# ROADBOOK 2024

## Trail des Colombes

**BARRIÈRE HORAIRE 8H00**

## Départ 8h

**SAMEDI 26 OCTOBRE 2024** Cité médiévale Place Prado

| Code | Lieux de passage | Kilométrage Km | Dénivelé + | Dénivelé - | Barrières Horaires (CUT OFF TIME BH 8H) | Alimentation: Boissons Froides | Solides Froids | Nutritions Sportives | Boissons Chaudes | Solides Chauds | Points de Contrôle | Médical: infirmières | Médecins | Services de Secours | Podologues | Chiropracteurs | Kinésithérapeute Osthéopathes | Confort: Reposs | Sacs de déléestage | Rapatriements Navettes | Assistance Autorisée 1 personne | Visiteurs autorisés |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1P | **Départ Cite de Carcassonne**<br>*Place Prado - Porte de narbonne*<br>*à 1.2 km de la salle du Dôme Carcassonne* | 0 | 0 | 0 | | | | | | | CP | | | | | | | | | | | |
| 2 | Lac de Cavayère | 6 | 137 | 127 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Molières sur l'Alberte (Hameau)<br>Col de Jouffray - Villefloure | 19.1 | 793 | 598 | Sam 26 11h30 | | | | | | CP | | | | | | | | | | | |
| 13 | Palaja Montjausse<br>Camp Militaire de Villemaury | 30.8 | 1202 | 1072 | Sam 26 14h30 | | | | | | CP | | | | | | | | | | | |
| 1D | Carcassonne<br>Ville Basse - Salle du Dôme | 41.2 | 1338 | 1363 | Sam 26 16h00 | | | | | | CP | | | | | | | | | | | |

**TERRAIN MILITAIRE**
**DEFENSE D'ENTRER**
Article 413-5 et R 644-1 du Code Pénal

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