

INFORMATIONS DE COURSE

VALERETTE ALTISKI 2024



**Chers(es) sportifs(ves),
suite aux précipitations abondantes des dernières
48h00 et de l'arrivée attendue de la neige ...
les héliportages et la préparation des parcours vont
débuter ce vendredi matin sur le site de Valerette**

**Le breafing de course avec le choix de tous les
parcours et horaires des départ sont définis en
fonction de ces conditions difficiles et ne pourront
être visible avant ce soir 20h00**

**Nous vous transmettons déjà les directives de course,
avec horaires qui seront mis à jour en fin de journée**

MERCI et Bienvenue à Valerette Altiski

CO VALERETTE ALTISKI

DIRECTIVES DE COURSE PROVISOIRE

INFOS HORAIRES DOSSARDS - CARS


PARKING domaine du Rhône Bex – important

AVANT- COURSE - Salle polyvalente de Massongex


ACCUEIL A MASSONGEX de 07h00 à 08h30


remise des dossards yc compris (bon-repas remis avec dossard).
retrait du Prix souvenirs

les horaires du départ des cars et des courses sont à définir

<u>PARCOURS C</u>	<u>FUN POP</u>	
ACCUEIL DOSSARDS	<u>07h00 à 07h45</u>	
DEPART CARS	<u>00h00 à 00h00</u>	
DEPART COURSE A.....	00h00	

<u>PARCOURS A</u> dames et hommes - U23 - / séniors / master I et II		
ACCUEIL DOSSARDS	<u>07h30 à 08h30</u>	
DEPART CARS	<u>00h00 à 00h00</u>	
DEPART COURSE A.....	00h00	

<u>PARCOURS B</u> - U20 garçons		
ACCUEIL DOSSARDS	<u>08h00 à 08h30</u>	
DEPART CARS	<u>00h00</u>	
DEPART COURSE A	00h00	

<u>PARCOURS D</u> U16-U18 filles et garçons / U20 filles		
ACCUEIL DOSSARDS	<u>08h00 à 08h30</u>	
DEPART CARS	<u>00h00</u>	
DEPART COURSE.....	00h00	

Attention : Déplacement jusqu'au départ se fait **obligatoirement** au moyen des cars et bus organisés !

- Possibilité de déposer des affaires dans la salle de gym (vestiaire)
- Pas de transport d'effets personnels sur point de départ
- Port du dossard sur la cuisse droite et sur sac à dos
- Port du DVA sur vous (émission, contrôle à l'entrée des cars).
- Grand parcours départ - **PARCOURS A**
 - 1ère ligne **50 participants avec bracelet bleu**
 - 2ème ligne **les autres sportifs**

Discipline pendant la course :

- Suivre impérativement les directives des commissaires de course.
- Portages:** les skis obligatoirement attachés sur le sac sur tous les portages
- Tout abandon doit être annoncé au poste de contrôle le plus proche.**

FAIR PLAY Laisser la trace à un coureur plus rapide

MATERIEL de sécurité

- Port du casque obligatoire attaché pour toute la durée de la course
- Port des gants couvrant toute la main jusqu'au poignet et porté durant toute la durée de la course / **2 paires conseillés**
- DVA - Sonde 240 mm et pelle à neige + couverture de survie
- Carte d'identité
- Recommandation** : 2 paires de peaux indispensables sur Valerette Altiski

RECOMMANDATION - prudence dans les descentes

Course de ski alpinisme en milieu alpin et forêt, les descentes peuvent comporter des obstacles naturels. Chaque participant doit assurer sa technique et adapter sa vitesse en fonction

ENVIRONNEMENT

- Chaque concurrent est rendu attentif à la nécessité de ménager l'environnement / déchets

ARRIVEE à Les Jours

- Ravitaillement - boissons et gâteaux maison - podium des fleurs

Retour à Massongex

- Les cars sont prévus pour le retour à **LES CERNIERS** - descente à ski depuis l'arrivée

APRES-COURSE - Salle polyvalente de Massongex

- Compris (**bon-repas remis avec dossard**).

Résultats et remise des prix

- Remise des prix et proclamation des résultats dès **15h15 en fonction des arrivées**
- Résultats tirages au sort**

Résultats course sur MSO et sur www.valerettealtiski.ch

"Une course pour la passion du sport"