

# ROADBOOK 2024

## Raid des Bogomiles

Départ 9h

BARRIÈRE HORAIRE 26H00

VENDREDI 25 OCTOBRE 2024 Cité médiévale Place Prado

		Kilométrage	Dénivelé +	Dénivelé -	 <b>Barrières Horaires</b>	Alimentation					Points de Contrôle	Médical					Confort						
Code	Lieux de passage	Km	▲+	▲-		Boissons Froides	Solides Froids	Nutritions Sportives	Boissons Chaudes	Solides Chauds	CP	infirmières	Médecins	Services de Secours	Podologues	Chiropracteurs	Ostéopathes	Repos	Sacs de déléstage	Rapatriements Navettes	Assistance Autorisée 1 personne	Visiteurs autorisés	
1P	Départ Cité de Carcassonne <small>Place Prado - Porte de Narbonne à 1.2 km de la salle du Dôme Carcassonne</small>	0	0	0							CP												
2	Lac de Cavayère	6	137	126																			
3	Molières sur l'Alberte (Hameau) Ladern sur Lauquet	19.1	793	598	Vend 25 12h30						CP												
4	Caunette sur Lauquet Mairie	32.8	1589	1267	Vend 25 15h30						CP												
5	Château d'Arques	50.8	2551	2338	Vend 25 19h00 Sortie - exit Vend 25 20h00						CP												
10	Villardebelle (Village)	64.4	3167	2749	Vend 25 23h00						CP												
11	Greffeil (Village)	73.2	3429	3304	Sortie - exit Sam 26 1h30						CP												
12	Ladern sur Lauquet (Village)	80.0	3866	3778	Sam 26 4h30						CP												
13	Palaja Montjause Camp Militaire de Villemaury	91.9	4399	4348	Sam 26 7h50						CP												
1D	Cité Médiévale de Carcassonne Ville Basse - Dôme	102.0	4535	4639	Sam 26 11h00						CP												



En dehors de la course, la traversée du camp de tir militaire de Villemaury est interdite ( danger de mort)  
Outside the race, crossing the Villemaury military shooting camp is prohibited (danger of death)



Un Contrôle du matériel obligatoire pourra être effectué à plusieurs endroits du parcours  
Compulsory equipment inspection may be carried out at several points along the route



Pour les Barrières horaires : Quand il n'est rien notifié cela indique une barrière uniquement à l'entrée sinon c'est notifié **Sortie**  
For Cut-off: When nothing is notified this indicates a time only at the entrance otherwise it is notified **Exit**



Il est interdit de stationner sur les ravitaillements indiqués pour une question de sécurité. Veuillez garer votre véhicule au moins à 300 m en amont  
It is forbidden to park on the aid stations indicated for your safety. Please park your vehicle at least 300 m upstream