FOREST'CIME 2021

CARNET DE BORD

ROAD BOOK

25, 26 juin & 27 juin 2021

www. laforescime.com

Bienvenue pour cette septième édition de La FOREST'CIME gérée et animée par l'association « La Forestière ».
Nous espérons, à travers cette épreuve, vous satisfaire dans la vision d'une pratique cycliste où règne convivialité et solidarité. Ces valeurs que porte en lui le sport doivent être encouragées et c'est par elles que doit s'exprimer l'effort individuel dans le collectif. C'est dans cet esprit que nous avons conçu cette manifestation et c'est sur des parcours riches de paysages variés et de sites remarquables que vous allez vivre ces journées sur un terrain de jeu exceptionnel.

Jean-Pierre MARIN
Responsable Forest'Cime

Vous serez accompagné tout au long de ce périple d'une équipe de bénévoles à votre service et à votre écoute. Nous souhaitons ainsi proposer une manifestation cycliste garante des valeurs à l'origine de l'esprit cyclosportif. C'est avec vous que nous pourrons poursuivre cette aventure et c'est par votre confiance en notre organisation que cette manifestation deviendra un rendez-vous apprécié et reconnu. L'approche humaine dans l'événement doit être renforcée et le contact entre organisateur et participant est le lien nécessaire pour la réussite de cette épreuve sportive. Ce sont vos remarques et vos propositions qui nous permettront d'optimiser notre démarche afin de répondre le plus précisément à vos souhaits.
Nous proposons un challenge sportif où chacune et chacun pourra se situer et partager avec tous à travers les challenges « Finischer » et « Performeur ». C'est sur ce parcours de plus de 400 kilomètres et 9000 mètres de dénivelé que vous aurez la satisfaction d'avoir accompli un périple exceptionnel. L'épreuve se déroule sans priorité de passage et nous vous demandons de respecter, en tout point des parcours, le code de la route. Nous vous engageons donc à profiter des paysages et à découvrir ces pays du Bugey et du Jura, des vignes aux sapins, des lacs aux forêts, des vallées aux combes, de la petite montagne du Bugey à la chaîne montagneuse du Jura.
Je veux remercier tous les bénévoles qui vont assurer le bon déroulement de cet aventure ainsi que nos donateurs, sponsors et partenaires qui apportent une aide précieuse dans l'organisation.

Je veux enfin vous souhaiter à toutes et à tous une très belle FOREST'CIME 2021, convaincu de retrouver les valeurs de l'esprit sportif présentes lors des précédentes éditions.

Welcome to the fifth edition of the FOREST'CIME organised and run by the association "La Forestière".
We sincerely hope, through this event, where the spirit of conviviality and solidarity are uppermost, to satisfy your vision of what cycling should be. These values found in all areas of sport should be encouraged and it is through these values that the individual effort is rewarded in a collective context. It is within this spirit that we have concocted the course for this year's event that will take through excitingly-varied countryside and some astonishing sites too. You will be fully supported from the start to the finish of the sportive by a team of volunteers, at your service, who will help you get the most from the event.

We want to provide a cycling event that espouses the original values of the sportive spirit and it's with you that we are able to continue this adventure. It's your trust in our organisation that enables this event to be what it is. The human approach within the event is fundamental, the two-way communication between the organisers and the riders is THE vital link that will enable this sportive to be successful. It is your comments and ideas that enable us to perfect our organisation to fully satisfy your expectations.
We offer each, and every, participant a sporting challenge whereby they can determine their final position within the "Finisher" and "Performer" challenges. It is on completing the course, over 400 km long with over 9000 m of climbing, that you will have the distinct satisfaction of crossing the finish line of this exceptional odyssey. The event, on public roads, is conducted without a priority right of way (i.e. the roads are NOT closed), we ask you therefore to respect, at every point of the course, the Highway Code. We have laid on a course that will take you through the stunning Bugey and Jura countryside, from vineyards to fir trees, from lakes to forests, from valleys to coombs, from the small Bugey mountains to the heights of the Jura mountain range.
I would like to thank all the volunteers, without whom this event would, quite simply, not be possible and who will strive to ensure that the event takes place in the best possible conditions. I would also like to thank our donors, sponsors and partners each of whom provide the organisers with valuable assistance.

And finally, I would like to wish every one of you a fantastic FOREST'CIME 2021, safe in the knowledge that the sporting value spirit present in previous years will, once again, be present in 2021.

INFORMATION COVID-19 / COVID-19 INFORMATION

- La présentation d'un test PCR négatif et/ou certificat de vaccination n'est plus obligatoire.

En cas de symptômes lié à la covid-19, merci d'informater l'organisation.

Invitation aux pratiquants à télécharger et activer « Tous anti-Covid ».

- Respecter le port du masque couvrant le nez, la bouche, et le menton en continu. Le masque doit être un masque grand public filtration supérieure à 90% ou chirurgical, et en parfaite intégrté.

- Respect de la distanciation physique, respect des marquages au sol.

- Respect des flux pour éviter les regroupements.

- Nettoyage fréquent des mains (gel désinfectant à disposition sur les différents postes) :

  - à l'arrivée dans l'établissement et/ou avant le départ;
  - avant la reprise du parcours lorsque le pratiquant est allé aux toilettes
  - avant et après la restauration lorsque celle-ci est autorisée
  - à la fin du parcours et/ou à la sortie de l'établissement.

- Interdiction de cracher sur les différentes zones ainsi que pendant le parcours.
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir jetable.
- Éviter de se toucher le visage.
- Avoir son propre conditionnement d'eau personnalisé et en aucun cas de ne partager sa gourde ou sa bouteille avec une personne extérieure à son foyer.

- Avoir son équipement personnel (tenue, chaussures, chaussettes…).
- Avoir un masque de rechange par jour (changement toutes les 4 heures ou en cas de pluie) Des masques seront à disposition dans différents postes entre l'arrivée et le départ.
- Respect du sens de circulation sur les lieux avec indications.

