

Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux



Briefing de course

Dimanche 2 Février 2025

Inscriptions / *Registration* :

Pas d'inscription sur place / *No registration on site*

Organisation / *Organization* :

CAF Dauphiné Ski Alpinisme & Team Isère Montagne

Jury de course / *Race jury* :

Président du comité d'organisation / *Organization committee president* : Julien Brottet

Directeur de course / *Race director*: Julien Brottet

Chefs traceur / *tracker directors* : Hervé Monnet / Ronan Moalix

Accès au site de course / *race site acces* :

- ➔ Pour les coureurs qui viennent en véhicule personnel : Parking : se garer au fond du parking de Pipay / *Parking: park at the end of the Pipay's parking lot*
- ➔ Départ sur le front de neige de la station / *Departure on the station's snow front*

Possibilité de laisser un sac de délestage fourni avec les dossards près de la ligne de départ / *Possibility to leave a Dynafit bag near the starting line*

Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

Prévisions météo : *Weather forecast :*

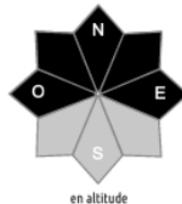
Soleil / *sunny*

Température douce / *Soft temperature*

DIMANCHE 02		
Matin	Après-midi	Soirée
 0°	 5°	 0°
🌀 5 km/h	🌀 5 km/h	🌀 5 km/h

Estimation des risques

dimanche 02 février



Au-dessus de 2000m indice de risque marqué, plus bas indice limité.
Départs spontanés : Quelques coulées humides au soleil près des rochers.

Déclenchements skieurs : Plaques à vent en altitude.

Tendance pour lundi 03 février



Indice de risque limité

Lundi, le risque devrait être en baisse. Le temps reste anticyclonique, calme et ensoleillé, avec un isotherme 0°C en hausse vers 2500 m, permettant de poursuivre la stabilisation du manteau neigeux. Quelques départs humides seront possibles dans les versants ensoleillés.

Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

Conditions de neige : *Snow conditions*

Enneigement irrégulier en raison de plusieurs épisodes de vents forts avec des combes bien remplies et des croupes et arêtes beaucoup moins enneigées.

Neige récente, poudreuse à humide avec certaines zones déficitaires (quelques cailloux apparents ou sous-jacents). Soyez prudents !!!

*Irregular snow due to high wind with valleys full of snow and lack of snow on the crests.
Heavy recent snow wet or powder . Be very carefull !!*

Programme du dimanche 2 Février / *Program of Sunday*

February 2nd

Parcours A

- 7 h 45 : Entrée dans les SAS de départ *7:45 am entering the starting airlocks*
- 8 h 00 : départ 1^{ère} vague *8:00 a.m. Departure 1 st wave*
- 8 h 05 : départ 2^{ème} vague *8:05 a.m. departure 2nd wave*
- 8 h 10 : départ 3^{ème} vague *8:10 am Departure 3rd Wave*

Parcours B et C

- 7 h 45 : contrôle DVA au pied du télésiège Grand Cerf
- 8 h 00 : Dernier départ du télésiège Grand Cerf
- 8 h 45 : Parcours B : Départ de la course chronométrée.
- 8h 50 : Parcours C : Départ de la course chronométrée

You have to be at the departure at 7h45, then we will take together 1 skilift, we will go together at starting point.

Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

Repas et Remise des prix :

Le repas d'après course pour tous les coureurs aura lieu au gymnase de Theys à partir de 12H00. / *The after-race meal will take place at Theys Sports Hall for all participants after 12 a.m.*

La remise des prix débutera au gymnase de Theys à 15h00. / *The prices ceremony will start at Theys Sports Hall at 3 p.m.*

Extraits du règlement / *Extracts from the regulations*

Dossard / *Bib* :

Cuisse droite + sac à dos + Puce sur le casque. / *Right thigh + backpack + chip on the helmet.*

Environnement / *Environment* :

