

# 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 nouveau départ 9 h**  
**l'épreuve phare du Lyme-athlon 2019** (max 200)  
Run 10 km enchaînement VTT 17 km 22 €  
Trophée trois premiers H/F

**RUN nouveau départ 9 h.**  
12,500 km (max 300) 14 €  
Enduro individuel H/F trophée par ordre d'arrivées et par age

**VTT Départ 10H30 ANNULE**  
17 km (max 200) 14 €  
Enduro individuel H/F et trophées par ordre d'arrivées et par age

&&&&&&

**Rando VTT Départ 10h45 ANNULE**  
24 km (max 400) 10 €  
Pour le fun et la participation contre la maladie de lyme sans classement.



**Rando VTT Électrique Départ 11h ANNULE**  
27 km 10 €

**Rando pédestre départ 10 h. 5 €**  
Contrôle VTT dès 7H.  
11h 30 départ des quads et Motos balaies run et Vtt.

Inscriptions/Renseignements.

[www.chrono-start.com](http://www.chrono-start.com)

[www.lyme-athlon.fr](http://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](mailto: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 :

RUN - VTT empruntent partiellement les mêmes parcours que le duathlon. Suivre les fléchages descriptifs.

Les parcours VTT empruntent des parcelles privées. Les parcours seront en ligne la semaine précédant la manifestation.

Ravitaillements :

- RUN à Saint-Avit km 6 pour les 12,500 km et km 3,6 pour le duathlon.
- VTT prévoir sa propre réserve, table rafraîchissement à Cazes Eglise.
- Table réconfort à l'arrivée.



### 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 !
  - Pour le RUN de 12,500 km une boucle vous emmènera sur Montcabrier ou vous devrez gérer vos efforts et le terrain. Cette boucle vous ramènera sur le parcours duathlon....
  - .....Zigzaguer sur les coteaux dominant les deux vallées de la Thèze et du Lot, tout en longeant les vignes généreuses de Cahors.
  - Le Fourmié, La Rouquette, Mayne Nègre, Cubertou, Combarmal, Pech d'Auriol pourront vous voir passer.
  - 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 duathlon

- 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.
- Respectez les panneaux de signalisation : ATTENTION RALENTIR.
  - Vous traverserez les vignes du Château ROUFFIAC, Château CALASSOU, Fontaine Mombret, les vignobles de Puy l'èveque, après une descente digne d'une spéciale, vous traverserez le pont médiévale.
  - Laisant 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

Pour ceux qui veulent se restaurer, reversez au bureau, le jour de votre arrivée retrait dossard.