- Durant l'épreuve :

Le masque pourra être retiré après le départ donné, durant l'épreuve, les participants sont dispensés de masque. A l'arrivée des points de ravitaillement, le masque doit être porté correctement.
De plus, des bornes de gel hydro alcoolique seront mises à disposition à chaque point de ravitaillement.
Dans le respect des gestes barrières, le service au ravitaillement sera effectué par les équipes de bénévoles.
Une fois la reprise de l'épreuve, le masque pourra être à nouveau retiré.

Dès la ligne d'arrivée franchie, il faudra remettre un masque, puis emprunter le sens de circulation pour sortir de la zone d'arrivée.

Autres informations :

Pour cause de réglementation en lien avec la covid-19, les douches seront fermés le jour de l'arrivée au stade de Mathon, prévoir donc une solution personnelle.
dispensés de masque. A l'arrivée des points de ravitaillement, le masque doit être porté correctement. De plus, des bornes de gel hydro alcoolique seront mises à disposition à chaque point de ravitaillement.
Dans le respect des gestes barrières, le service au ravitaillement sera effectué par les équipes de bénévoles. Une fois la reprise de l'épreuve, le masque pourra être à nouveau retiré.
Dès la ligne d'arrivée franchie, il faudra remettre un masque, puis emprunter le sens de circulation pour sortir de la zone d'arrivée.

COVID-19 INFORMATION

The presentation of a Test PCR or a vaccination certificare are not mandatory.

In case of any symptoms related to covid-19, please inform the organisation.

Participants are invited to download and activate the «All anti-Covid».

Respect the wearing of a mask covering the nose, mouth and chin continuously. The mask must be a general public mask with a filtration rate of more than 90% or a surgical mask, and in perfect integrity.

- Respect the physical distance, respect the markings on the ground.

- Respect the flow to avoid grouping.

- Respect the rules of hygiene in force, which are

- Frequent cleaning of hands (disinfectant gel available at the various stations):

- On arrival in the establishment and/or before departure.

- Before resuming the course when the participant has gone to the toilet.

- Before and after the meal, when this is authorised.

- At the end of the course and/or on leaving the facility.

-Cough or sneeze into your elbow or into a disposable handkerchief.

- Do not spit on the different areas or during the course.

- Use a single-use handkerchief and dispose of it in a waste bin.

- Do not touch your face.

- Have your own personalised water bottle and never share your water bottle with anyone outside your household.

- Have your own personal equipment (clothes, shoes, socks, etc.).

- Have a spare mask per day (change every 4 hours or in case of rain). Masks will be available at different stations between arrival and departure.

- Respect the direction of traffic on the premises with indications.

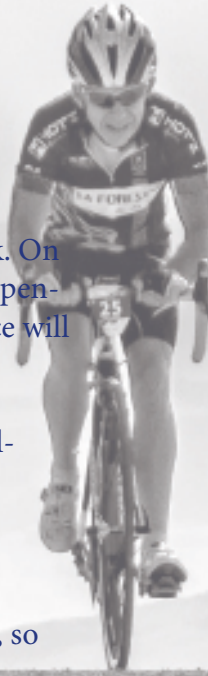
During the event :

The mask can be removed after the start, during the race, participants are exempt from wearing a mask. On arrival at the refreshment points, the mask must be worn correctly. In addition, hydro-alcoholic gel dispensers will be available at each feed point. In compliance with the barrier gestures, the refreshment service will be carried out by the volunteer teams. Once the event has resumed, the mask can be removed again.

As soon as the finish line is crossed, a mask must be put back on and the direction of traffic must be followed to leave the finish area.

Other information:

Due to covid-19 regulations, the showers will be closed on the day of the finish at the Mathon stadium, so please provide your own toilet facilities.

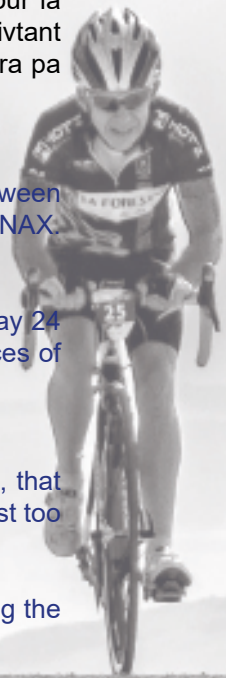


INFORMATION COUREURS / RIDERS INFORMATION

LOGISTIQUE / LOGISTIC CHAIN

Vous pouvez retirer votre pack dossard le jeudi 24 juin de 17h à 19h et le vendredi 25 juin entre 7h et 9h au stade CHARLES MATHON à Oyonnax. Boulevard Arthur Candor. 01100 OYONNAX. 46°15’11.4’’N 5°38’45.5’’E
Le vendredi 25 juin le retrait des dossards se fait entre 7h et 9h pour un départ fractionné à 9h

Pour les personnes qui n’ont pas envoyé leur Licence FFC, Ufolep, FSGT ou leur certificat médical pour la pratique du cyclisme en compétition, merci de nous faire parvenir les document au plus vite à l’adresse suivtant : laura@la-forestiere.com .Toute personne ne présentant pas sa licence ou un certificat médical ne pourra pa participer au Challenge Performer chronométré.



Your individual pack will be retired on Thursday 24 June from 5pm to 7pm and Friday 25 June between 7am and 9am at the CHARLES MATHON stadium in Oyonnax. Boulevard Arthur Candor. 01100 OYONNAX. 46°15’11.4’’N 5°38’45.5’’E

Your personal bags (with kit that you may require during the event) will be identified on Thursday or Friday 24 and 25 with your own individual identification bracelet ID and transferred by our staff to the different places of accommodation. The start in Oyonnax is 9:00 a.m.

Physical fitness
It falls on the responsibility of each participant that they be properly prepared for an event of this nature, that they have trained sufficiently in the previous months so as to complete a challenge such as this. They must too provide valid medical proof of their ability to compete in cycling races by :
• Producing a valid sports license that requiring a valid medical certificate on application for the license;
• Or by producing a medical certificate, dated less than a year of the day of the start of the event, allowing the practice of competitive cycling.

