

Dimanche 21/04/2019 – 2 courses en Centre Bretagne HUELGOAT

Championnat de Bretagne 2019 - Relais Mixte Simple Mass Start



Le Quimper Orientation organise le Championnat de Bretagne 2019 de relais le dimanche 21 avril.

Afin de rendre cette épreuve attractive et dynamique, nous optons pour une version relais Mixte simple, sur des circuits orange/violet d'une part et Jaune/Bleu-Vert d'autre part.

Les règles :

- une équipe est constituée de 2 coureurs,
- les équipes mixtes seront privilégiées, dans la mesure du possible,
- tout panachage d'âge autorisé,
- Relais mixte ouvert aux H/D16 et + pour les circuits orange/violet,
- Relais mixte sans contrainte d'âge ni de sexe sur le relais mixte Jaune/Bleu-Vert

Les Parcours :

- Relais Mixte simple Orange/Violet: enchaînement de 4 circuits –

Relayeur 1 (2km) -Relayeur 2 (3km) - Relayeur 1 (2km) -Relayeur 2 (3km)

Départ en masse à 10 h

Temps estimé de l'équipe gagnante: 1h30

- Relais Mixte simple Jaune/Bleu-Vert: enchaînement de 4 circuits –

Relayeur 1 (1,5km) -Relayeur 2 (2km) - Relayeur 1 (1,5km) -Relayeur 2 (2km)

Départ en masse à 10 h 15

Temps estimé de l'équipe gagnante: 1h30



Mass Start

Le même jour afin d'agrémenter la journée, mass start avec départ de tous les circuits autour de 14h(A préciser selon la fin du relais).

Les Parcours :

- Violet: env. 8 km et 250 m de dénivelé
- Orange: env. 6 km et 200 m de dénivelé
- Jaune: env. 4,5 km et 150 m de dénivelé
- Vert Bleu: env. 3 km et 100 m de dénivelé