

2021 FESTICAP LA COURSE

Puis je courir avec une caméra, un baladeur ou tout autre appareil ?

- ✓ Le bureau fédéral FFA a décidé d'autoriser l'utilisation des lecteurs type MP3 et autres supports électroniques permettant l'écoute de la musique, mais sous la responsabilité exclusive du coureur pour tout ce qui pourrait arriver de ce fait.

Et la chronométrie, ça fonctionne comment ?

- ✓ Une puce récupérable est fournie avec le dossard et doit être portée pendant la course (à priori fixation sur chaussure avec colliers par le concurrent). Un paragraphe particulier spécifie les dispositions à appliquer pour les courses DUO.
- ✓ La ligne d'arrivée est unique et distincte de la ligne départ.
- ✓ Il y a deux lignes de départ, une pour le 10 km et une pour les autres épreuves.
- ✓ Il y a **trois tapis chrono** : 1 sur chacune des lignes de départ, 1 à l'arrivée. Un tapis intermédiaire supplémentaire pourrait être installé vers la mi-parcours du Semi.
- ✓ Veillez également à bien passer sur les tapis afin que votre classement soit effectif.
- ✓ ATTENTION : Après le passage sur la ligne d'arrivée, il est interdit de passer à nouveau sur la ligne de chronométrage. Les passages multiples peuvent conduire à la disqualification du coureur en cause ! Tout passage répété sur les tapis de mesurage (y compris après l'arrivée) peut aussi entraîner une disqualification.

Quelle est la position des ravitaillements ?

- ✓ Les ravitaillements sont installés tous les 5 km environ.

De quoi sont composés les ravitaillements ?

La composition des ravitaillements et leur mode de gestion évolueront pour s'adapter aux prescriptions sanitaires, ainsi que pour préserver la santé des coureurs ET des bénévoles.

- ✓ Sur le parcours : épongeage, eau, alimentation légère (sucré, salé)
- ✓ A l'arrivée, épongeage, eau, alimentation plus conséquente, ...

Les courses sont-elles labellisées ?

- ✓ Les trois courses majeures : Marathon, Semi et 10 km ont désormais le **label régional FFA**.

- ✓ **Le Semi supportera le championnat régional du SEMI en 2021 !**
- ✓ **Le Marathon supportera le championnat départemental en 2021.**

Quel est le profil des parcours ?

Voici les liens pour visualiser les profils avec dénivelé pour les deux parcours :

Semi et 5 km :

- ✓ Semi = www.visugpx.com/amGHPV9H3D
- ✓ 5 km = www.visugpx.com/2ELdxV2DYG

Avez-vous modifié des tracés ?

- ✓ Les parcours 2021 seront identiques aux circuits 2019.

Rappel des évolutions lourdes de parcours entre 2017 et 2018 :

- sur le parcours 21/42 km,
 - Il n'y a plus la côte de Parigné au 3^e km.
 - La descente (abrupte) des vignes et la zone « sableuse » sur la commune d'Yvré Le Polin sont supprimées
 - Le circuit traverse désormais une zone de vergers et une zone urbaine sur la commune d'Yvré le Polin.
 - le 10 km se court sur deux tours du nouveau tracé 5 km (plus urbain).
-
- ✓ Tous les parcours sont visibles sur notre site « guecelardenfetes.com ». Ils sont balisés définitivement et accessibles sans restriction.