

# COUPE DU DAUPHINE FOND / BIATHLON 04 MARS 2023

## CORRENCON-EN-VERCORS



Info Club de ski nordique de Villard-de-lans 06 72 03 13 42  
[www.skinordiquevillarddelans.com](http://www.skinordiquevillarddelans.com)



**ROSSIGNOL** 



# Organisation CSN Villard-de-Lans

- Course sur le site de l'Espace Biathlon Ski-roues du Vercors à Corrençon
  - prévoir 10min à pied pour rejoindre le départ depuis le parking
- Buvette: sandwiches et boissons, ...
- Catégories U9 à Séniors
  - U9 : course de fond spécial, mass-start en style classique
  - U11-U13/1: départ individuel, tir à 10m couché avec appui
  - U13/2 et U15: départ individuel, tir à 10m couché au brassard
  - U16 (2007 seulement) à Séniors : Course de fond spécial style libre
  - **Seuls les licenciés FFS 22-23 (licence compétiteur) peuvent prendre part à cette course**
- 1er départ 8h00 (U16 à Séniors)
- Départ individuel toutes les 20 secondes pour le tir à 10m
- 15s de pénalités par cible non blanchie
- Inscriptions via WEB FFSSKI - **!/ ATTENTION: PLUS DE PRISE D'INSCRIPTION APRES LE 01/03 20H30**
  - Tarifs : 5€ pour course de Fond et 6€ pour Biathlon → paiement le jour de la course impératif
  - N° course WEB\_FFSSKI : 7017
  - Contact:
    - Greg LUCAS 0677103392
    - Thierry DUSSERRE 0782302649

