

Les circuits du week-end O Champagne 2020

(Extrait du RC LGECCO 2020)

Les distances et dénivelés seront précisés après validation des circuits par les experts

Régionale Sprint

Pour cette épreuve, les concurrents choisissent librement leur circuit, dans les limites suivantes :

- Les H18 et moins sont limités aux circuits jaunes et bleu
- Les D18 et moins n'ont accès qu'aux circuits jaune court et bleu
- Le circuit orange long est réservé aux hommes de 19 ans et plus.
-

Circuit	Distance indicative
Orange long	2,5 - 3 km
Orange Court	2 - 2,5 km
Jaune long	2 - 2,5 km
Jaune court	2 km
Bleu	1 - 1,5 km
Circuit loisir non chrono 1	
Circuit loisir non chrono 2	

Les distances définies au tableau ci-dessus correspondent à la distance réelle sur le parcours optimal

Régionale Nuit

Circuit	Temps de référence
Violet long	45'
Violet court	35'
Orange	35'
Jaune	30'
Vert	15'
Loisir Jaune 5km Non chrono	
Loisir bleu 3 km Non chrono	

Régionale Longue Distance

Les distances sont exprimées en km-effort et comprennent le dénivelé positif sur la base de 100m = 1km.

Circuit	Distance indicative
Noir	10-12 km
Violet Long	8-9 km
Violet Moyen	6-7 km
Violet Court	4-5 km
Orange	6-7 km
Jaune	4-5 km
Bleu	3-4 km
Vert	2-2,5 km
Jalonné	2-2,5 km
Loisir Jaune Non chrono	4-5 km
Loisir Bleu non chrono	2-3 km