Votre sac coureur (baluchon) numéroté comprend :

> Le maillot collector de La Forest'Cime
> Votre bracelet ID
> 1 jeu d'étiquettes d'identification des bagages
> 1 dossard avec épingles
> 1 plaque de cadre (avec puce)
> Tubes Overstim's
> 3 colliers « rislan »
> 3 stickers profils étapes

Your riders bag :

> Cycling jersey short sleeves.
> Identifcation bracelet ID
> 3 identification labels for your luggage
> 1 cycle number
> 1 cycling number plate with timing cheap
> Overstim's pack
> 3 cables tie
> 3 stage stickers

BRACELET ID
ID BRACELET

Toute la logistique est assurée par l'organisation de La Forestière. Vos bagages seront identifiés à l'aide d'étiquettes avec votre numéro de dossard et votre nom (2 bagages maximum). Ils seront transportés par nos équipes dans les différents lieux d'hébergements.
Le bracelet ID est un bracelet d'identification à usage unique que vous conservez pendant toute l'épreuve. Il vous identifie sur l'épreuve et vous permet de récupérer vos bagages, vos vélos et d'accéder aux différentes activités de l'organisation.

The organisation will take care of all the logistical requirements during the event including:
Your personal bags (with kit that you may require during the event) will be identified on Friday morning with your own individual identification bracelet ID and transferred by our teams to the different places of accommodation.
The ID bracelet is your identification bracelet for the entire event. It identifies you during the race and allows you to retrieve bags, bikes etc and to access the various activities laid on by the organisation.

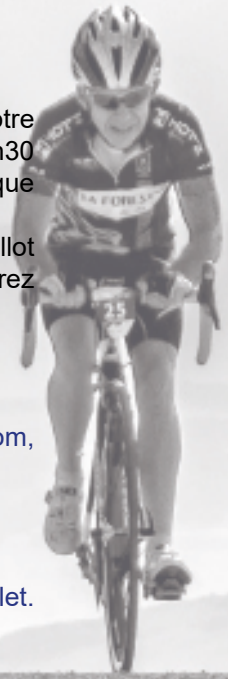
INFORMATION COUREURS / RIDERS INFORMATION

LOGISTIQUE / LOGISTIC CHAIN

Après chaque étape, vos bagages seront à retirer à votre arrivée auprès du responsable bagagiste dans une salle spécifique sécurisée.
Ils devront être descendus dans cette même salle le lendemain matin pour le chargement de l'étape suivante (sauf modification par l'organisation):

Samedi matin à partir de 6h30 Dimanche matin à partir de 6h30

Le soir, vos vélos sont pris en charge dans un parc à vélo sécurisé et rangés en fonction du numéro de votre bracelet ID. Les vélos sont à retirer sur présentation de votre bracelet le lendemain matin à partir de 6h30 le samedi et 7h30 le dimanche (des pompes à pied seront à votre disposition à proximité du départ chaque matin).
Si vous le souhaitez, vous pouvez réutiliser votre sac baluchon comme un sac de change (avec un maillot sec, un imper, des barres de céréales…) qui sera disponible à la fin des secteurs chronométrés. Vous devrez le remettre avec vos bagages tous les matins.



After each stage, your bags can be collected from a secure store room.
And the following morning, before the start of the stage you drop off your bags at the same secure store room, as follows:

Saturday morning from 6:30 a.m. Sunday morning: 6:30 a.m.

In the evening, your bikes will be stored in a secure bike park in order as per the number on your ID bracelet. You will need to show your ID bracelet to recover your bike the following morning.

Nombre de bagages maximum par personne : 2

Maximum number of bags per person: 2

Poids : 20 kg (sac de 90 L maxi)
Weight: 20 kg (bag 90 L max)

Vous devez impérativement accrocher votre plaque de cadre, sur laquelle la puce est collée, comme suit (ne pas l'accrocher sur l'arrière du vélo).

You must hang your bike plate (with timed chip), on the front of the bike (do not hang on the back of the bike).

* * * * * * * * * * * * *

NUMERO D'URGENCE / EMERGENCY NUMBER

07 54 35 95 02

Directeur de course / race officer
+33 (0)6 45 08 80 96

RAVITAILLEMENT/ FEED STATIONS

Pendant chaque étape, vous aurez 3 à 4 ravitaillements, très copieux, sur lesquels seront également disponibles de la boisson énergétique Overstims, du sirop et de l'eau.
Les participants qui sont suivi par des amis ou la famille peuvent ravitailler les coureurs à pied le long du parcours. Tout ravitaillement effectué par un véhicule en route, à la portière, est strictement interdit et le cyclsite ravitaillé sera immédiatement disqualifié par l'organisation. En fonction des conditions climatiques et de la difficulté de l'étape, un ravitaillement peut être rajouté.

There will be three or four feed stations per stage.
Competitors may be supplied by their friends/family supporters at other points along the route provided that the supply is made by a pedestrian (not from a moving or stationary vehicle) and does not adversely affect the safety of the event. The supply of a participant from a moving vehicle is strictly forbidden and will result in the immediate disqualification of the cyclist.
Depending on climatic conditions and topography of the course additional water supply points may be added by the organisers.

ASSISTANCE TECHNIQUE/ TECHNICAL ASSISTANCE

Vous devez avoir un nécessaire de réparation à la journée (chambres à air, pompe, rustines…) afin d'être autonome. Cependant en cas de grosse réparation (roue cassée, chaîne…), une voiture d'assistance est à votre disposition le long du parcours.

Each competitor must be autonomous with a puncture repair kit plus spare inner tubes or tubs.
A support car will pick up competitors, victim of major mechanical incidents and transfer them to the stage finish line.
There will be a basic mechanical repair service available at the start and finish of each stage

Numéro d'assistance mécanique / Bicycle repairer phone number : **Michel +33 (0)7 82 49 06 00**

SECURITE / SECURITY AND SUPPORT

Le port du casque est obligatoire et vous devez impérativement respecter le code de la route et ne pas jeter de détritus sur la route sous peine d'exclusion de l'épreuve.

Each participant must comply with the French Highway Code, notably riding on the right at all times.
The wearing of an EU-norm helmet, at all times, is mandatory.
Followers' vehicles are forbidden during the timed sections, any competitor violating this regulation will be immediately disqualified from the event.

