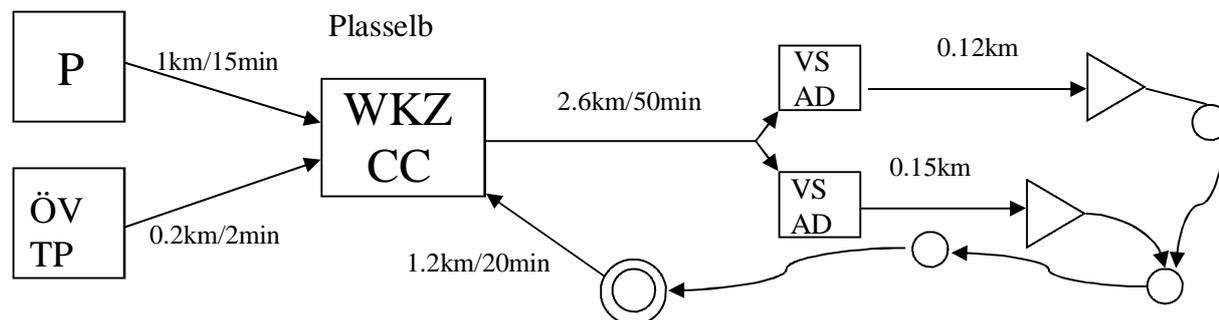


Organisateur	OLC SKOG Fribourg
Chef de course	Bernard Peissard
Traceur / Contrôle	Andreas Grote / Daniel Jungo
Délégué technique	Marcel Schiess
Carte	Tschärлуuschwand-Ärgeragraben 1:10 000 / 1:15 000, état printemps 2005, équidistance 5m, Yupo
Renseignements	Olivier Baechler, rte de l'Ecole 27, 1785 Cressier FR 026 674 34 69 E-Mail: info@olcskog.ch , www.olcskog.ch
Doping	Seuls les coureurs ayant signé la déclaration concernant le dopage peuvent participer dans les catégories DE/HE/D20/H20. Voir: http://www.solv.ch/solv/doping-infos.html
Centre de course	Ecole primaire, Plasselb / FR, dès 8h
Transports publics	Bus tpf à partir de Fribourg, voir www.cff.ch Fribourg dép: 08.32 h, Plasselb arr: 8.56 h Fribourg dép: 10.02 h, Plasselb arr: 10.26 h Fribourg dép: 11.32 h, Plasselb arr: 11.56h
Distances	TP -> CC 2 minutes
(voir plan de situation plus bas)	Place de parc -> CC: 15 minutes, 1km CC -> avant dép (1+2): 50-60 minutes, 2.6km, 120m dénivel. Avant dép -> départ (1+2) 4 minutes Arrivée -> CC: 20 minutes, 1.2 km
Information	L'information au centre de course est ouverte à partir de 8 h. Description de postes, location de badges SI, vente de cartes avec réseau de postes et listes de résultats complets, protêts. Inscription catégories ouvertes.
Système de contrôle / Postes	SPORTident. Les badges SI peuvent être loués à l'information pour Fr. 3.-. Chaque poste est muni d'une unité SI et d'une pince. Si l'unité SI ne fonctionne pas, poinçonnez la carte. Si le poste manque, notez la couleur des confettis.
Description des postes	Uniquement sur la carte de course.
Zones interdites	Les zones interdites sont imprimées sur la carte de course. La pénétration entraîne la disqualification.
Dépôt de vêtements	Que par très mauvais temps. Info au CC.
Avant départ	CC-> Avant dép. 50-60 min. (2.6km/120 dénivel.) Avant dép. -> Départ : 4 minutes, appel Effacer et tester badge.
Départ	La ligne de départ est partagée en deux. D'après la catégorie prendre départ 1 ou 2. (Catégories ouvertes voir plus bas)
Point de départ 1	120m de la ligne de départ, marqué avec un poste ou on ne timbre pas. Le chemin est jalonné.
Point de départ 2	150m de la ligne de départ, marqué avec un poste ou on ne timbre pas. Le chemin est jalonné.
Distribution des cartes	Les cartes sont posées au point de départ. Chaque coureur est responsable de prendre la carte juste dans sa catégorie – veuillez bien contrôler.
Départ Ouvert	Voie de départ séparée et départ séparé pour les catégories Ouvertes. Carte au départ. Le départ est déclenché avec le poste de départ. Relever les postes!
Parcours	Imprimé pour toutes les catégories.
Ravitaillement	HAL, H2O de l'eau après 40% du parcours, imprimé sur carte modèle à l'avant départ.
Arrivée	Interdiction de circulation. Fanion près de l'arrivée. Timbrer à l'arrivée.
Fermeture de l'arrivée	16h00
Lecture des SI	Le badge SI doit être lu au centre de course. Chaque compétiteur y est responsable, inclus les abandons.



