

il était une fois dans l'Aude ...

Championnat de Ligue « sprint » : Villerouge-Termenès

Course classique régionale : la Forêt des Fanges

une organisation du **RDPA** 1103LR

18/19 septembre 2010

Deux courses inscrites au classement national sur des nouveaux terrains audois



Samedi 18 septembre : Championnat régional 2010 « sprint »

Villerouge-Termenès, 45 minutes au sud-ouest de Narbonne.
Fléchage à l'entrée du village.

Carte : 1/4000, équidistance 2,5m, normes ISSOM, relevés & dessin Ray Hulse 2010

3 circuits CN. A : H21+, B : D21+ et H14-18, C : D14-18
Terrain : 60% village avec château médiéval, 40% zone naturelle avec très peu de végétation basse (short acceptable)

Traceur : Ray Hulse

Contrôleur des circuits : Miriane Vilmin

Arbitre/délégué fédéral : HP Prat

Dans un souci d'équité sportive, merci de ne pas venir visiter le village ou ses environs avant cette course.

Entrée en quarantaine 15h30, départs en ordre inverse du classement national des participants à partir de 16h : tous les concurrents doivent être en quarantaine à 15h30 pour pouvoir prétendre au classement.

Tarifs (licenciés FFCO) : 4€ adultes, gratuit pour les 20 ans et moins

Après la course : grillade offerte par la commune aux concurrents et leurs accompagnants

Pour partager un moment d'amitié après la course, la commune de Villerouge-Termenès nous propose une grillade à partir de 19h sur l'aire d'arrivée (+ remise des récompenses).

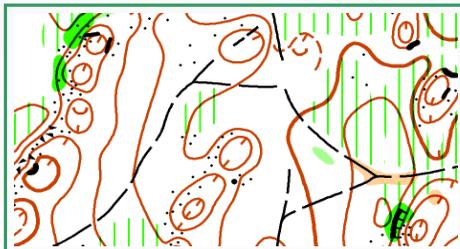
Dimanche 19 septembre : Course régionale classique

Dans la Forêt Domaniale des Fanges, à l'est de Quillan : accès via 4 km de piste forestière en partant du Col de St Louis (entre Caudiès de Fenouillèdes (66) et St Louis et Parahou (11)). Fléchage à partir de Bugarach

Carte : 1/10000, 5m, relevés & dessin Ray Hulse 2010

Terrain : une forêt sauvage au relief karstique, avec végétation basse, des branches au sol & zones caillouteuses. Guêtres fortement recommandées.

Traceur : Ray Hulse. Contrôleur des circuits : Miriane Vilmin. Arbitre/délégué fédéral : HP Prat



Circuits/catégories selon règlement de la Coupe de la Ligue (sousclassement & surclassement également possible) :

A : H18-20-21-35-40-45 (*temps du vainqueur prévu 65'*)

B : H50-55 D18-20-21-35-40-45 (*tvp = 55'*)

C : H16-60-65-70 D50-55-60-65-70 (*tvpo = 40'*)

D : H14 D14-16 (*tvpo = 35'*)

E : H12 D12 (*tvpo = 30'*)

F : H10 D10 (*tvpo = 20'*)

Circuit jalonné. Départs entre 10h et 12h (choix libre à l'accueil), fermeture des circuits & récompenses 14h

Tarifs (licenciés FFCO) : 6€ adultes, gratuit pour les 20 ans et moins



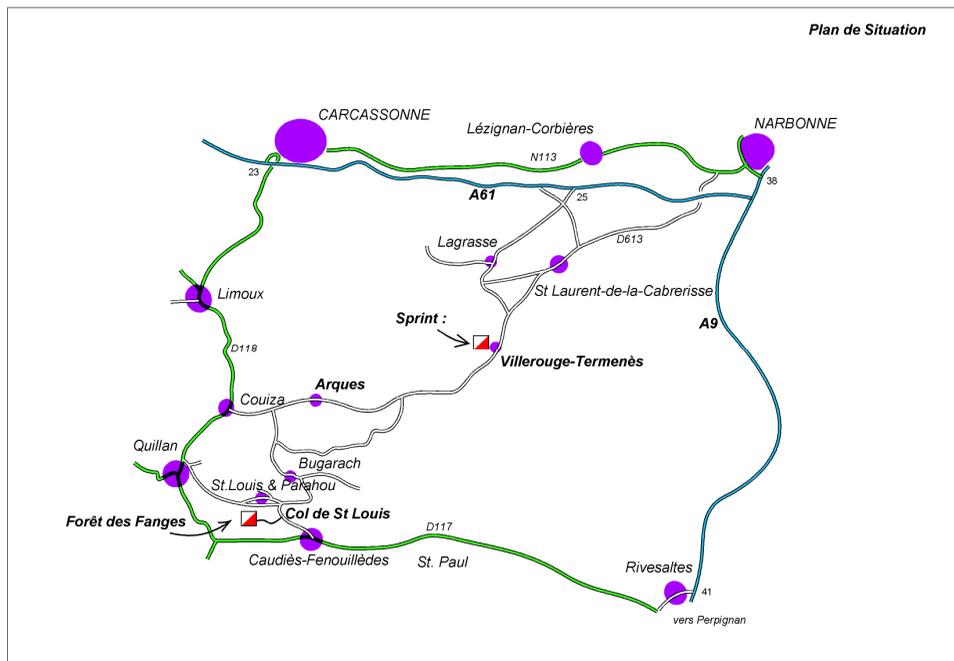
Informations & inscription

Pre-inscriptions obligatoires pour être classé. Fermeture des inscriptions **samedi 11 septembre 2010** minuit, majoration 50% après cette date sous réserve des places disponibles.

Pour les deux courses, indiquer le nom, prénom, catégorie d'âge (avec sous ou sur-classement si souhaité) circuit, numéro sportident (ou de location), ainsi que combien de personnes vont participer à la grillade samedi soir.

Envoyer via email à ray.hulse@orange.fr, ou par téléphone : 04 68 69 86 15 ou 06 89 58 49 36.

Comment y aller :



Hébergement

Autour de Villeroze :

Gîte d'étape du Roc de Golta, près de Villeroze, dortoir 14 places + 2 chambres à 2 places.

Tél. 04.68.70.06.98

Massac : La Cave de Massac, www.lacavedemassac.be, petits meublés/gîtes pour une vingtaine de personnes

La communauté de communes de Mouthoumet gère plusieurs gîtes dans le coin : contacter Mme Christine Le Carreres, 04.68.42.77.00

Plus proche de la Forêt des Fanges :

Maison de la Nature et de la Randonnée, Bugarach : gîte d'étape, camping et mobilhomes : à 1h de Villeroze, 25 min de la Forêt des Fanges