



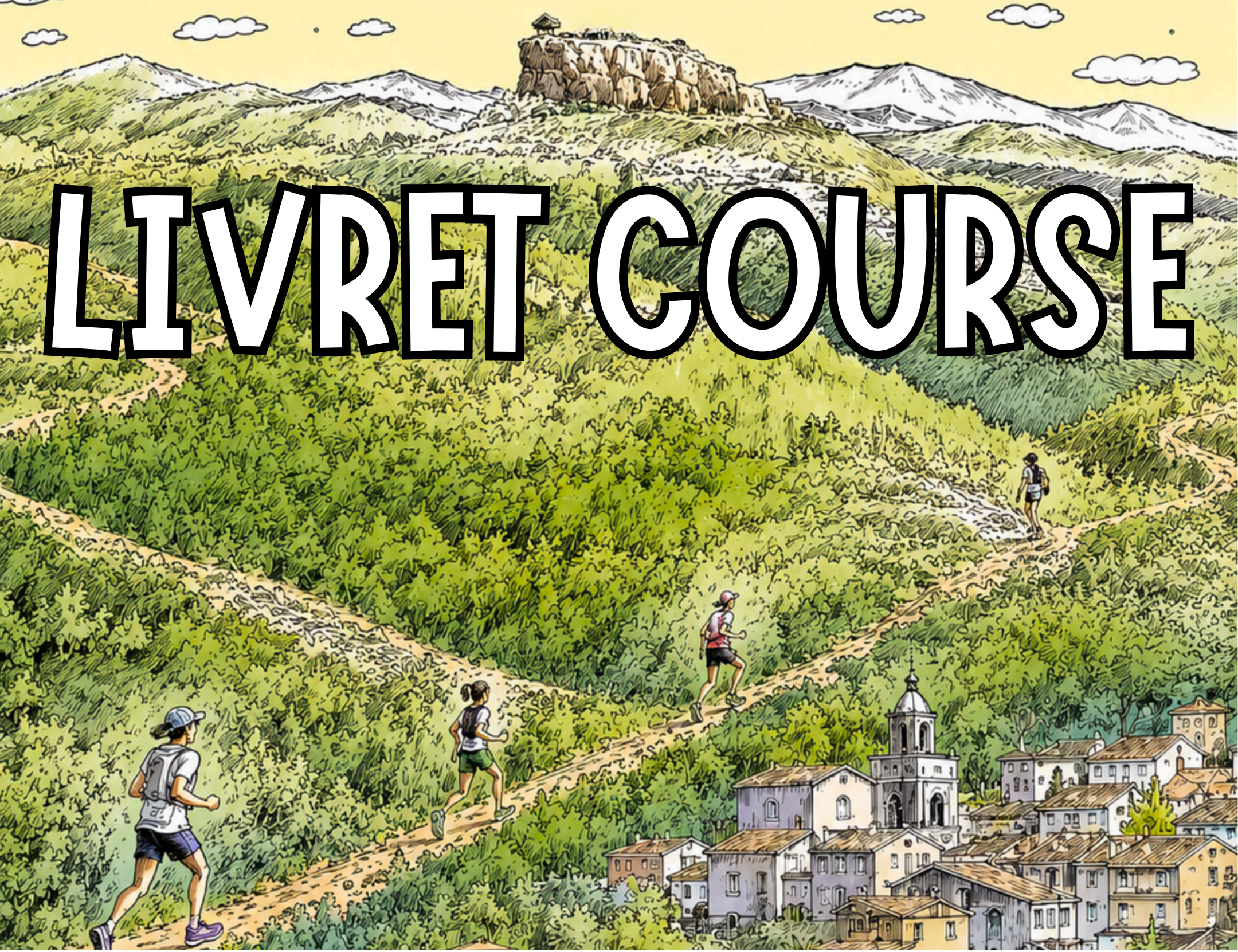
DIMANCHE 20 SEPTEMBRE



# BACKYARD

## Trail GRASSOISE

# LIVRET COURSE



# Le Concept

Une boucle de 5.5 km et 340 m D+ à répéter selon votre challenge choisi !  
Vous disposez d'une heure maximum pour effectuer la boucle, autrement vous serez éliminé et la prochaine boucle démarre sans vous !