Abandon de déchet interdit et pénalisé (y compris après la ligne d'arrivée). Des sacs sont à votre disposition aux lieux de ravitaillement. / *Waste thrown is prohibited and penalized (including after the finish line). Bags are at your disposal at the refueling places.*

Échauffement / *Warming up* :

Echauffement libre sur les pistes. / *Free resetting on the slopes.*

Merci de respecter l'état des pistes et le travail d'ouverture de la station ! / *Thank you for respecting the tracks and the work of the station!*

Récupération / *Recovery* :

Il est **strictement interdit** de remonter les pistes de ski pendant la récupération. Un itinéraire proche de l'air d'arrivée est prévu est balisé avec des jalonnettes

Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

bleues à cet effet. / *It is strictly forbidden to climb the ski slopes during recovery. A route near the finish area is provided and marked with blue poles for this purpose.*

Règles spécifiques au 2^{ème} jour :

Les équipes ayant abandonnées le premier jour peuvent courir le 2^{ème} jour si l'équipe constituée reste identique. Si certains coureurs veulent recomposer une équipe pour le 2^{ème} jour, ils doivent contacter l'organisation. Aucun coureur ne peut réaliser la course seul. / *Teams that withdrew on the first day can compete on the second day if the team remains the same. If some runners want to form a new team for the second day, they must contact the organization. No runner can participate in the race alone.*

Matériel obligatoire / Mandatory equipment :

- Carte d'identité ou licence / *Identity card or license*
- Skis-fixation et chaussures selon le règlement FFME / *Skis-bindings and shoes according to the FFME regulations*
- DVA pelle sonde / *DVA shovel probe*
- Bâtons / *sticks*
- Gants, 2^{ème} paire de gants / *Gloves, 2nd pair of gloves*
- Casque / *Helmet*
- Couverture de survie / *Blanket*
- Sifflet / *Whistle*
- 3^{ème} et 4^{ème} couche haut de corps, 2^{ème} couche pantalon, en fond de sac. / *3rd and 4th high body layer, 2nd pants layer, at the bottom of the bag.*
- Sac à dos / *Backpack*
- Peaux de rechange / *Spare skins*
- Lunettes ou masque / *Glasses or mask*
- Crampons / *Crampons*

Pas besoin de baudrier et kit via ferrata / *No need Harness and via Ferrata kit*

Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

Course par équipe / *Team race* :

Vous devez rester avec co-équipier toute la course. / *You have to stay with your teammate during the whole race*

Ecart maximal entre les deux coéquipiers / *Maximum gap between the two teammates:*

- 30 secondes en montée / *30 seconds during uphill*
- 10 secondes en descente / *10 seconds during downhill*
- 5 secondes sur la ligne d'arrivée / *5 seconds on the finish line*

Elastique interdit lors des 15 premières minutes de course / *Elastic prohibited during the first 15 minutes of race*

Changement matériel / *Material change* :

En cas de casse de matériel, changement de bâton ou ski autorisé sur tout le parcours. *In case of equipment breakage, change of stick or ski are authorized on the entire route.*