CHARTE ECO CYCLO / ECO CYCLO PROGRAM

Rappel de la charte Eco Cyclo:
1: La nature est belle et la route n'est pas une poubelle, en toutes circonstances, promenade, entraînement ou compétition, je conserve déchets et emballages en attendant le lieu prévu pour m'en débarrasser.
2: Je respecte les règles du code de la route, mon casque est mon compagnon de route le plus fidèle
3: Le cyclisme est un sport merveilleux, excellent pour la santé, je ne gâcherai pas ma chance et ces instants de bonheur par la prise de médicaments néfastes et interdits.

A reminder of the «Eco Ride» Charter:
1: Nature is beautiful and the road is not a waste bin, in all circumstances, I will keep waste and packaging until reaching the scheduled place to dispose of it.
2: I respect the rules of the highwaycode, my helmet is my most faithful companion.
3: Cycling is a great sport, good for health, I will not spoil my chances and those fun moments by taking harmful and prohibited drugs.
Participants found disposing of their waste in the environment will be immediately disqualified.

CHALLENGE PERFORMEUR / CHALLENGE TROPHY

L'organisation enregistre votre temps dans le plus beau col de la journée et récompense le meilleur grimpeur du jour par catégories d'âges, définies ci-après. Celui-ci se verra attribuer un dossard distinctif obligatoire pour l'étape suivante.

Challenge Trophy awarded to the best climber during The Forest'Cime. The sections to be timed during each stage will be determined according to the circumstances of the event and the weather conditions on the day.

Catégories d'âges:
C - 18 - 29 ans,
D - 30 - 39 ans,
E - 40 - 49 ans,
F - 50 - 59 ans,
G - 60 ans et +,
Dame.

Age categories :
C - 18-29 years
D - 30-39 years
E - 40-49 years
F - 50-59 years
G - 60 + years
lady rider

Le Challenge Performeur récompense le meilleur grimpeur de La FOREST'CIME de chaque catégorie.
A chaque étape de la FOREST'CIME un chronométrage est effectué sur une montée à un col. Un classement quotidien est établi dans les différentes catégories.
Le leader du classement individuel pour chaque catégorie au temps portera un dossard distinctif du challenge Performeur.
Un classement général est établi à l'issue de chaque étape pour les différentes catégories.
Le Classement général individuel au temps s'obtient par l'addition des temps enregistrés par les commissaires chronométreurs dans toutes les étapes. En cas d'égalité au classement général individuel au temps, il est fait appel à l'addition des places obtenues à chaque étape et en dernier ressort, à la place obtenue dans la dernière étape disputée.

Challenge Trophy awarded to the best climber during The Forest'Cime. The sections to be timed during each stage will be determined according to the circumstances of the event and the weather conditions on the day.
A classification is established at the end of each stage for the different categories.The individual general classification time is obtained by adding the official times of all the timed sections during the three stages.
In the event of a tie involving two or more cyclists having the same overall time, the sum of the rankings at the end of each stage and, if needed, the final place obtained in the last stage will separate tied cyclists and determine the overall winner.
You want to challenge yourself, push it up a timed climb, Ok do it & we'll time you!

CHALLENGE FINISHER / FINISHER CHALLENGE

Tous les participants ayant effectué les étapes dans les temps imposés se verront attribuer une médaille du Trophée de finisher (barrière horaire établie à une moyenne de 15 km/h) et un dîplome.

All participants who completed all three stages will be awarded a Finisher's trophy.
Finisher trophies will be awarded and a graduate at the end of the third stage.

ETAPE 1/ STAGE 1 140 KM - 2920 M D+ / 2678 M D-

ARBENT - HAUTEVILLE LOMPNES / CHRONO - COL DE LA BICHE

Après un départ de la Plastic vallée à Arbent (01), le circuit débute par la « Route des sapins » passant par le lac Genin. Il se poursuit en direction du territoire du Valromey-Retord pour entreprendre la montée au col de Richemond pour ensuite basculer sur la vallée du Rhône. Après un passage à travers les vignes du pays de Seyssel la montée au col de la Biche permet de rejoindre le Valromey. La montée finale au col de la Lèbe marque la fin de l'étape pour se terminer à Hauteville-Lompnes station climatique.

Principales caractéristiques

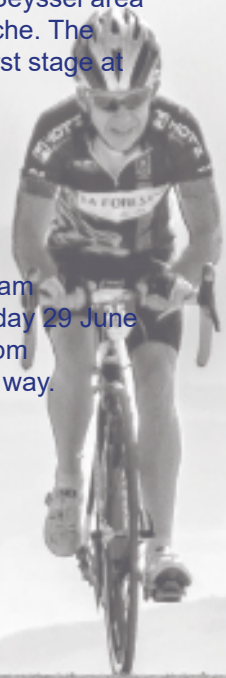
Dossards à partir de 7h30
Départ d'Oyonnax vendredi 25 Juin 2021 à 9h.
Arrivée à Hauteville-Lompnes à partir de 13h30.
3 ravitaillements complets sur le parcours.

* Le Poizat, 44 km
* Croix de Famban, 85 km
* Talissieu, 115 km

Secteur chronométré de l'étape 1: Col de la Biche

Départ au point kilométrique 76
Distance : 6 km / D+ : 570 m

Riding along the « Route des Sapins » leading to lake Genin. Then towards the Val-romey-Retord area and the climb up the col de Richemond overlook-ing the Rhône valley. After riding down across the vineyards of the Seyssel area we will reach the Valromey up the col de la Biche. The final climb up the col de la Lèbe will end the first stage at Hauteville-Lompnes health resort.



Main features

Check in for numbers starting at 7.30 am
Start from Oyonnax at 9.00 am on Friday 29 June
Arrival at Hauteville-Lompnes from 1 pm
3 well stocked feed stations along the way.

* Le Poizat, 44 km
* Croix de Famban, 85 km
* Talissieu, 115 km

Timed portion of stage 1: Col de la Biche

Starting point at kilometer 76
Distance: 6 km / D+: 570 m

HEBERGEMENT - REPAS / ACCOMMODATION CYCLIST

Vendredi 25 juin: HAUTEVILLE LOMPNES

Au centre Européen de Stages de Séjours Sportifs (H3S, 125, chemin des Lésines, 01110 Hauteville-Lompnes) ou dans un hébergement aux alentours. Vous aurez un repas spécifique à la pratique du cyclisme et un espace détente et récupération (piscine, massage).
TEL : 04.74.40.00.54

Réparation : Cycles MAC SPORT
Repas : 19h - 20h30
Briefing & remise dossards distinctifs : 20h30
Petit déjeuner : 6h00 à 7h00

ATTENTION : Le nécessaire de toilette n'est pas fourni. Nous vous invitions à prévoir gant et linge de toilette pour votre séjour ains q'un maillot de bain.

