

## INFORMATION SUR LE PARCOURS DES FRANCE DE CROSS

### ETR ½ fond de la région BRETAGNE

Le circuit de cross du parc de Manéhouarn à Plouay est un beau circuit. Le parc du château présente un cadre verdoyant, idéal pour la pratique du cross-country.

La ligne de départ se trouve en haut d'une butte et implique donc un départ en descente qui devrait lancer les athlètes sur des bases rapides.

Rapidement on arrive sur la petite boucle qui débute par un faux plat montant avant de basculer vers l'étang le plus grand et d'entamer une première côte avant de basculer à nouveau vers l'étang dans la zone qui pourrait être l'une des plus grasses du circuit. Enfin on prend la direction du point A qui redirige vers l'ensemble des boucles.

L'extension de la moyenne boucle ne sera pas simple non plus. Si les conditions météorologiques tournent à la pluie dans la semaine qui précède l'évènement, c'est la moyenne boucle qui sera la plus boueuse. Cette zone plate aux abords des petits étangs a tendance à rester humide. Le dévers qui suit le long du vélodrome est un terrain lourd. La courte côte qui le précède ne facilitera pas la tâche des coureurs qui auront toutefois un peu de répit en traversant la zone remblayée en fin de moyenne boucle.

L'extension de la grande boucle contient probablement les principales difficultés. Elle débute par une côte à l'approche de laquelle les coureurs seront ralentis par un virage. Il faudra donc chercher à reprendre de la vitesse. La bascule se fait en lacets avant d'arriver au pied de la plus longue côte du circuit qui passe derrière la ligne de départ. Cette côte pourrait user les organismes au fil des tours. Les coureurs basculeront ensuite dans une légère descente qui les ramènera vers le dévers le long du vélodrome sur l'extension de moyenne boucle.

Pour conclure on constate qu'on est sur un circuit physique et vallonné qui pourrait être rendu gras sur 5 secteurs principaux (2 zones proches du grand étang, les abords du premier petit étang, le dévers proche du vélodrome et le pied de la plus longue côte derrière la ligne de départ). Ce circuit réunit tous les ingrédients pour un championnat de France de cross : diverses difficultés, côtes et nombreuses relances. Le terrain relativement dégagé permettra aux spectateurs de suivre la course depuis tous les points hauts. Sur ce genre de circuit le spectacle est garanti.