

Bonjour et merci pour votre participation à cette 30^{ème} Madone

Vous pouvez retirer votre dossard, samedi chez Running Conseil, rue Berbisey à Dijon de 10h à 12h et de 14h30 à 19h.

[Prévoyez des épingles à nourrice](#)

Programme des festivités pour dimanche:

8h: Ouverture de l'accueil (salle des fêtes de Velars) pour le retrait des dossards du 30 Km
9h: Départ du 30 Km. **Attention quelques arbres, tombés tout récemment, seront à contourner.**
9h: Retrait des dossards pour les autres parcours : 3,5 Km, 8 Km et 14 Km
10h: Départ du 3,5 Km
10h30: Départ du 14 Km suivi de deux joëlettes
10h35: Départ de la Marche Nordique (14 Km)
10h55: Départ du 8 Km

Les GPX des parcours sont disponibles sur le site www.valleedeloucheorientation.fr

Nico photos sera présents et vous pourrez télécharger ses photos librement

12h45/13h : Remise des récompenses à la salle des fêtes de Velars.

Seront récompensés les 3er au scratch F/M et 1^{er} de chaque catégorie sur les différents parcours sans cumul des récompenses.

Pour la marche nordique, les 3er scratch F/M.

Parking à proximité de l'accueil, respectez les placiers. Il faudra surtout vous garer allée de la Cude de part et d'autre de l'aire de départ. **Privilégiez le covoiturage.**

Ravitos : voir détails sur la carte affichée à l'accueil

Pour toutes les courses : 1 ravito à l'arrivée (solide et liquide ainsi que boissons chaudes)

30 km : 1 ravito (eau, coca, banane, orange) (Km 16,5) + 2 points d'eau (Km 7,8 et 24,7)

14 Km : 1 ravito (eau, coca, banane, orange) (Km 6,5) sur le parcours

N'oubliez pas votre gobelet personnel pour les ravitos sur le parcours

Téléphone organisation : 06.08.48.33.86, en cas de pb durant la course.

[En cas d'abandon, pensez à ramener votre dossard à l'arrivée, afin de pouvoir récupérer la puce.](#)

Les résultats avec mis à jour régulière seront disponibles en live sur le site <http://www.dansoft.fr/resultat.htm> dont vous voyez le QR Code



Bonne course!!!

Sportivement,

Vallée de l'Ouche oRientation avec toute son équipe de bénévoles