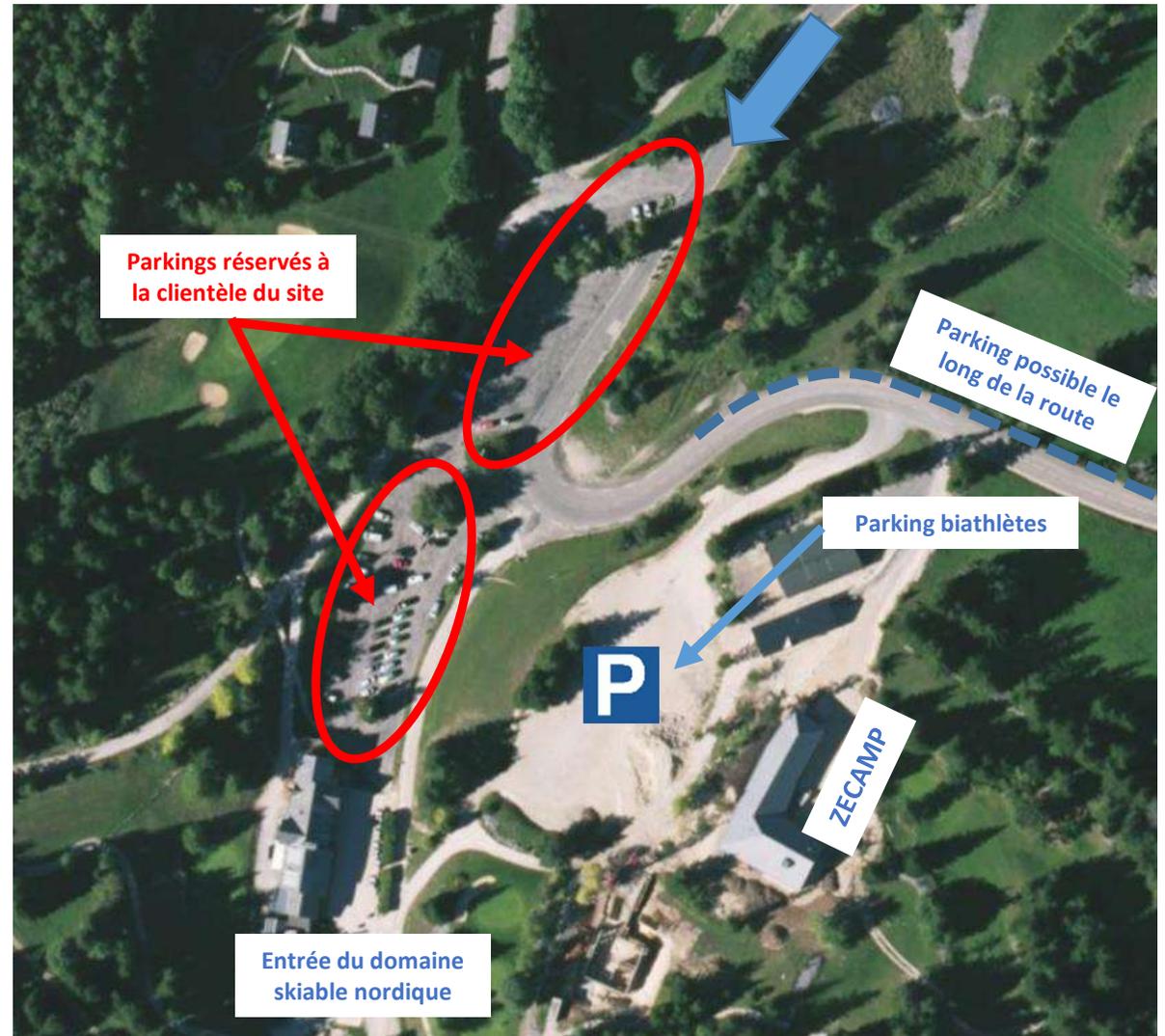


# Infos Générales

## Parking

Veillez à vous garer sur le parking du haut. A défaut se garer proprement le long de la route d'accès à la station d'Alpin, dans le sens de la descente, sans gêner la circulation.

Soyons Fair-play pour que chacun s'y retrouve (compétiteurs, skieurs du domaine, randonneurs, ...)



# Planning (1) – Skate U16 à Séniors

## U16 à Séniors / Filles et Garçons

- 08h00 : Départ mass-start style libre – nombre de tour = 5

En fonction du nombre de participants nous décalerons peut être de quelques minutes le départ des filles.

À partir de 09h30, Podiums U16 à Séniors / Filles et Garçons



# Planning (2) – Courses air comprimé, 10m

De 8h45 à 9h15 : essais de tir

Reco de la piste possible de 8h45 à 9h30

- 09h30: Départ course U11 Filles
- 09h45: Départ course U11 Garçons
- 10h00: Départ course U13-1 Filles
- 10h15: Départ course U13-1 Garçons
- 10h30: Départ course U13-2 Filles
- 10h45: Départ course U13-2 Garçons
- 11h00: Départ course U15 Filles
- 11h15: Départ course U15 Garçons

