



Consignes et directives de course

1. Les coureurs doivent se rassembler dans la zone de départ à partir de 8 h 30
2. Les coureurs doivent s'assurer de porter leur dossard (devant) et leur puces chrono
3. L'appel final des coureurs aura lieu à 8 h 45
4. Le départ des 5 km et des 10 km se font de façon simultanée
5. Les coureurs du 5 km portent des dossards rouges alors que les coureurs du 10 km portent des dossards bleus
6. Les coureurs les plus rapides doivent se placer devant le peloton
7. La cérémonie de départ comporte les éléments suivants :
 - a. Discours VIP
 - b. Présentation des meilleurs coureurs
 - c. Coureurs à vos marques
 - i. Le peloton avance jusqu'à la ligne de départ (3 mètres)
8. L'épreuve de 5 km compte une boucle de 5 km
9. L'épreuve de 10 km compte deux boucles de 5 km
 - a. Pour la 2^e boucle du 10 km, le parcours connaît un changement par rapport au tracé des première et deuxième étapes. Les coureurs ne vont plus sous le viaduc pour le U-turn 2. Les coureurs tournent au U-turn 1 comme au premier tour.
Toutefois, les coureurs tournent à droite au km 7.5 (juste avant le point de ravitaillement) pour un aller-retour de 230 m. sur la piste cyclable et sur une rue du quartier résidentiel, puis retournent sur le parcours régulier.
10. Les coureurs du 5 km tournent à gauche au 4,8 km sur l'avenue des Lumières
11. Les coureurs du 10 km tournent à droite au 4,8 km pour le 2^e tour
12. Le peloton est :
 - a. Ouvert par moto-auto policier et véhicule officiel de la Coupe DIX30
 - b. Le peloton est encadré par quatre véhicules BMW
13. Signalisation à chaque virage (8 virages par boucle de 5 km)
14. Bornes kilométriques au km de 1 à 9
15. Bornes aux 600 m – 400 m – 200 m dans le dernier km
16. 2 postes de ravitaillement : 2,5/7,5 km et 5 km

La COUPE DIX30



17. À l'arrivée, les coureurs doivent
 - a. Dégager rapidement la zone d'arrivée
 - b. Déposer leur puce chrono aux préposés
 - c. Passer au poste de ravitaillement
18. Se diriger vers la zone d'accueil Les résultats seront disponibles sur les trois bornes d'information (l'horaire et le plan d'accès aux toilettes sont également sur les bornes d'information).