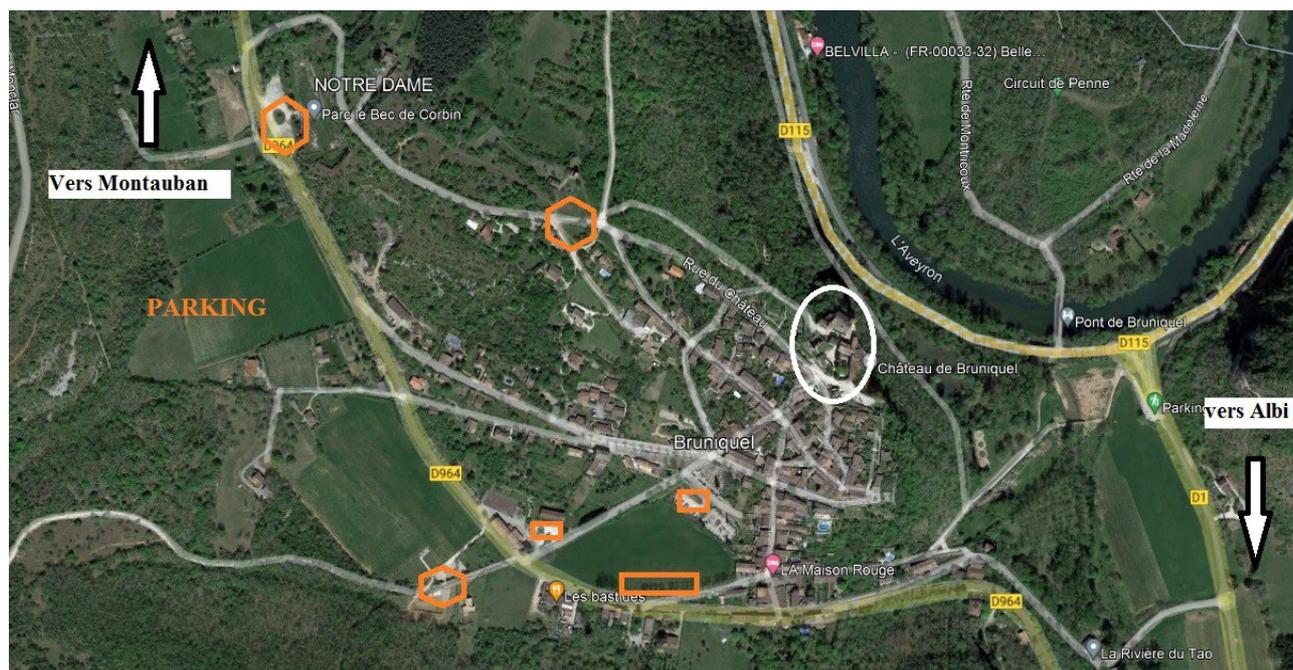


Informations courses



Vendredi 17 accueil coureurs aux Châteaux de Bruniquel entrée principale en haut du village .

Accès INTERDIT par les jardins ou portail Haut. Accès secours et logistique.

Possibilité de poser les sacs de délestage pour les coureurs en Heure.

Repas pasta le soir 19h 30 aux Châteaux.



Samedi 18 /02 accueil coureurs dès 8h aux Châteaux en haut du village.

Esplanade et entrée



Cour Basse et entrée



Cour haute, arrivées des courses et espace coureur



Les dossards, dotations, puces et tracker pour le départ de toutes les courses sont dans la cour basse des châteaux à l'entrée.

Les départs se feront sur l'esplanade devant l'entrée .

Pour l'achat de boissons ou repas, allez à la buvette cour basse des Châteaux, face au dossards.

Les arrivées, ravitaillement arrivée, base de vie courses en heure, espace coureurs, espace secours et PC courses, sont dans la cour haute des châteaux.