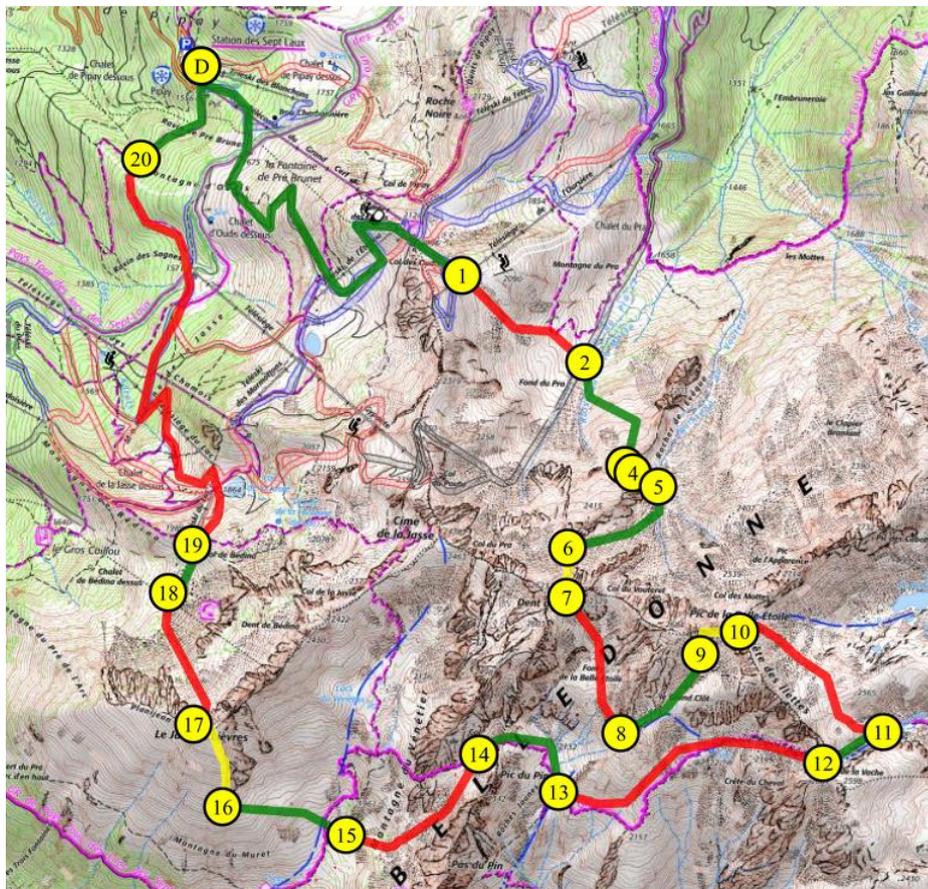
Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

Parcours / Course :

Parcours A : Senior / U23 / Master hommes dames (officiels) et mixte (non officiel)



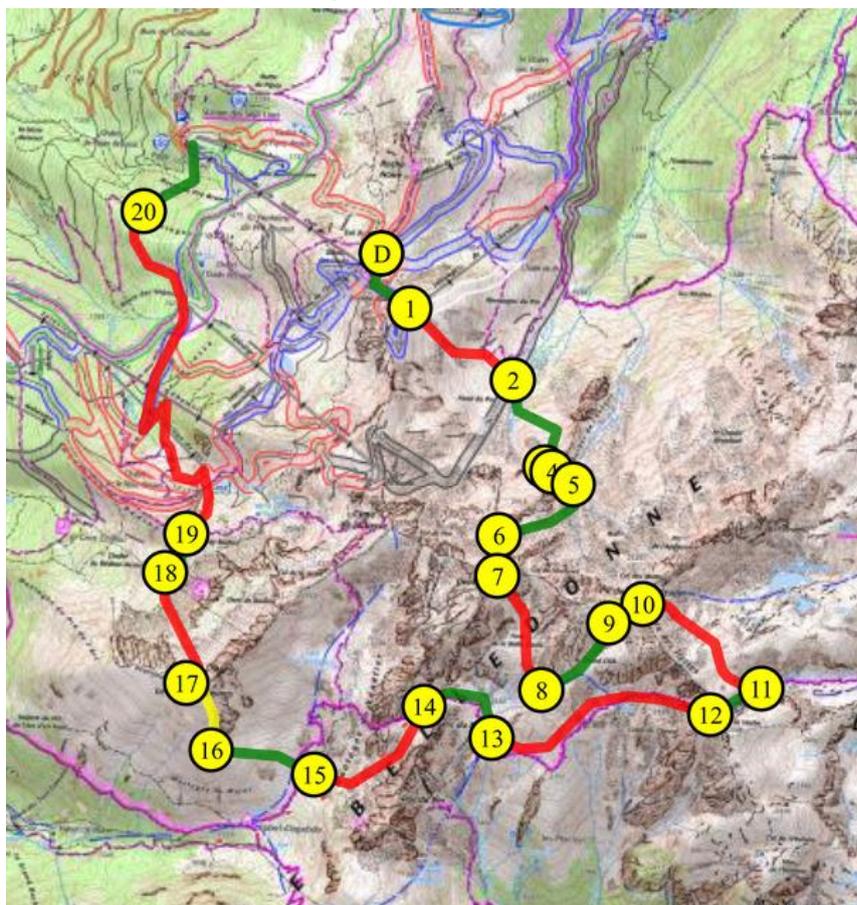
<https://www.visugpx.com/3d/801LC7uwF8>

Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

Parcours B : U20 hommes (officiel) et parcours B en non officiel (mixte et master)

