus en amont possible
pour pouvoir notamment diffuser et publier les compositions des équipes.

Tarifs d'inscriptions :

CPC : 29 € par équipe (équipes incomplètes : 6€ /équipier). A régler sur place. En cas d'absence,
remboursement uniquement avec certificat médical.

Mini CPC : 15 € par équipe de 3, relais destiné aux coureurs débutants (« circuit F »).

Circuits Loisir : 2 circuits non chronométrés Départs à partir de 10H30
Inscriptions sur place. 19 ans et + : 6 €/ 18 ans et moins : 4€/ Famille : 16 €

Ravitaillement : restauration (crêpes, hot dog ...) et boissons sur place

Informations complémentaires : <http://csp-azimut.ouvaton.org/>

Rappel du règlement :

Les équipes sont constituées de **5 relayeurs d'un même club**. Tous les panachages d'âges et de
sexes sont permis sous réserve de la présence dans l'équipe d'au moins :

- une féminine
- un jeune (H ou D de 18 ans et moins) ou un vétéran 2 ou + (H ou D de 50 ans et plus).

Un coureur :

- ne peut satisfaire aux deux conditions
- ne peut faire partie que d'une seule équipe
- ne peut courir qu'une seule fois

Distance et temps de course des relais :

Relais	Temps vainqueur	Distance indicative	Niveau technique
1	35 - 40 min	5 km	Moyen
2	25 – 30 min	3 km	Facile
3	35 - 40 min	5 km	Moyen
4	25 - 30 min	3 km	Facile
5	50-55 min	7 km	Difficile