À partir de 12h00, Podiums U11 à U15 / Filles et Garçons



# Planning (3) – mass-start U9

11:45 : départ mass-start classique U9

À partir de 12h15, Podiums U9/ Filles et Garçons



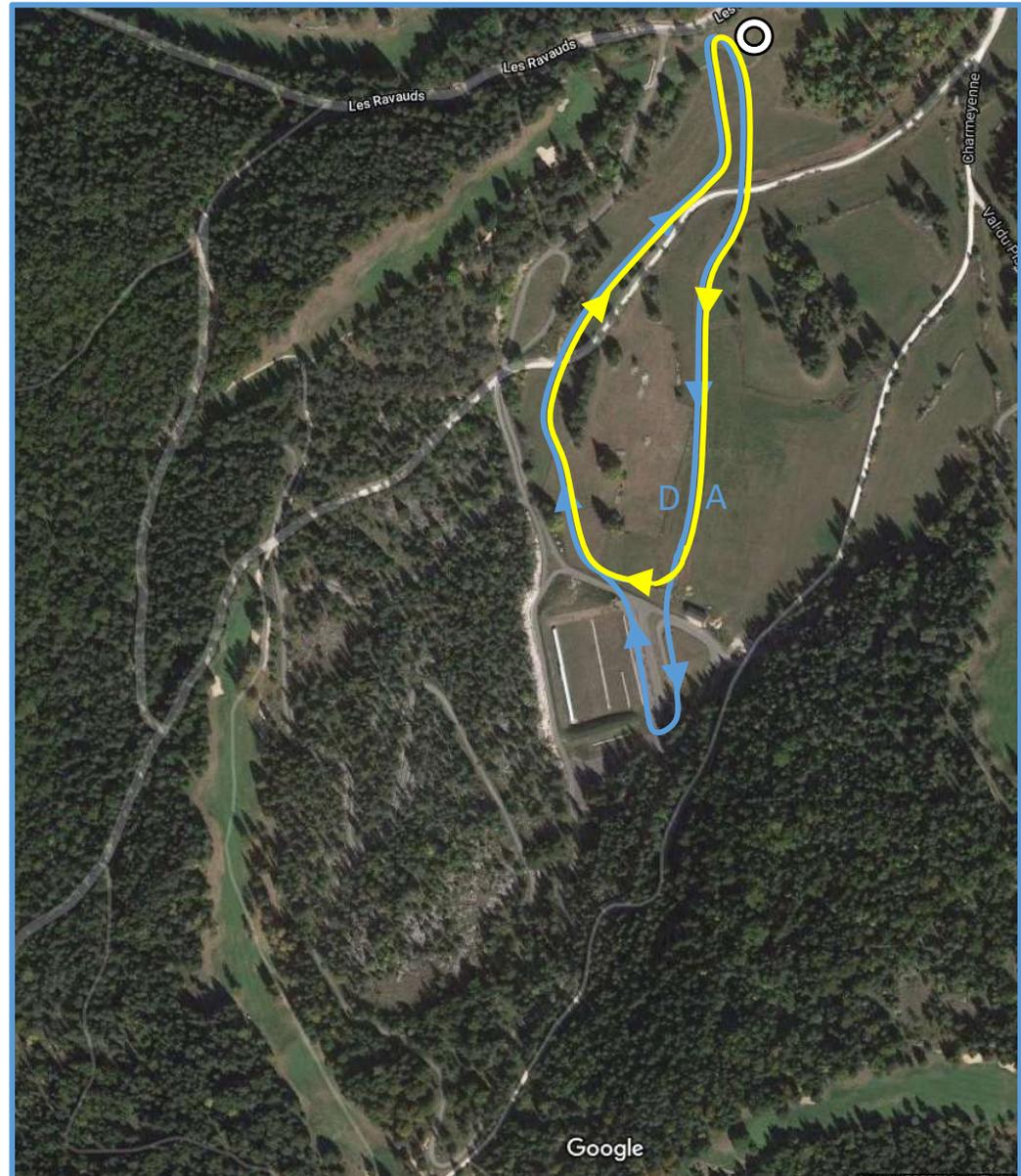
# Parcours Biathlon 10m

U11 à U15  
Filles et Garçons  
Tir à 10m

- Boucle bleue = 1,2 km
- 2 tirs: Couché / Couché
- Course U11: 1 bleue / tir / 1 bleue / tir / 1 bleue = 3,6 km
- Course U13: 1 jaune + 1 bleue / tir / 1 bleue / tir / 1 jaune = 4,8 km
- Course U15: 1 jaune + 1 bleue / tir / 1 jaune + 1 bleue / tir / 1 jaune = 6 km

!/ \ La boucle bleue n'est parcourue que pour aller tirer (pas de passage à vide sur le pas de tir) !

© Contrôleur piste



# Parcours

## Mass-start classique U9

**U9**  
**Filles et Garçons**

- Boucle rouge = 0,6 km
- Course = 1 boucle rouge = 0,6km



# Parcours Fond

U16 à Séniors  
Filles et Garçons

- Boucle verte = 1,5 km
- Course = 5 boucle vertes = 7,5km