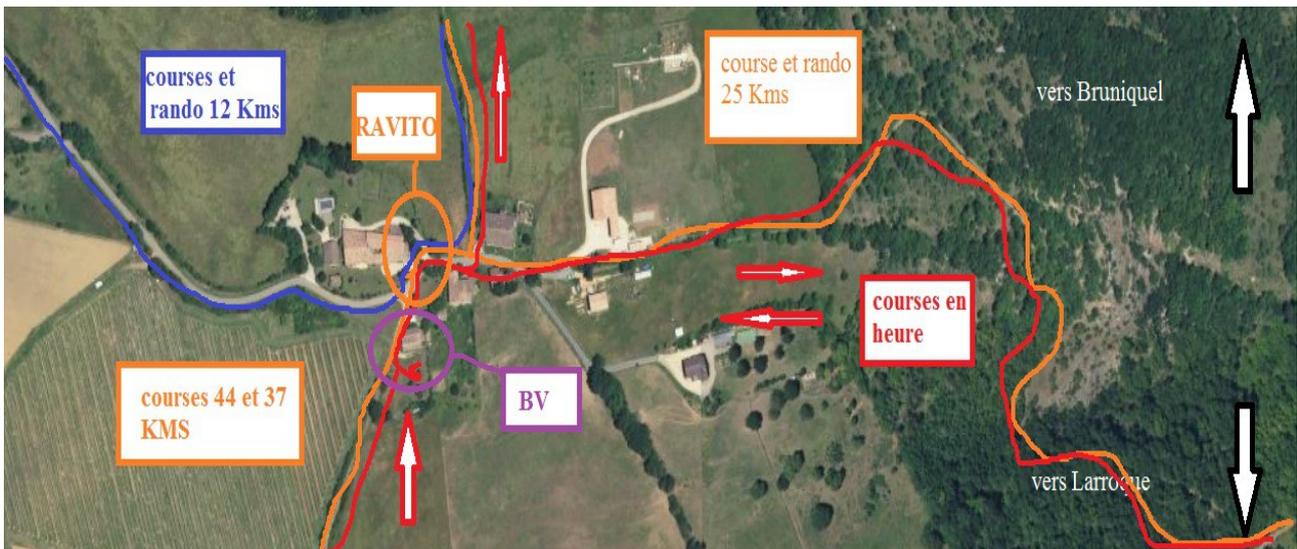
Base de vie Escourate, repas grillades, soupe, zone repos et sac de délestage pour les courses en heure. Ravitaillement courses en kms et randonnées
Sucré, salé, boissons chaudes et froides. Poste secours et rapatriement



Base de vie les Nouals.

Base en semi autonomie pour les coureurs en heure. Boissons chaudes et froides , ravitaillement sucré, salé zone sèche de repos, rapatriement , dépose de sac de délestage .

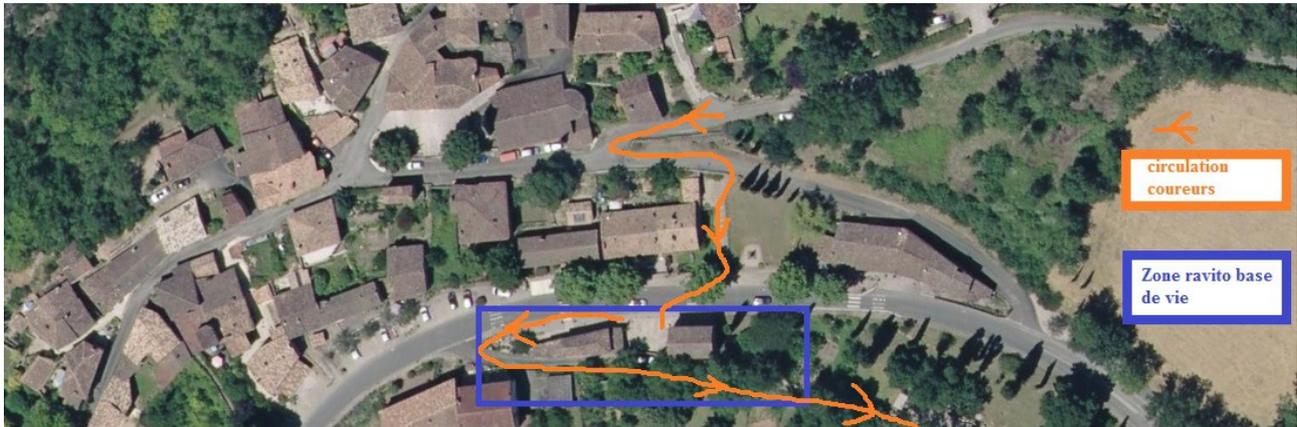
Les coureurs en heure y passent à l'aller, venant de l'Escourat vers Larroque, en faisant un aller retour sur le même chemin sur 1,5 kms. Ils y repassent au retour de Larroque par un autre chemin pour aller à Bruniquel .



Ravitaillement Randonnées 12 /25Kms , CaniTrail, Trail , boissons chaudes froides, alimentation, salé, sucré, rapatriement et secours.



Base de vie LARROQUE repas grillades, soupe, zone repos et sac de délestage pour les courses en heure. Ravitaillement courses en kms et randonnées Sucré, salé, boissons chaudes et froides. Poste secours et rapatriement



Besoin d'informations supplémentaires ne figurant, ni sur les règlements ou sur le site, demandez aux responsables bénévoles dans les bases de vie et accueil Châteaux.

Merci pour votre participation ,, Amusez vous bien .