Voici les différents formats proposés :

- ✓ 1 Tour – La Découverte  
5.5 km / 340 m D+
- ✓ 2 à 3 Tours – Le Challenge  
11 à 16.5 km / 680 à 1020 m D+
- ✓ 4 à 5 Tours – Le Défi Ambitieux  
22 à 27.5 km / 1360 à 1700 m D+
- ✓ 6 Tours – Le Grand Chelem  
33 km / 2040 m D+

Plus vous arrivez tôt plus vous avez du temps pour vous ravitailler et vous reposer, à vous d'établir votre propre stratégie !

BACKYARD   
Trail GRASSOISE

# Le point de RDV :

**Tennis Altitude 500** 

30 Rte Napoléon, 06130 Grasse

## **Déplacement :**

**Nous vous conseillons de favoriser l'utilisation des transports en commun. Depuis Grasse, Ligne A Sillage en direction de St Vallier. Arrêt : plateau Napoléon.**

**En voiture, nous vous invitons à favoriser le covoiturage.**

# Le point de RDV :

## Stationnement :

Le parking des tennis est réservé aux adhérents du club. Il est interdit d'y stationner.



**P**

Vous pourrez vous garer sur le parking juste en face ,  
l'aire du chêne de l'empereur :

<https://maps.app.goo.gl/Eiic5UgqbKCeHciB6>

**P**

Vous trouverez également un parking sur l'ancien stade de foot  
au chemin de la Clairette:

<https://maps.app.goo.gl/DGqiQ1GpaMfNmT1AA>

Un chemin balisé sera mis en place pour vous conduire jusqu'au  
point de départ (10 min de marche)

# Le point de RDV :

## Stationnement :



401

# Retrait des dossards :

## Chez RRUNNING CYCLE PASSION

Vous pouvez venir retirer votre dossard le  
18 et 19 septembre au magasin RRunning Cycle Passion,  
320 route de Cannes 06130 GRASSE, aux horaires d'ouverture  
ci-dessous.

**18 Septembre**

9h30-12h30 puis 14h30-19h30

**19 Septembre**

de 10h à 19h

Pour retirer votre dossard, n'oubliez pas votre pièce d'identité, idem pour le retrait via un tiers.

Aucun dossard ne sera délivré si le dossier n'est pas complet, pensez à déposer vos documents via le mail reçu lors de votre inscription !

**Pas de retrait le jour J !**

# Infos courses :

## Horaires :

**La découverte** : 1 tour

Départ 12h00

**Le challenge** : 2/3 tours

Départ 10h 00

**L'ambitieux** : 4/5 tours

Départ 8h00

**Le Grand Chelem** : 6 tours

départ 7h00

## Remise des prix :

13h15

## Parcours :

<https://www.openrunner.com/route-details/21487911>

# Infos courses :

## Ravitaillement :

Un terrain de tennis sera privatisé, vous trouverez sur ce dernier des barnums, tables et chaises pour déposer vos affaires.

Un ravitaillement solide et liquide sera mis en place pour que vous puissiez vous alimenter entre les boucles.

## Rappel règlement :

Peu importe le format choisi, vous avez 1h pour effectuer la boucle. Une fois la barrière horaire passée, vous serez alors éliminé.

Les bâtons sont autorisés, merci de faire attention aux autres coureurs .

(maintenez une distance de sécurité lors de la montée derrière un coureur qui possède des bâtons)



# Remise des prix

La présence du concurrent primé est obligatoire. À défaut, aucun prix ne pourra être réclamé ultérieurement par le concurrent absent.

FORMAT	SCRATCH	SEXE
<b>1 Tour – La Découverte</b>	Les 3 premiers	H & F
<b>2 à 3 Tours – Le Challenge Accessible</b>	Les 3 premiers	H & F
<b>4 à 5 Tours – Le Défi Ambitieux</b>	Les 3 premiers	H & F
<b>6 Tours – Le Grand Chelem Grassois (Solo &amp; Duo)</b>	Les 3 premiers	H & F

Le classement Scratch sera établie selon la durée totale des boucles ( plus vous êtes rapide plus vous avez de chances de gagner)

En complément de ces classements scratchs, un classement général viendra récompenser les 1ers de chaque catégorie H et F :

CADETS / JUNIORS / ESPOIRS / SENIORS-MO / M1-M2 / M3-M4 / M5-M6 / M7-M8 / M9-M10

Le classement par catégorie sera établi selon le meilleur chrono réalisé sur un tour à son propre défi, affecté d'un pourcentage majorateur selon le format.

Défi 1= +10%. Défi 2/3= +8 %. Défi 4/5= +5 %. Défi 6= +0 %

# Nos Partenaires