Friday, 25 june : HAUTEVILLE LOMPNES

Overnight at the European Centre for Training and Leisure Breaks in Hauteville Lompnes on the Bugey plateau.
Closed & secure bike parking.
Relaxation and Recovery
Phone: + 33 (0)4.74.40.00.54

Mechanical point: MAC SPORT
Specific (Hi-cal) meals for cyclists.
Dinner: 7.00 pm to 8.30 pm
Briefing & Performer Challenge Award : 8.30 pm
Breakfast: 6h00 à 7h00

ATTENTION : Plan your toilet bag with towels and washcloth. Also provide a pool towels and a swimsuit.

MAC SPORT
CYCLES - RUNNING - SKI
HAUTEVILLE-LOMPNES

HAUTEVILLE 3S
Stages Sport Santé

185 Chemin des Lesines, 01110
Hauteville-Lompnes
Téléphone : 04 74 40 00 54

OPENRUNNER

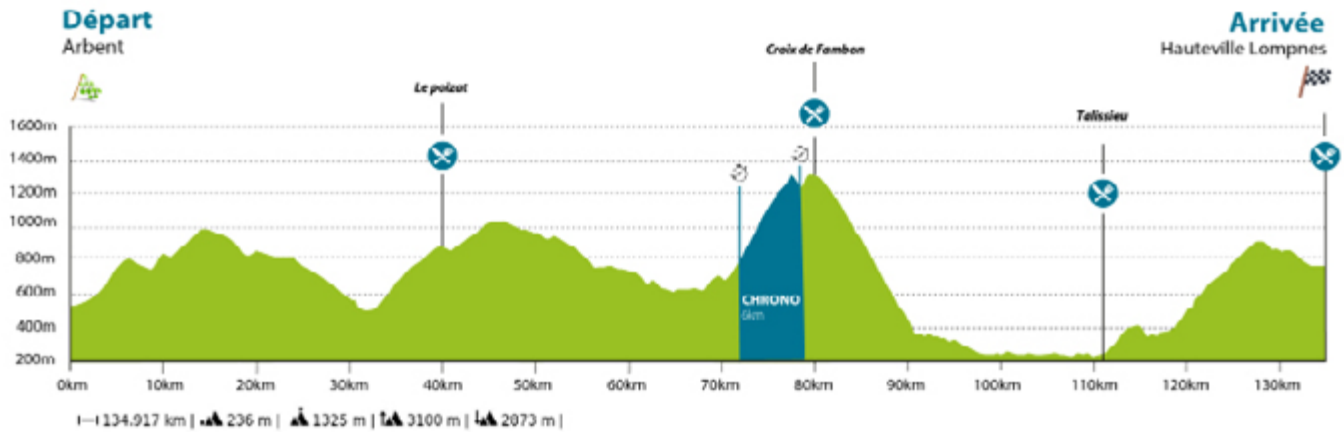
FORESTIERE

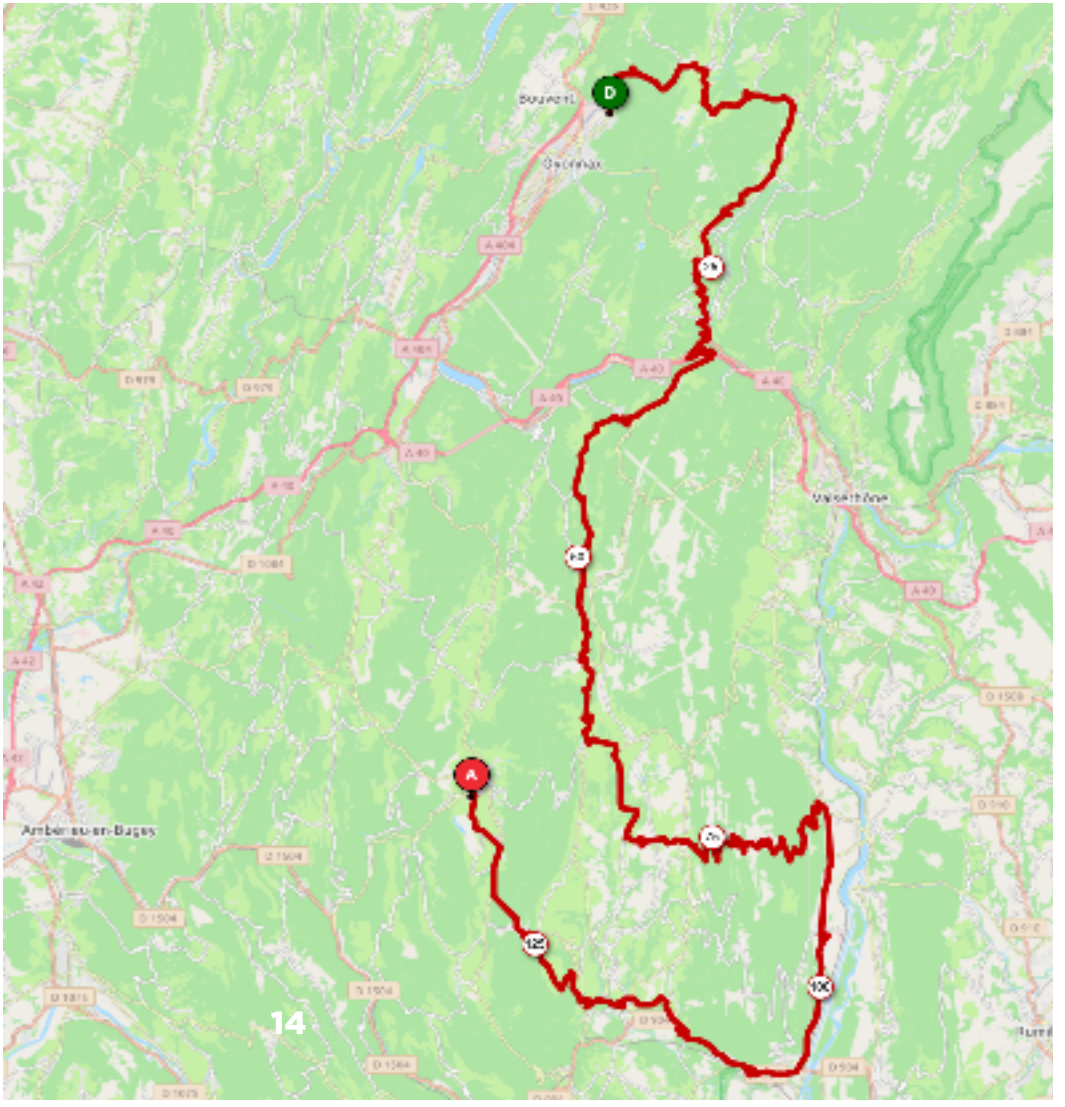
PROFIL DE L'ÉPREUVE

Étape 1
140km

Départ
Arbent

Arrivée
Hauteville Lompnes




D
A
Ambert-sur-Dages

ETAPE 2 / STAGE 2 153 KM - 2970 M D+ / 3300 D-

HAUTEVILLE LOMPNES - BELLECIN / CHRONO - COL DU GRAND COLOMBIER

Le circuit du jour débute à Hauteville et se dirige vers Culoz par le col de la Lèbe pour entreprendre la montée au col du Grand colombier. Après ce sommet sentinelle des lacs alpins, les montagnes de la chaine du Jura sont accessibles par le plateau du Retord. Le parcours se poursuit à proximité du lac de Vouglans en direction du site d'arrivée. La base nautique de Bellecin marque la fin de l'étape.

Principales caractéristiques

Départ d'Hauteville samedi 26 Juin 2021 à 8h.

Arrivée à Bellecin à partir de 13h.

3 ravitaillements complets sur le parcours

* Lochieux, 62 km
* Nurieux, 105 km
* Bellecin, 153 km

Secteur chronométré de l'étape 2

Col du Grand Colombier

Départ au point kilométrique 32

Distance : 17km / D+ : 1210 m

