

LYME – ATHLON 2019

Journée nationale contre la maladie de Lyme, le Lot se mobilise

DIMANCHE 19 MAI 2019

DURAVEL

Challenge Individuel, H/F open
trophées par ordre d'arrivées et par age. (pas de chrono).



DUATHLON Départ 8h30

l'épreuve phare du Lyme-athlon 2019 (max 200)

Run 10 kms enchaînement VTT 17 kms 22 €

Trophée trois premiers H/F

RUN Départ 10h

12,500 kms (max 300) 14 €

Enduro individuel H/F trophée par ordre d'arrivées et par age (pas de chrono)

VTT Départ 10H30

17 kms (max 200) 14 €

Enduro individuel H/F et trophées par ordre d'arrivées et par age (pas de chrono).

&&&&&&

VTT Rando sportive Départ 10h45

24 kms (max 400) 14 €

Pour le fun et la participation contre la maladie de lyme sans classement.



VTT Électrique RANDO Départ 11h

24 kms

Contrôle VTT 7H à 10h15.

11h 30 départ des quads et Motos balaies run et Vtt.

10H30 ok circuit run et vtt libre sur les 10 premiers kms

Inscriptions/Renseignements.

www.chronostart.com

www.lyme-athlon.fr

Randonnées auprès des Mairies.



**RESTAURATION
SUR PLACE**



Association loi 1901 déclarée d'Intérêt Général en préfecture de Cahors N°W461003252
Mail : bergerph9@gmail.com chez Mr BERGER Philippe le bourg 46700 MONTCABRIER
port : 0607421674

LYME – ATHLON 2019

Journée nationale contre la maladie de Lyme, le Lot se mobilise

Explicatifs et précisions sur les épreuves :

DUATHLON

RUN - VTT empruntent les mêmes parcours que le duathlon.

Les parcours empruntent des parcelles privées. Le parcours sera en ligne la semaine précédant la manifestation.



DUATHLON & RUN

- Départ en ligne place de la Mairie ou foirail (gymnase Jean Gardel)
 - vous serez chassés par des plus forts . Ne vous découragez pas, résistez, tenez bon, ils sont peut-être moins rapide en VTT que vous !
 - Sortir de Duravel par de l'histoire des guerres de cents ans via un raidillon pour aller sur les terres des templiers (Saint-Avit) en empruntant les chemins d'autrefois, carrossé par les romains.
 - Zigzaguer sur les coteaux dominant les deux vallées de la Thèze et du Lot, tout en longeant les vignes généreuses de Cahors.
 - Le Fournié, La Rouquette, Mayne Nègre, Cubertou, Combarmal, Pech d'Auriol pourront vous voir passer.
 - Pour revenir par les bois sans rencontrer le loup vers Duravel.
 - La descente surplombant Duravel vous permettra de contempler les largesses de la vallée du Lot.
 - Entrer dans DURAVEL par une corrida dans les rues étroites, médiévales, escarpées et finir sur la place de la Mairie.
- Pour les duathlonistes,
- Un corridor vous guidera dans le parking vélo pour prendre votre coursier VTT.
 - Attention : le temps ne s'arrête pas au parking VTT.
 - Pensez à repérer votre vtt. Faites vous assister d'un seul coach.



VTT

- Le parcours remonte les remparts de Duravel défendus farouchement en 1369.
- Attention, la seule difficulté du parcours est le talus de ce remparts en début de course, il se peut que vous pestiez !!!! Nous aussi on a trouvé ça un peu raide ; mais bon, c'est juste 30 m et après on se laisse glisser sur un bon chemin bien large, la suite il faut pédaler jusqu'à arriver au faite de la colline.
- Laissez vous guider par le tracé tout en contrôlant votre vitesse dans les belles descentes.
 - Vous traverserez les vignes du Château ROUFFIAC, Château CALASSOU (point ravitaillement) Fontaine Mombret, les vignobles de Puy l'èveque, après une descente digne d'une spéciale, vous traverserez le pont médiévale.
 - Laissant le très vieux lavoir de Cazes derrière vous, une petite côte raide vous permet de rester à flan de coteau sur le domaine de Barry-Baran pour replonger dans des vignes et finir la tête dans le guidon sur Duravel.
 - Le tracé permet à tous de se réaliser avec un effort contenu et aux plus forts de s'exprimer singulièrement.
 - Les chemins sont assez large pour le doublement sauf au talus des remparts et la spéciale de Cazes.
 - A l'arrivée, une chicane vous demandera de ralentir, et vous passerez l'arche d'arrivée.
 - Vous avez passé l'arche en premier : vous êtes champion/ne N°1 du LYME-ATHLON 2019
 - Vous avez passé l'arche d'arrivée : vous êtes aussi nos champions/nes de la seconde édition 2019. Bravo !

Bonne chance à toutes et tous.

L'Équipe du Lyme-athlon