



Entraînement du dimanche 19 octobre 2014 en Forêt de Rennes - Les Maffrais



Extrait de carte : Les Maffrais

Échelle : 1/10 000

Équidistance : 5m

Matériel : tenue de CO, boussole et porte-définitions.

Distances totales de l'entraînement : Circuit 1 court → 3km / Circuit 2 moyen → 4,2km (pas d'exercices spécifiques)

Modalités de l'entraînement : impression de la carte et de la grille de définition à la charge de chaque participant (prévoir un plastique en cas de pluie). Attention pas de cartes sur place !!! Chaque participant est totalement autonome (départ, parcours & arrivée). Vous partez quand vous voulez à partir de 10h00.

Je serai présent sur le parking vers 10h00 pour encadrer les débutants.



Lieux de rendez-vous → parking auberge de Mi-Forêt.



Départ des deux circuits



Arrivée des deux circuits

Distance Parking / Départ-Arrivée : environ 1500m



Poste : rubalise avec numéro



