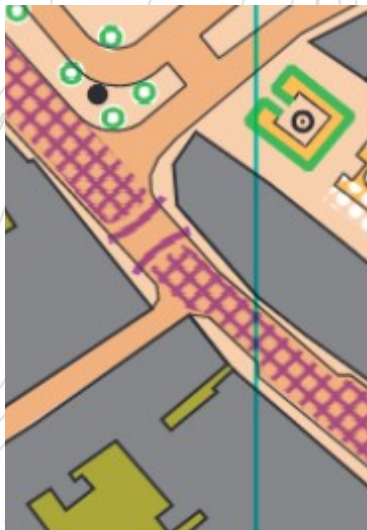


Consignes de course

- Échauffement : carte disponible au centre de course.
 - La zone d'échauffement est une école abandonnée, nous nous excusons des déchets présents.
- Les deux arrivées sont visibles pour les spectateurs, merci de respecter les zones interdites.
- Carte :
 - Couvin
 - Révision : avril 2022
 - Échelle 1 :3000 ou 1 :4000 en fonction des catégories
 - Équidistance 2,5m
- Distance pré-départ => départ : 40m
- **Attention !!!!!** La ville n'est pas fermée à la circulation.
- La course sur la route principale est strictement interdite. Vous devez emprunter les trottoirs et les passages pour piétons. Des bénévoles seront présents aux passages piétons pour stopper la circulation.



Pour les D-10 H-10 D-12 H-12, il n'y a pas de passage de la route principale.

- Les bancs présents sur le terrain ne sont pas représentés sur la carte.



- De la rubalise HOC a été positionnée à différents endroits dans la ville, il est formellement interdit de la franchir.

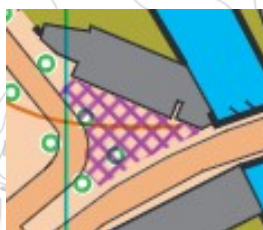


Cette rubalise peut délimiter :

- Une barrière artificielle



- Une zone interdite



- Une haie infranchissable

- Une propriété privée



- Un pont est en travaux, le passage reste possible.

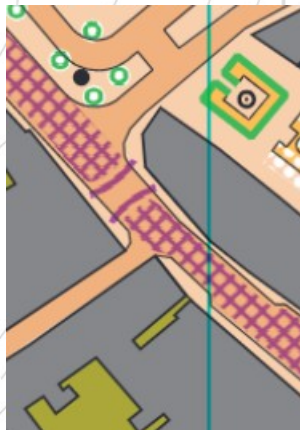


| Parcours | Catégorie | Distance | Dénivelé | Nombre de poste | Échelle |
|----------|----------------------|----------|----------|-----------------|---------|
| 1 | H21E, LD | 2,5 | 50 | 16 | 1 :4000 |
| 2 | H-20, H35 | 2,3 | 45 | 17 | 1 :4000 |
| 3 | D21E, H40 | 1,9 | 50 | 17 | 1 :4000 |
| 4 | H-18 H45 | 1,7 | 50 | 15 | 1 :4000 |
| 5 | H-16, H50 | 2,0 | 50 | 19 | 1 :3000 |
| 6 | D-20, D35 | 2,0 | 40 | 16 | 1 :4000 |
| 6' | H55 | 2,0 | 40 | 16 | 1 :3000 |
| 7 | D-18, D40 | 1,6 | 35 | 16 | 1 :4000 |
| 8 | D-16, D45, H60 | 1,7 | 30 | 18 | 1 :3000 |
| 9 | H-14, H65 | 1,6 | 30 | 17 | 1 :3000 |
| 10 | D-14, D-50, D-55 | 1,6 | 30 | 14 | 1 :3000 |
| 11 | D60, D65 H70, H75 | 1,6 | 30 | 16 | 1 :3000 |
| 12 | D70+, H80+ | 1,3 | 20 | 12 | 1 :3000 |
| 13 | D-12, H-12 | 1,5 | 30 | 15 | 1 :3000 |
| 14 | D-10, H-10 | 1,2 | 20 | 15 | 1 :3000 |