Résultats	Résultats intermédiaires au centre de course. Envoi aux compétiteurs n'ayant pas accès à internet.
Vestiaires / Douches	Les vestiaires se trouvent au centre de course, à partir de 8 h.
Samaritains	Au centre de course.
Protêts	Les protêts sont à déposer par écrit au plus tard 1 heure après fermeture de l'arrivée à l'information au centre de course. Jury: Marcel Schiess (DT), Bernhard Peissard (organisateur), Stefan Schlatter (FSCO).
Cantine	L'OLC SKOG Fribourg offre un riche choix alimentaire à la cantine située au centre de course.
Garderie d'enfants	Pour enfants à partir de 2 ans au centre de course. Inscription jusqu'au 14 septembre à Annerös Hediger tel. 026 660 50 84 Natel: 079 543 64 87
CO pour enfants	CO Ficelle et CO Ecole, inscription au centre de course de 10 à 13 h.
Assurance	Est l'affaire des participants. L'organisateur décline toute responsabilité.
Proclamation des résultats NOM	Dimanche à 15h.
Logement	Voir sous www.schwarzsee-tourismus.ch , Tel: 026 412 13 13 Il n'y a plus de place au CC.
Spécial	Temps indicatif pour HE: 50 min, DE: 45 min (Disposition de la commission pour le sport d'élite). Attention, lors de précipitations les terrains rocheux rendent la course plus difficile. Les forestiers sont en train de couper du bois par endroit. La course est rendue plus difficile.

Plan de situation



Parcours

Catégorie	Dist.	Déniv.	Echelle	Départ	H14	H16	H18	H20	HAK	HAM	HAL	HB	H35	H40	H45	H50	H55	H60	H65	H70	H75	OK	OM	OL
DE	4.8	220	1:15 000	1	4.8	5.9	7.5	9.2	4.7	6.6	9.2	3.7	7.4	6.7	6.3	5.9	5.5	4.7	4.0	3.4	3.2	1.9	3.7	4.7
HE	7.7	320	1:15 000	1	180	240	340	400	230	260	400	170	300	280	270	240	220	210	160	150	120	80	170	210
D10	1.9	80	1:10 000	2	1:10 000	1:15 000	1:15 000	1:15 000	1:15 000	1:15 000	1:15 000	1:10 000	1:15 000	1:15 000	1:10 000	1:10 000	1:10 000	1:10 000	1:10 000	1:10 000	1:10 000	1:10 000	1:10 000	1:10 000
D12	2.7	130	1:10 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D14	3.3	150	1:10 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D16	3.7	190	1:15 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D18	4.5	220	1:15 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D20	5.6	240	1:15 000	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
DAK	2.9	150	1:15 000	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
DAL	4.7	210	1:15 000	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
DB	2.7	130	1:10 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D35	4.8	210	1:15 000	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D40	4.3	200	1:15 000	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D45	3.8	190	1:10 000	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D50	3.5	160	1:10 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D55	3.2	140	1:10 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D60	2.8	130	1:10 000	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
D65	2.7	130	1:10 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
H10	1.9	80	1:10 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
H12	2.7	130	1:10 000	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2