

Informations Médium des sélections EOC-JWOC-WUOC

Saint-Régis-du-Coin, le 23 avril 2016.

Vous trouverez un maximum des informations dans le livret d'accueil de la nationale :

<https://nse2016.wordpress.com/>

Accès : voir livret

Accueil : à partir de 10h00 (à proximité de la zone de pré-départ). 1er départ 11h00

Zone de course, départ, arrivée et zones interdites : idemauplan et descriptif de l'aréna du samedi que vous trouverez dans le livret d'accueil.

Distances parking – aréna...: voir livret

Heures de départ : premier départ de la sélection EOC-JWOC-WUOC : 11h00
Départ toutes les 2 minutes.

Informations techniques :

Carte :1/10000 - équidistance 5m - Cartographe : RADIMS-O-MAPS – relevés 2015. D'avantages d'informations page 22 du livret.

Chronométrage : systèmeSPORTIdent

Descriptif terrain :voir livret

Circuits :

| Catégories | Distances | Postes | Dénivelée |
|------------|-----------|--------|-----------|
| Homme | 4,620 km | 19 | 210 m |
| Dame | 3,450 km | 16 | 150 m |

Nous demandons aux coureurs qui ont un horaire de départ« précoce » de respecter l'éthique sportive et de ne pas donner d'indications aux coureurs qui ont un horaire de départ plus tardif.

Informations Sprint des sélections EOC-JWOC-WUOC

Saint-Just-Malmont, le 23 avril 2016.

Accès : les consignes d'accès vous seront communiquées sur le lieu de la MD le samedi matin. Cet accès est **strictement** obligatoire.

Accueil : à partir de 15h30. 1er départ 17h00.

Quarantaine: 2 quarantaines.

Merci de respecter les zones de quarantaine. Elles ne sont pas jalonnées sur l'intégralité de leurs pourtours.

Pour rappel : tout moyen de communication est interdit en quarantaine (téléphone, ordinateur, tablette...).

Fin de l'entrée en première quarantaine : 16h15.

Les zones de quarantaine sont en extérieur. Prévoir vos sièges et des vêtements imperméables en cas d'intempéries.

Dans la première zone de quarantaine, il y a des toilettes et un « petit hall », pour les sacs essentiellement.

A partir de 17h10, tous les coureurs devront avoir quitté la première zone de quarantaine pour se trouver dans la deuxième zone de quarantaine qui correspond à la zone d'échauffement et de pré-départ. Pas de toilette dans la deuxième zone de quarantaine.

Un conseil : les sacs avec les affaires pour se changer après la course doivent être laissés dans la première zone de quarantaine. Prendre juste vos affaires de course et d'échauffement pour vous rendre dans la deuxième zone de quarantaine.

Des informations complémentaires seront affichées en quarantaine (plan des 2 zones quarantaine, heure d'appel, zone d'échauffement....)

Les accompagnateurs sont autorisés dans la première zone de quarantaine, mais pas dans la seconde zone de quarantaine (zone d'échauffement et pré-départ).

Distances : Parking – Accueil (Quarantaine) : 100 à 300m

Quarantaine – Pré-start : 100m

Heures de départ : premier départ de la sélection EOC-JWOC-WUOC : 17h00.
Départ toutes les minutes.

Accès au pré-départ : présentez-vous à H - 4 au nord est de la quarantaine.

Informations techniques :

Carte :1/4000 - équidistance 2,5m - Cartographe : Vincent PAPON – relevés 2016.

Chronométrage : systèmeSPORTIdent AIR+, poinçonnage sans contact. Une puce SIAC vous sera fournie pour la course lors de votre entrée dans la zone de départ (H-3).

Informations – conseils au sujet du système de poinçonnage sans contact :

- La portée de l'émission des ondes pour un poinçonnage **sûr et efficace** est de 30 à 40cm de la station.
- Toucher la station ou passer la puce SIAC vraiment très proche de la station (moins de 20cm) est la procédure de poinçonnage la plus sécurisante.
- Poinçonnage : votre puce SIAC doit émettre un « bip » et une LEDsur la puce émet une lumière.
- Si vous avez un doute sur le bon fonctionnement de la station vous pourrez toujours poinçonner mécaniquement (avec une pince).
- Vous aurez à proximité du pré départ pour tester le système AIR+ une puce SIAC et une station
- Pour en savoir un peu plus :
http://www.sportident.com/images/PDF/6_si_information_technical/2_SI_system_AIRplus/sportident_airplus_information_for_athletes.pdf

Descriptif terrain : Ensembles urbainsvariés (centre ville, zone pavillonnaires, espaces verts....) et champs.

Surface du sol : 75% de sol dur et maximum 25% de sol herbeux.

Rappel norme ISSOM: Il est interdit de franchir les symboles mentionnés comme infranchissables sur la carte, même s'ils paraissent franchissables sur le terrain. Certains massifs et haies peuvent être « rubalisés » pour lever toute ambiguïté. Ces zones interdites marquées sur le terrain ne sont pas représentées en surimpression sur la carte (pas de symbole violette 707 ou 709).

Circuits :

| Catégories | Distances | Postes | Dénivelée |
|------------|-----------|--------|-----------|
| Homme | 2,540 | 15 | 55 m |
| Dame | 1,930 | 12 | 50 m |

Des contrôleurs et signaleurs en gilet jaune fluo, seront placés sur le terrain pour veiller au bon déroulement de l'épreuve.

Règles de sécurité :

La circulation est ouverte durant l'épreuve. Les coureurs doivent respecter le code de la route, et être attentifs aux voitures lors des traversées de route, ils ne sont pas prioritaires.

Arrivée : Les concurrents ayant franchi la ligne d'arrivée ne sont pas autorisés à retourner sur la zone de course. Ils pourront récupérer leur sac dans la « première » zone de quarantaine au niveau du hall (= zone de « vidage » des puces).

Une zone de récupération est prévue entre le hall et l'arrivée.

Accompagnateurs: La direction technique nationale fait appel à quelques volontaires (3) pour être « signaleurs en gilet jaune » sur le parcours. Merci de vous annoncer à votre arrivée et par avance merci pour votre aide.

Nous demandons aux accompagnateurs de respecter l'éthique sportive et de ne pas donner d'indications aux coureurs avant ou pendant la course.