Wedstrijd instructies

- Opwarming: kaart verkrijgbaar in het wedstrijdcentrum.
 - De opwarming zone is een verlaten school, onze excuses voor de aanwezige afvalstoffen.
- Beide aankomsten zijn zichtbaar voor toeschouwers, gelieve de verboden zones te respecteren.
- Kaart :
 - Couvin
 - Herziening : April 2022
 - Schaal 1 :3000 of 1 :4000, afhankelijk van de categorie
 - Hoogtelijnen 2,5m
- Afstand naar de start => start: 40m
- **Opletten!!!!** Het verkeer is niet voor de wedstrijd gestopt
- Rennen op de hoofdweg is ten strengste verboden. U moet de voetpaden en zebrapaden gebruiken. Vrijwilligers zullen aanwezig zijn op de kruisingen om het verkeer tegen te houden.



Voor de D-10 H-10 D-12 H-12, is er geen doorgang op de hoofdweg.

- Banken in het veld zijn niet op de kaart aangegeven.



- Op verschillende plaatsen in de stad is HOC-band geplaatst, en het is ten strengste verboden om dit overschrijden.

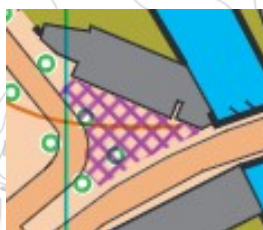


Deze band kan worden gebruikt om begrenzen:

- Een artificiële barrière



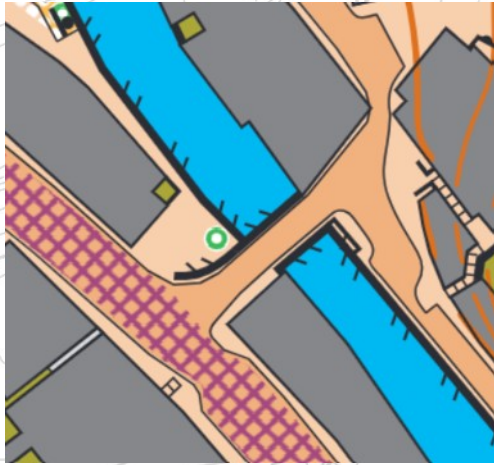
- Een verboden zone



- Een onbegaanbare haag
- Een privé-gebied



- Een brug is in aanbouw, maar doorgang is nog steeds mogelijk



| Omloop | Categorie | Afstand | Hoogtewinst | Aantal posten | Schaal |
|--------|----------------------|---------|-------------|---------------|---------|
| 1 | H21E, LD | 2,5 | 50 | 16 | 1 :4000 |
| 2 | H-20, H35 | 2,3 | 45 | 17 | 1 :4000 |
| 3 | D21E, H40 | 1,9 | 50 | 17 | 1 :4000 |
| 4 | H-18 H45 | 1,7 | 50 | 15 | 1 :4000 |
| 5 | H-16, H50 | 2,0 | 50 | 19 | 1 :3000 |
| 6 | D-20, D35 | 2,0 | 40 | 16 | 1 :4000 |
| 6' | H55 | 2,0 | 40 | 16 | 1 :3000 |
| 7 | D-18, D40 | 1,6 | 35 | 16 | 1 :4000 |
| 8 | D-16, D45, H60 | 1,7 | 30 | 18 | 1 :3000 |
| 9 | H-14, H65 | 1,6 | 30 | 17 | 1 :3000 |
| 10 | D-14, D-50, D-55 | 1,6 | 30 | 14 | 1 :3000 |
| 11 | D60, D65 H70, H75 | 1,6 | 30 | 16 | 1 :3000 |
| 12 | D70+, H80+ | 1,3 | 20 | 12 | 1 :3000 |
| 13 | D-12, H-12 | 1,5 | 30 | 15 | 1 :3000 |
| 14 | D-10, H-10 | 1,2 | 20 | 15 | 1 :3000 |

