



Téléphone en cas d'urgence #POT2017 : Eric Mermin 06 80 52 35 57

Le club Orient'Alp, les skieurs du Mont Aiguille et les villages de Clelles et Chichillianne sont heureux de vous accueillir pour ces trois jours de course au cœur du Trièves.

Samedi 15 avril 2017 - Moyenne Distance « Ferme Gabert »

Fléchage : A partir de l'intersection D 1075 - D 526. Comptez 10 minutes entre le début du fléchage et le parking. Les places de parking étant limitées, merci de privilégier le covoiturage.

Distances : Parking-accueil : de 0 à 500 m (2 500 m pour les camping cars) ; **accueil-départ :** 500 m sans dénivelée ; **arrivée-accueil :** 650 m sans dénivelée.

Départs : Heures de départ choisies à l'accueil. Premier départ à 13 heures, dernier à 16h30. Les parents accompagnant leurs enfants sur le jalonné doivent avoir couru auparavant. **Appel au Départ à H - 4'**

Terrain : Forêt de feuillus et résineux sur d'anciennes terres agricoles. Végétation variant du semi ouvert au vert 3 d'où la nécessité d'avoir jambes et bras couverts ; guêtres et chaussures à picots conseillées. Densité de chemins faible. Pentes avec micro reliefs. Présence de nombreuses clôtures récentes ou plus anciennes. Les clôtures en forêt sont aisément franchissables, souvent discontinues voire à terre. Les circuits orange et violet traversent un ou plusieurs petits ruisseaux avec un niveau d'eau normalement réduit.

Carte : « Ferme Gabert » 1/10 000 (1/7 500 pour le jalonné) équidistance 5m. Carte réalisée en été 2014.

Les définitions seront disponibles au départ et également imprimées sur la carte.

Niveau Technique	Longueur	Dénivelée	Nombre de postes	Temps estimé du vainqueur en minutes
VIOLET LONG	4210	240	19	40
VIOLET COURT	3620	160	16	40
ORANGE	3080	140	14	35
JAUNE	2590	130	13	20
BLEU	1880	110	9	20
VERT	1630	100	10	20
JALONNE	1330	80	9	20

Toilettes : Des toilettes sont disponibles à l'accueil.

En cas d'abandon, passez impérativement par l'arrivée pour ne pas déclencher des secours inutiles.

Fermeture des circuits à 18h30





Téléphone en cas d'urgence #POT2017 : Eric Mermin 06 80 52 35 57

Dimanche 16 avril 2017 - Longue Distance « Bois des Granges – La Cottle »

Fléchage : A partir de l'intersection D 1075 – D7. Les places de parking étant limitées, merci de privilégier le co-voiturage. Le parking se fera préférentiellement le long de la D7b à l'Est de Donnière

Distances : **Parking-accueil:** de 100 à 1000 m; **accueil-départ :** 1000 m dénivelée négligeable ; **arrivée-accueil:** sur place.

Départs : Heures de départ choisies à l'accueil. Premier départ à 10 heures, dernier à 13h30. Les parents accompagnant leurs enfants sur le jalonné doivent avoir couru auparavant. **Appel au Départ à H - 4'**

Terrain : Forêt de feuillus et résineux de contrefort montagneux comportant certaines zones avec de nombreux rochers. Bonne pénétrabilité générale, quelques zones avec des branches coupées au sol issues d'exploitation récente. Bonne densité de chemins, présence de nombreux champs. Certains sont en culture et sont indiqués comme étant interdits (mais pouvant être longés sur leurs bordures) et d'autres sont limités par de la rubalise à ne pas franchir ! Merci de respecter ces interdictions. Tous les autres prés peuvent être traversés.

Carte : « Bois des Granges – La Cottle » 1/10 000 (1/7 500 pour le jalonné) et 1/15 000 pour certaines catégories du violet long (Cf RS LAURACO) équidistance 5 mètres. Carte réalisée en 2013-2014 et mise à jour très partiellement en 2017.

Les définitions seront disponibles au départ et également imprimées sur la carte.

Niveau Technique	Longueur	Dénivelée	Nombre de postes	Temps estimé du vainqueur en minutes
VIOLET LONG 15000	7100m	340m	20	50'
VIOLET LONG 10000	7100m	340m	20	55'
VIOLET COURT	4900m	210m	14	45'
ORANGE LONG	6000m	280m	14	60'
ORANGE COURT	4300m	150m	13	40'
JAUNE	4400m	170m	9	40'
BLEU	3100m	115m	9	30'
VERT	2400m	105m	9	23'
JALONNE	1810m	50m	9	20'

Toilettes : Des toilettes sont disponibles à l'accueil.

En cas d'abandon, passez impérativement par l'arrivée pour ne pas déclencher des secours inutiles.

Fermeture des circuits à 16h00





Téléphone en cas d'urgence #POT2017 : Eric Mermin 06 80 52 35 57

Lundi 17 avril 2017 - Moyenne Distance « Serre de la Poulette »

Fléchage : A partir de l'intersection D 1075 - D 526. Comptez 5 minutes entre le début du fléchage et le parking. Les places de parking étant limitées, merci de privilégier le covoiturage.

Distances : parking-accueil : de 0 à 500 m (1500 m pour les camping cars) ; accueil- **pré-départ** : 900 m et 25 m de dénivelée ; **arrivée-accueil** : 1300 m et 45 m de dénivelée.

Départs : Heures de départ choisies à l'accueil. Premier départ à 9 heures, dernier à 12h30. Les parents accompagnant leurs enfants sur le jalonné doivent avoir couru auparavant. Merci de respecter les agriculteurs qui vous accueillent en vous échauffant sur le chemin en contrebas du départ.

Appel au Pré-Départ à H-8'

Terrain : Forêt de feuillus et résineux sur d'anciennes terres agricoles. Végétation variant du semi ouvert au vert 2 d'où la nécessité d'avoir jambes et bras couverts ; guêtres et chaussures à picots conseillées. Densité de chemins faible. Nombreuses collines, buttes, fossés et ruisseaux intermittents. Quelques zones très détaillées. Les circuits orange et violet traversent un petit ruisseau avec un niveau d'eau normalement très réduit.

Carte : « Serre de la Poulette » 1/10 000 (1/7 500 pour le jalonné) équidistance 5m. Carte réalisée en été 2014.

Les définitions seront disponibles au départ et également imprimées sur la carte.

Niveau Technique	Longueur	Dénivelée	Nombre de postes	Temps estimé du vainqueur en minutes
VIOLET LONG	5050m	150m	20	38'
VIOLET COURT	4240m	100m	16	30'
ORANGE	3380m	90m	14	25'
JAUNE	3250m	80m	12	28'
BLEU	2890m	40m	10	20'
VERT	2090m	20m	7	15'
JALONNE	2100m	25m	8	20'

Toilettes : Des toilettes sont disponibles à l'accueil.

En cas d'abandon, passez impérativement par l'arrivée pour ne pas déclencher des secours inutiles.

Fermeture des circuits à 14h30

