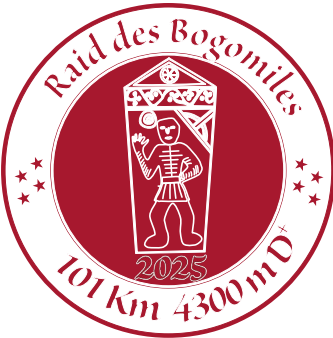


ROADBOOK 2025

Départ 9h Cité médiévale Place Prado

Raid des Bogomiles

 **Rapatriements** : Ce service est réservé aux personnes non rapatriées par les services de secours (ambulance, pompier , hélicoptères) en fonction des contraintes de l'organisation des délais d'attente de 2 à +sieurs heures est possible. Pour les personnes, qui ont des contraintes, nous vous suggérons de privilégier votre rapatriement avec un tiers (ami-famille etc..). et penser à prendre vos sac de délestage à Arques.

		Kilométrage	Dénivelé +	Dénivelé -	 Barrières Horaires	Alimentation					 Points de Contrôle	Médical						Confort				
Code	Lieux de passage	Km				Boissons Froides	Solides Froids	Nutritifs Sportives	Boissons Chaudes	Solides Chauds		infirmières	Médecins	Services de Secours	Podologues	Chiropracteurs	Ostéopathes	Repos	Sacs de délestage	Rapatriements Navettes	Assistance Autorisée 1 personne	Visiteurs autorisés
1P	Départ Cite de Carcassonne Place Prado - Porte de Narbonne à 1.2 km de la salle du Dôme Carcassonne	0	0	0																		
2	Lac de Cavayère	6	137	126																		
3	Molières sur l'Alberte (Hameau) Ladern sur Lauquet	20	772	590	Vend 25 12h30																	
4	Caunette sur Lauquet Mairie	33	1511	1210	Vend 25 15h30																	
5	Château d'Arques (boucle entre lac et village)	52	2239	2055	Vend 25 19h00 Sortie - exit Vend 25 20h00																	
10	Villardebelle (Village)	66	3430	3042	Vend 25 23h00																	
11	Greffeil (Village)	75	3697	3601	Sortie - exit Sam 26 1h30																	
12	Ladern sur Lauquet (Village)	82	4005	3988	Sam 26 4h30																	
13	Palaja Montjausse Camp Militaire de Villemaury	94	4449	4358	Sam 26 7h50																	
1D	Cité Médiévale de Carcassonne Ville Basse - Dôme	103	4578	4647	Sam 26 11h00																	



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. **Veillez 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