

## Consignes de course 1er juillet – Longue Distance - Lézignan-Corbières

### Nouvelle carte de Rui Antunes finie en 2017

Circuits :

CIRCUIT	TEMPS DU VAINQUEUR	DISTANCE	DENIVELE
Violet long	70'	9,0 km	200 m
Violet moyen	60'	6,2 km	150 m
Violet court	45'	3,8 km	110 m
Violet court bis	35'	3,4 km	100 m
Orange	40'	3,5 km	105 m
Jaune	35'	3,1 km	85 m
Bleu	25'	2,2 km	65 m
Vert	20'	1,7 km	60 m
Jalonné	20'	2 km	55 m

**DÉPARTS : Départs libres à choisir à l'accueil, départs au boitier de 10h à 12 heures (toutes les 2 minutes)**

**Remise des prix : à partir de 13h30 puis remise des prix du Challenge LOCO juste après.**

TERRAIN : Pinède, terrains méditerranéens.

Nombreuses branches au sol, jambes couvertes conseillées.

**Le parking est dans une propriété privée, interdiction formelle d'approcher la maison et de franchir la rubalise.**