ATTENTION: PORT DU MAILLOT COLLECTOR DE LA FOREST'CIME OBLIGATOIRE

From Hauteville we will first head to Culoz across the col de la Lèbe and the climb up the Grand Colombier. After reaching the top over-looking the Alpine lakes, we will cycle in the Jura mountains across the Retord plateau. The next step is the Vouglans's lake on the raod of the finish. The Bellecin nautical base will be the end.

Main features

Start from Hauteville at 8.00 am on Saturday 26 June

Arrival at Prénovel from 1 pm

3 well stocked feed stations along the way.

* Lochieux, 62 km
* Nurieux, 105 km
* Bellecin, 153 km

Timed portion of stage 2

Col du Grand Colombier

Starting point at kilometer 32

Distance: 17 km / D+: 1210 m

ATTENTION: FOREST'CIME COLLECTOR JERSEY MUST BE WORN

HEBERGEMENT - REPAS / ACCOMMODATION CYCLIST

Samedi 26 juin: BELLECIN

Couchage à Bellecin, au bord de la base nautique, au centre nautique de Bellecin.
Repas spécifique pour la pratique du cyclisme.
Parc à vélo fermé et sécurisé.

Réparation : En libre service
Massage : 15h à 19h - 20h à 21h
Repas : 19h - 20h30
Briefing & remise dossards distinctifs : 20h30
Petit déjeuner : 6h00 à 7h00

ATTENTION : Le nécessaire de toilette n'est pas fourni.

Saturday, 26 june : BELLECIN

Overnight in Bellecin accros the nautical base, at the nautical center.
Specific (Hi-cal) meals for cyclists.
Closed & secure bike parking.

Mechanical point: Self service
Massage : 3.00 pm to 7.00 pm - 8.00 pm to 9.00 pm
Specific (Hi-cal) meals for cyclists.
Dinner: 7.00 pm to 8.30 pm
Briefing & Performer Challenge Award : 8.30 pm
Breakfast: 6h00 à 7h00

ATTENTION : Plan your toilet bag with towels and washcloth. Also provide a pool towels and a swimsuit.

