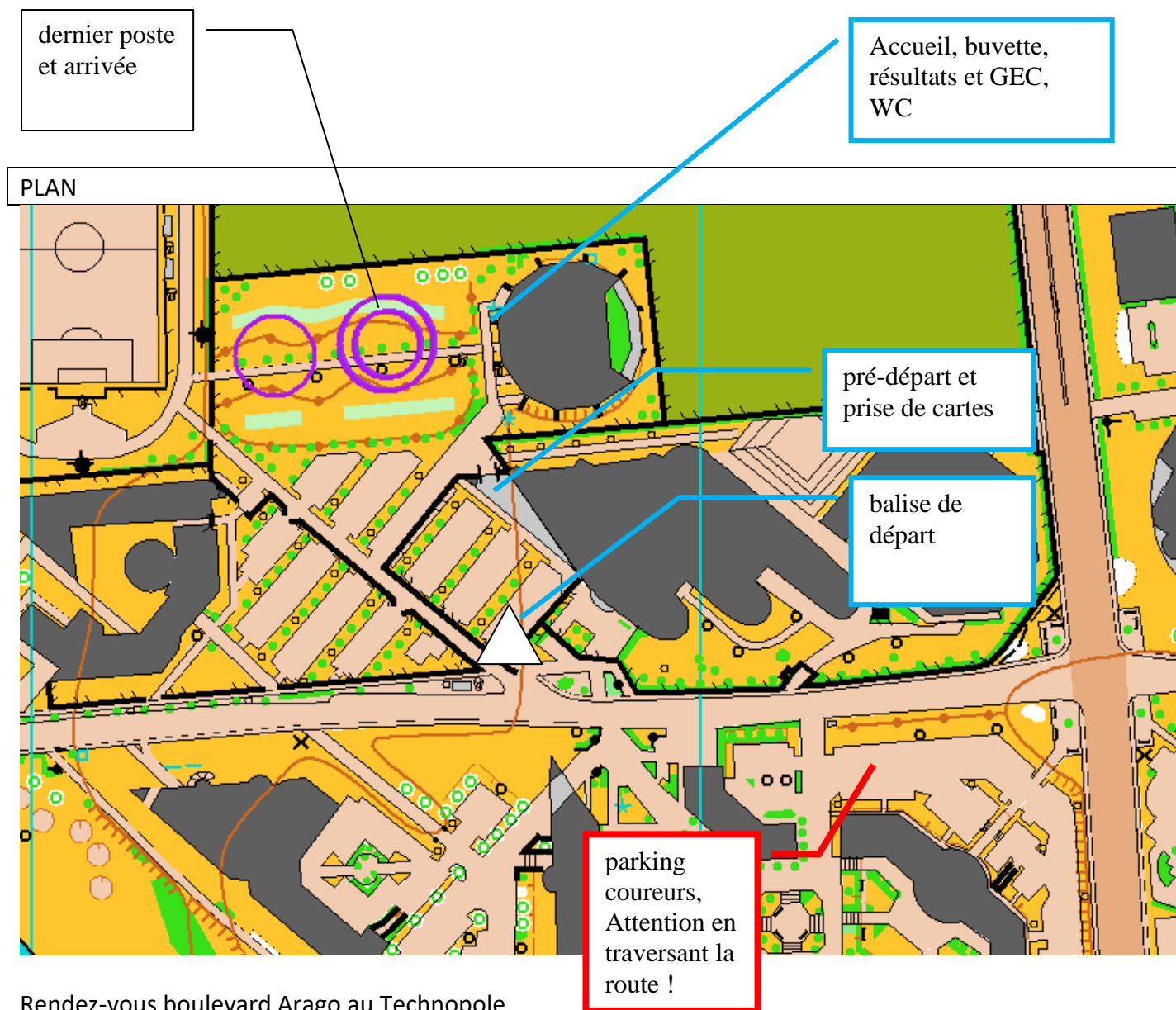




# METZ'O

Dimanche 17 décembre 2024 METZ



Rendez-vous boulevard Arago au Technopole

PARKING coureurs situé en face du lycée de la Communication (fléchage)

ACCUEIL dans le gymnase du lycée de la Communication (fléchage)

## DEPART

- présenter votre ticket reçu à l'accueil pour avoir votre ou vos cartes

## ARRIVEE

- dès la ligne d'arrivée franchie, allez à la GEC (informatique) située dans les vestiaires du gymnase.

- récupérez votre caution, votre carte d'identité ou vos clés en échange du doigt électronique prêté.

## RESULTATS

- sur le site du club de Metz, sur Face-book.

## CARTE

- au 1/4000 et au 1/ 5000 aux formats A4 et A3

- zones interdites : l'autoroute et les voies de contournement (raies en violette)

Circuits	Vol oiseau	Nombre postes	Meilleur itinéraire
F VERT	<b>2,16 km</b>	<b>12</b>	<b>2,6 km</b>
E -BLEU	<b>3,24 km</b>	<b>16</b>	<b>3,6 km</b>
D- DUO JAUNE et JAUNE	<b>4,74 km</b>	<b>19</b>	<b>5,7 km</b>
C - ORANGE court	<b>5,87 km</b>	<b>22</b>	<b>6,8 km</b>
B - ORANGE long	<b>8,53 km</b>	<b>29</b>	<b>10,3 km</b>
A - TRAIL long	<b>8,64 km</b>	<b>28</b>	<b>12,5 km</b>

## SECURITE

1) **Le petit circuit** (vert) se déroule autour du lac Symphonie, donc milieu protégé.

2) **Les autres circuits** : des passages obligatoires par des passages piétons et franchissement de la voie rapide par une passerelle (leur nombre est variable en fonction des circuits)

**VOUS DEVEZ IMPERATIVEMENT RESPECTER LE CODE DE LA ROUTE** et emprunter les trottoirs et les passages réservés aux piétons.

Le franchissement des routes ouvertes à la circulation se fait sous votre entière responsabilité et n'engage pas l'organisateur. Vous n'êtes pas prioritaire lors de ces traversées. Comme indiqué dans les règlements, vous êtes tenus de respecter scrupuleusement le Code de la Route.

Il vous est demandé la plus grande vigilance dans les escaliers, à l'abord des angles de rue où les risques de collision avec les piétons sont possibles.

**SECOURS** : Organisateur 06 61 15 63 44    Pompiers : 18

# BONNE COURSE