



## Guide technique – 3e GP de Semsales

### Mesures impératives :

L'athlète s'engage à respecter les règles édictées par le Confédération Suisse, l'État de Fribourg et Swiss Cycling.

<u>Organisation</u>	
<b>Date</b>	Dimanche 14 avril 2024
<b>Lieu</b>	1623 Semsales, terrain de football
<b>Organisateur</b>	La Pédale Romande, Cédric Bugnon, 079 / 534 80 24
<b>Chronométrateur</b>	La Pédale Romande
<b>Inscriptions</b>	Sur <a href="http://www.pedale-romande.ch/organisations.php">www.pedale-romande.ch/organisations.php</a> jusqu'au jeudi 11 avril 2024. Inscriptions tardives majorées de 10 CHF. <b>Aucune inscription n'est possible sur place !</b>
<b>Classe</b>	Course en circuit régionale.

<u>Programme</u>	
<b>Retrait des dossards</b>	Dès 09H00 à la buvette du stade de foot du FC Semsales
<b>Horaire de départ</b>	Écoliers-ères U13-U15 : 10H00 Cadets U17 + OPEN Dames & Hommes + juniors U19 : 11H00
<b>Podiums</b>	Les cérémonies protocolaires, pour les 3 premiers coureurs de chaque catégorie, auront lieu 15 minutes après l'arrivée du dernier coureur de chaque épreuve.

<b><u>Informations générales</u></b>	
<b>Vestiaires/douches</b>	Aucun.
<b>Parking</b>	Devant le stade de foot du FC Semsales + parking du cimetière. Merci de respecter les consignes des signaleurs et de ne pas emprunter le circuit de la course en sens inverse.
<b>Restauration</b>	Saucisses, bières et minérales à la buvette du bas du FC Semsales.
<b>Motards</b>	Les Motards en Folie
<b>Premiers secours</b>	144
<b>Règlement</b>	Le règlement du Tour du Canton de Fribourg 2024 s'applique. <a href="https://fribike.ch/route/reglement-tour-du-canton/">https://fribike.ch/route/reglement-tour-du-canton/</a>
<b>Véhicule suiveur</b>	Interdit. Mise hors-course du coureur concerné.
<b>Limitation de braquet</b>	Braquet illimité pour toutes les catégories.

<b><u>Parcours U13-U15</u></b>	
<b>Toutes catégories</b>	Sur parcours sécurisé, bien que restant ouvert à la circulation. <a href="https://www.openrunner.com/route-details/15862968">https://www.openrunner.com/route-details/15862968</a>
<b>Distance</b>	Circuit de 1.2 Km à parcours 15 fois pour un total de 18 kilomètres.
<b>Dénivellation</b>	11m D+ par tour.

<b><u>Parcours autres catégories</u></b>	
<b>Toutes catégories</b>	Sur route ouverte à la circulation. Loi sur la circulation routière applicable. <a href="https://www.openrunner.com/r/13373088">https://www.openrunner.com/r/13373088</a>
<b>Distance</b>	Circuit de 24.100 Km à parcours 3 fois pour un total de 72.3 kilomètres.
<b>Dénivellation</b>	170m D+ par tour.

<b><u>Finances d'inscription</u></b>	
<b>U13 à U17</b>	10 CHF
<b>U19</b>	20 CHF
<b>OPEN -40/+40</b>	25 CHF

<b><u>Distances</u></b>	
<b>U13 + U15</b>	15 tours du petit circuit (18 Km).
<b>Autres catégories</b>	3 tours du grand circuit (72.3 Km).
<b>Remarque :</b>	<p>Coueurs, restez sur la droite de la route lors de vos passages sur les routes cantonales. La circulation n'est pas arrêtée en sens inverse.</p> <p>Pour les spectateurs, une petite restauration est prévue sur le lieu de départ/arrivée, à proximité de la buvette du foot.</p>

Nous conseillons à tous les coureurs de reconnaître le parcours en avance.