

Consignes de course

Course d'orientation départementale – UPAIX (05)

01 septembre 2024 (ouverte à tous)



Terrain et carte

Le terrain proposé pour cette course est exigeant techniquement et physiquement. Il est accidenté (dénivelé important), les ravines peuvent être profondes (guêtres et bons crampons conseillés).

La carte de Ray Hulse est de très grande qualité (utilisée par le haut niveau) mais est un peu vieillissante. Elle n'a pas été remise aux normes actuelles et la végétation est parfois plus dense sur le terrain. Une mise à jour très partielle a été faite pour rajouter ou supprimer quelques sentiers / clôtures / modif. Végét. à proximité des postes mais elle reste insuffisante.

Certains champs cultivés sont interdits, même en restant en bordure (hachurés en rouge sur la carte). Merci de bien respecter ces cultures pour ne pas avoir de problème avec les agriculteurs locaux.



Descriptif des circuits Mode SIAC activé

Violet long → Echelle : 1 / 10 000^{ème} / 7,2 km / 420m D+ / 20 postes (dernier départ 11h)

Violet → Echelle : 1 / 7 500^{ème} / 4,5 km / 340m D+ / 13 postes

Violet court → Echelle : 1 / 7 500^{ème} / 3,7 km / 280m D+ / 10 postes

Jaune / Loisir (non chronométré) → Echelle : 1 / 7 500^{ème} / 2 km / 10 postes

Une même carte au 1 / 7500^{ème} est utilisée pour les circuits violets moyen et court. Au poste 5, vous pourrez choisir votre circuit (du poste 5, on passe directement au poste 9 pour le violet court).

Sécurité : Les clôtures comportent qu'une rangée de fil de fer. **ATTENTION**, ce fil de fer peu visible est à certains endroits à hauteur du cou.

Accès : Le parking dans le village est très limité, merci de privilégier le co-voiturage. L'accueil et le départ se font dans le petit village d'Upaix (à 20 km au nord de Sisteron).