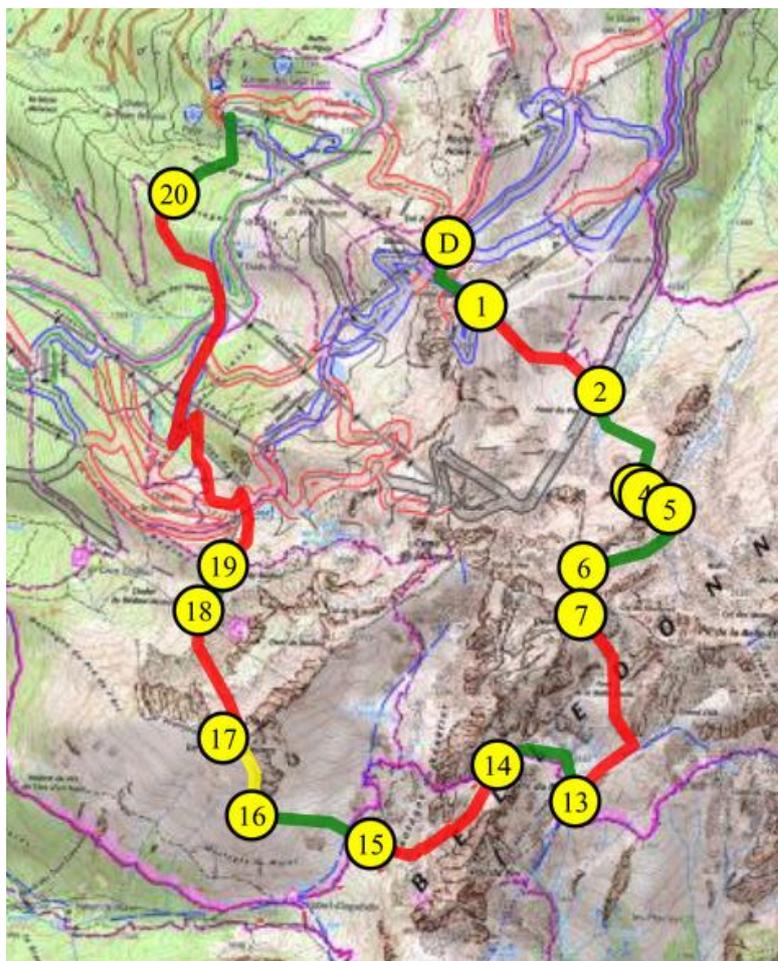


Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

Parcours C : U16 U18 U20D (officiel) autres catégories non officielles



Coupe de France de ski-alpinisme

Belle Etoile – 1^{er} et 2 Février 2025

Les 7 Laux

Barrière horaire : *Time barrier*

Point 8 : départ montée à Belle Etoile : 11h10 pour les parcours A et B / *Start Belle Etoile Edge start : 11:10 a.m. for races A and B*

Retour par le point 13 et la suite du parcours

Point 15 : départ montée Jas des Lièvres : 12h45 pour les parcours A et B / *Start Jas des Lièvres Edge start : 12:45 a.m. for races A and B*

Retour par le village de Prabert.

Retour station / *Back to Pipay*

Sans objet

Navettes Bus de puis Theys

Pour les coureurs ayant réservé la navette bus depuis Theys, l'horaire de départ est fixé à **6h30**. Un plan des parkings ainsi que l'aire de stationnement des bus est joint en annexe.

Les navettes retour partiront toutes les 30 minutes à l'issue de la course.