

Inscription en ligne

InkTape

Gratuit pour l'organisateur

ROADBOOK 2023

Trail des Patarins

BARRIÈRE HORAIRE 4H30

Départ 14h Cité médiévale Place Prado

Code	Lieux de passage	Kilométrage	Dénivelé +	Dénivelé -	Barrières Horaires	Alimentation						Points de Contrôle	Médical					Confort					
						Boissons Froides	Solides Froids	Nutritifs Sportives	Boissons Chaudes	Solides Chauds	infirmières		Médecins	Services de Secours	Podologues	Chiropracteurs	Kinésithérapeute Ostéopathes	Repos	Sacs de délestiage	Ravitaillements Navettes	Assistance Autorisée 1 personne	Visiteurs autorisés	
1P	Départ Cité de Carcassonne Place Prado - Piste de course à 1.7 km de la salle du Dôme Carcassonne	0	0	0	Ven 27 14h10							CP											
2	Lac de Cavayère	6	137	127																			
2CM	Traversée du Camp de Tir - D42 Camp militaire de Villemaury	10.8	416	197																			
13	Palaja Montjause Camp Militaire de Villemaury	15.8	623	508	Ven 27 17h00							CP											
1D	Carcassonne Ville Basse - Salle du Dôme	26	759	799	Ven 27 18h30							CP											



En dehors de la course, la traversée du **camp de tir militaire** de Villemaury est interdite (danger de mort)
Outside the race, crossing the Villemaury military shooting camp is prohibited (danger of death)

- Un Contrôle du matériel obligatoire pourra être effectué à plusieurs endroits du parcours
Compulsory equipment inspection may be carried out at several points along the route
- Pour les Barrières horaires : Quand il n'est rien notifié cela indique une barrière uniquement à l'entrée sinon c'est notifié **Sortie**
For Cut-off: When nothing is notified this indicates a time only at the entrance otherwise it is notified **Exit**
- Il est interdit de stationner sur les ravitaillements indiqués pour une question de sécurité. Veuillez garer votre véhicule au moins à 300 m en amont
It is forbidden to park on the aid stations indicated for your safety. Please park your vehicle at least 300 m upstream