Bellecin Jura
LE SPORT GRANDEUR NATURE

Centre sportif de Bellecin
39270, Orgelet
Tél. : 03 84 25 41 37

OPENRUNNER

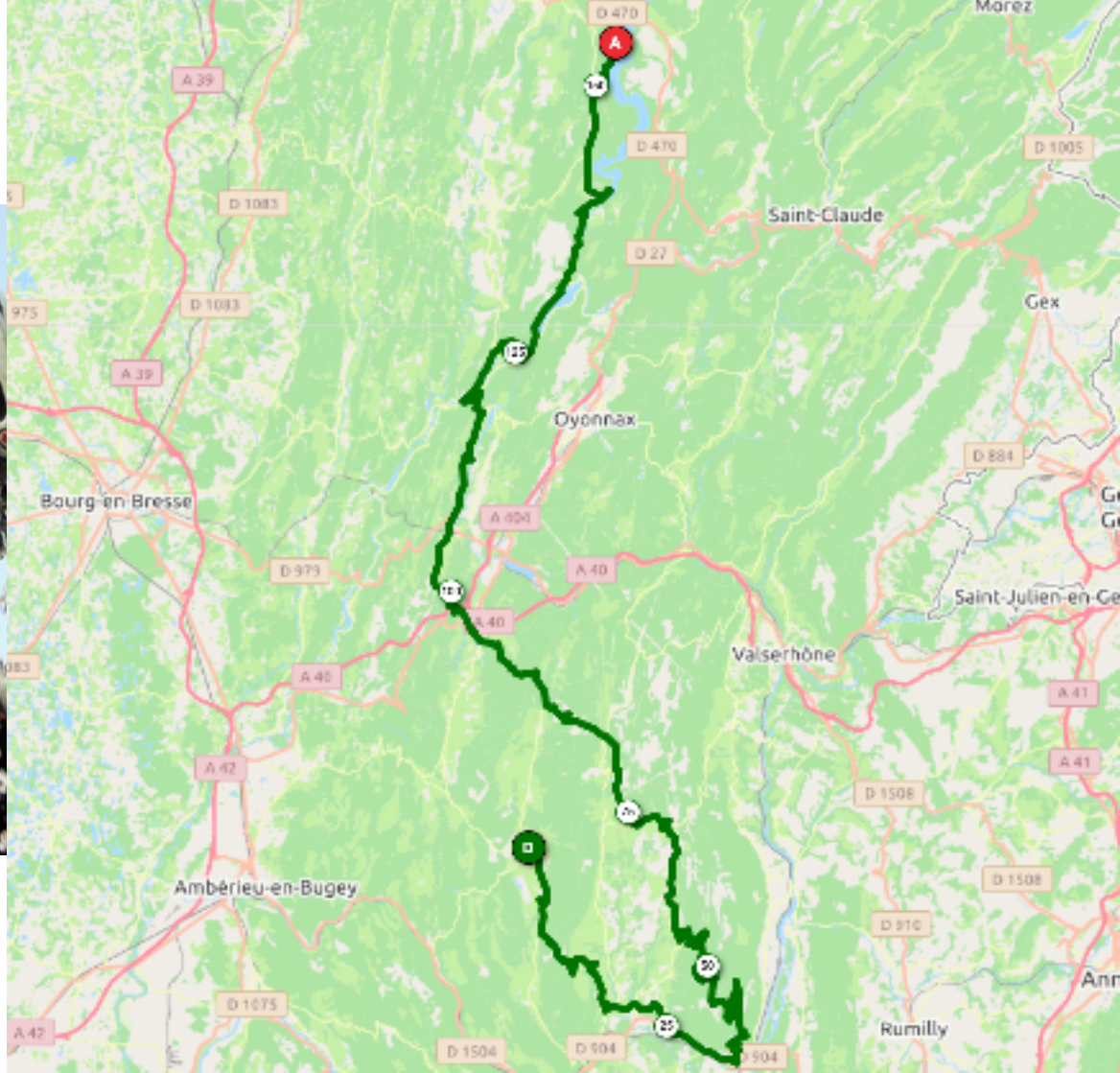
FORESTIERE

PROFIL DE L'ÉPREUVE

Étape 2
153km

Départ
Hauteville Lompnes

Arrivée
Bellecin-Orgelet



Morez
D 470
A 39
D 470
D 1005
D 1083
Saint-Claude
D 27
D 1083
Gex
A 39
Oyonnax
D 884
Bourg-en-Bresse
A 404
D 979
A 40
Saint-Julien-en-Ge
A 40
Valserhône
A 40
A 41
A 42
A 41
D 1508
Ambérieu-en-Bugey
D 1508
D 910
D 1075
A 42
D 1504
D 504
Rumilly

ETAPE 3 / STAGE 3 137 KM - 2450 M D+ / 2350 M D-

BELLECIN - ARBENT / CHRONO - MONTEE DE LA CERNAISE

Après une boucle autour du lac de Vouglans le parcours rejoint la cité pipière de Saint Claude en passant par le pays de Grandvaux et le lac de l'Abbaye. En bordure des gorges de Flumen les lacets de Septmoncel permettent l'accès aux Hautes Combes du Jura pour atteindre le village de la Pesse. A ce point débute la fin du parcours et le retour vers Arbent qui marque la borne finale du circuit.

Principales caractéristiques

Départ de Bellecin Orgelet dimanche 27 juin 2021 à 8 h.
Arrivée à Arbent à partir de 13h.

3 ravitaillements complets sur le parcours.
> Prenovel de Bise, 45 km
> Saint Claude, 76 km
> La Pesse, 107 km

Pasta party à l'arrivée

Secteur chronométré de l'étape 3:
Montée de la Cernaise

Départ au point kilométrique 80
Distance : 9,5 km / D+ : 650 m

After a loop around Vouglans lake, the route reaches the pipeline town of Saint Claude, passing through the Grandvaux country and the Abbaye lake. At the edge of the Flumen gorges, the Septmoncel laces allow access to the Hautes Combes du Jura to reach the village of La Pesse. At this point the end of the route begins and the return to Arbent marks the final milestone of the circuit.

Main features

Start from Bellecin Orgelet at 8.00 am on Sunday 1 July
Arrival at Arbent from 1 pm

3 well stocked feed stations along the way.
> Prenovel de Bise, 45 km
> Saint Claude, 76 km
> La Pesse, 107 km

Pasta party to celebrate the end

Timed portion of stage 3:
Montée de la Cernaise

Starting point at kilometer 80
Distance: 9.5 km / D+: 650 m

MAILLOT COLLECTOR / COLLECTOR JERSEY

MAILLOT / JERSEY : 55 € TTC

CUISSARD / SHORT : 65 € TTC

DROIT A L'IMAGE / IMAGE RIGHT

L'organisation prend des photos, des vidéos durant les étapes et met à disposition les photos sur le facebook de La Forest'Cime.
Les participants autorisent expressément les organisateurs à utiliser les photos, vidéos, les images produites par aéronef de type DRONE télépiloté, sans limite de temps ni limitation geographique (plus d'information sur le droit à limage dans le règlement, article 10 et 11 de La Forest'Cime (www.laforestcime.com).

The organisaton takes free photos and videos durint the stages and provides free photos in facebook galleries.

