

Championnat de France de ski-alpinisme

Relais-clubs - 16 décembre 2018

Méribel-Mottaret



Briefing de course

Briefing officiel - Version 1 mise à jour du 14/12/2018

Assurez-vous de consulter la dernière mise à jour publiée sur www.ski-alpinisme.com

Organisation :

Section Méribel Sport Montagne
du Club des Sports de Méribel

www.meribel-sport-montagne.com



Inscriptions :

Jusque samedi 15 décembre 19h,

sur place lors de la remise des dossards de la VR ou lors de la remise des prix de la VR, auprès de Laurence VAUTHIER.

Prévision météo :

Entre neigeux et couvert.

Température : environ 0°C. Vent faible. Visibilité : médiocre

Risque d'avalanche : Compétition sur piste en domaine sécurisé.

Jury de course :

Président de jury : Youri Leclercq

Arbitre : Yannick Idelon

Championnat de France de ski-alpinisme

Relais-clubs - 16 décembre 2018

Méribel-Mottaret

Accès au site de course

- ➔ Parkings à Méribel Mottaret (tous les parkings sont encore gratuits ce WE)
- ➔ Retrait des dossards, Office du Tourisme de Méribel Mottaret (1^{er} étage)
- ➔ La course se déroule sur le stade de l'Aigle, à l'arrière de la Maison du tourisme (contourner par la gauche en sortant coté front de neige)
- ➔ Remise des prix à la Chaudanne, salle des Pléïades (Parc Olympique)

Programme

Samedi 15 décembre

- **18h30 : dernières inscriptions, lors de la remise des prix du Cht de France de VR.**

Dimanche 16 décembre

- **9h30 : remise des dossards** à l'Office du Tourisme de Méribel Mottaret (salle à l'étage).
- **11h00 : Départ de la course** pour le premier relayeur
- **12h30 : Repas et remise des prix** au Parc Olympique, salle des Pléïades

Remise des Prix

La cérémonie de remise des prix aura lieu à partir de 13h00 à la salle des Pléïades (Parc Olympique à La Chaudanne).

Parking en face du complexe sportif.



Championnat de France de ski-alpinisme

Relais-clubs - 16 décembre 2018

Méribel-Mottaret

Matériel obligatoire

Matériel de base conforme au règlement FFME pour un Relais.

- ✓ Carte d'identité ou licence
- ✓ Skis & fixations
- ✓ Chaussures de ski
- ✓ Peaux anti-recul
- ✓ Bâtons
- ✓ Gants
- ✓ Casque
- ✓ Sac à dos
- ✓ 2 couches haut de corps
- ✓ 1 couche bas de corps

A prévoir également :

Pensez à prévoir une couche chaude pour vos moments d'attente de relais.

Dossard

Dossard cuisse droite

Environnement

Abandon de déchet interdit et pénalisé (y compris après la ligne d'arrivée). Des sacs sont à votre disposition aux lieux de ravitaillement.

Échauffement

Echauffement et repérage à partir de 10h30 dans l'aire d'évolution de la course. Il est possible que certains virages en descente soient modifiés entre le repérage et la course pour limiter le creusement.

Championnat de France de ski-alpinisme

Relais-clubs - 16 décembre 2018

Méribel-Mottaret

Ne pas s'échauffer sur les pistes ouvertes. Une zone est prévue à cet effet sur la partie droite.

Rappel du fonctionnement du relais

Chaque équipe est composée obligatoirement :

- D'un homme (quel que soit sa catégorie)
- D'une femme (quel que soit sa catégorie)
- D'un jeune (quel que soit son genre)

3/5

Chaque relayeur effectue deux fois le parcours dans l'ordre suivant :

- Relayeur A, 1^{er} passage
- Relayeur B, 1^{er} passage
- Relayeur C, 1^{er} passage
- Relayeur A, 2^{ème} passage
- Relayeur B, 2^{ème} passage
- Relayeur C, 2^{ème} passage

Le relayeur A est obligatoirement du genre féminin.

L'ordre de passage doit être confirmé au moment des inscriptions, les numéros de dossard tiennent compte de cet ordre.

Le parcours est constitué comme suit :

- une montée,
- une descente,
- un repeutage,
- une montée comportant une section à pied (sac sur le dos),
- une descente,
- un repeutage,
- le passage de relais,

Championnat de France de ski-alpinisme

Relais-clubs - 16 décembre 2018



Méribel-Mottaret

Après chaque repeutage, le relayeur doit par lui-même choisir si il part dans la montée 2 ou vers le passage de relais. En cas d'erreur il perdra du temps pour revenir dans la bonne montée.

Passage de relais : interdiction de passer le relais en tapant au bâton. **Le relais se passe virtuellement d'une tape de la main** sur n'importe quelle partie du corps du relayeur suivant.

4/5

Descente dans le parcours matérialisé par les portes de snowboard qui devront être contournées.



Championnat de France de ski-alpinisme

Relais-clubs - 16 décembre 2018

Méribel-Mottaret