Participants expressly authorise the organisers to use for any document (pictures, drone video) or promotional medium, fixed and audiovisual images in which they (partcipants) may appear, taken during their participation in the FOREST'CIME and without any time limit nor geographical limitation (more information on te website, article 11)

Galleries photos / Picture gallery
https://www.facebook.com/la.forestcime

OPENRUNNER

FORESTIERE

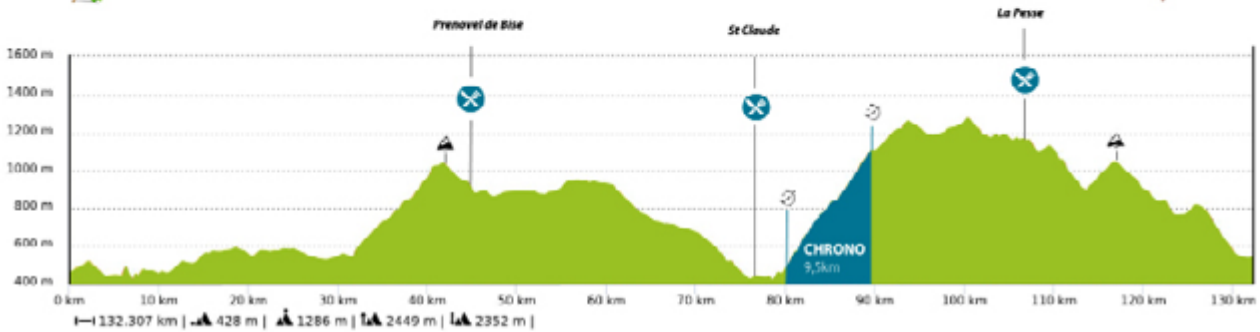
PROFIL DE L'ÉPREUVE

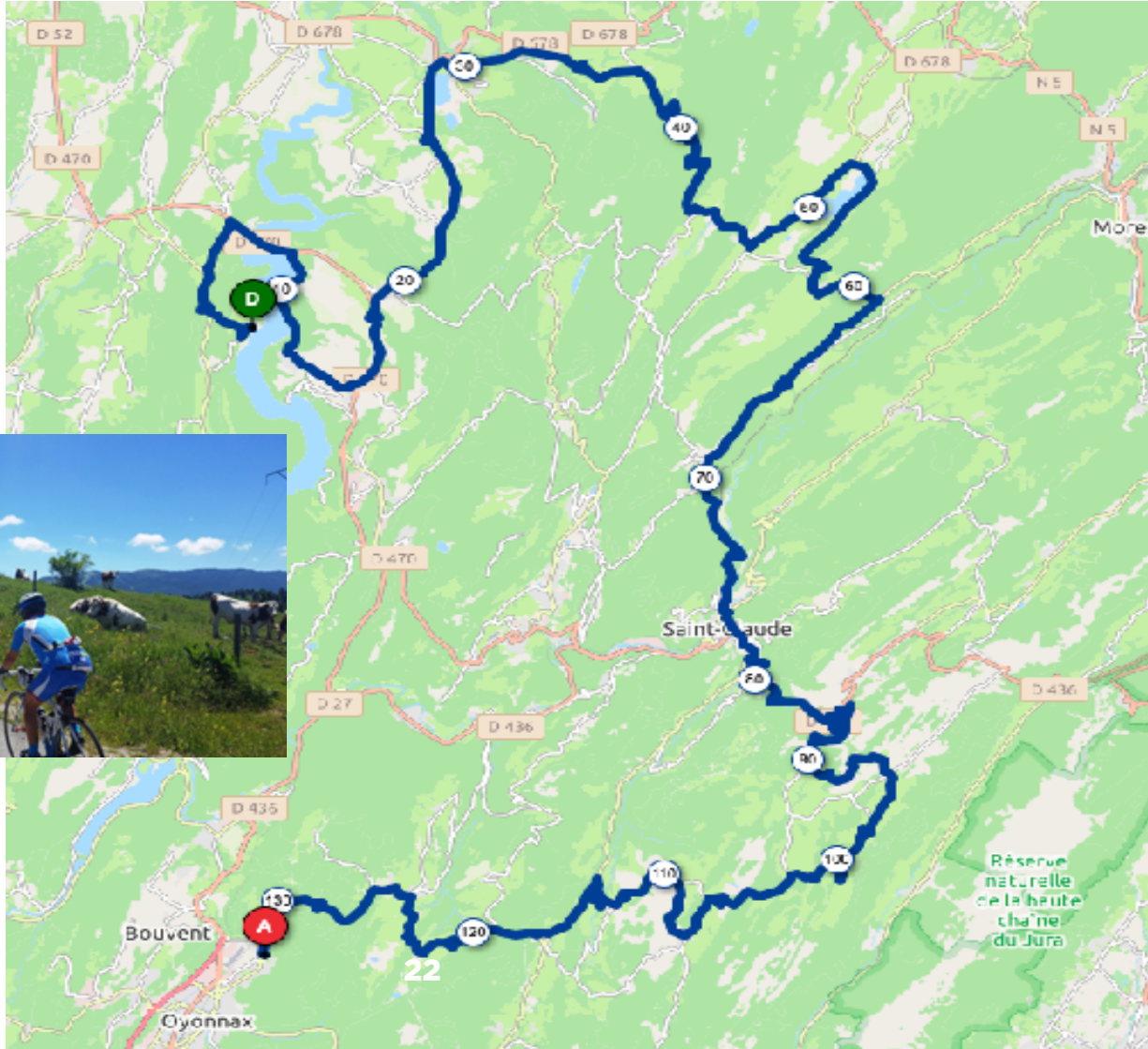
Étape 3

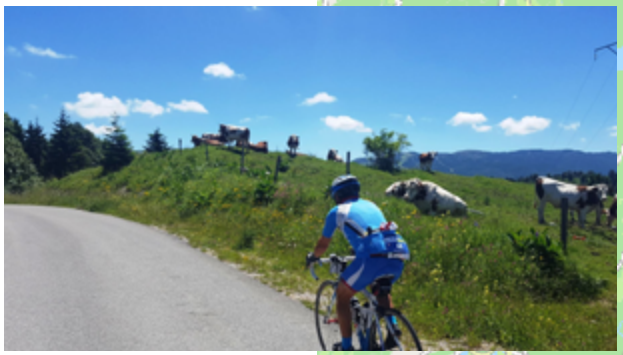
132km

Départ
Maisod

Arrivée
Arbent




D 52
D 678
D 678
D 678
D 678
N 5
N 5
D 470
D 470
D 27
D 436
D 436
D 436
Saint-Claude
Bouvent
Oyonnax
Réserve naturelle de la haute chaîne du Jura
A
D
10
20
30
40
50
60
70
80
90
100
110
120
130



MERCI AUX BENEVOLES

NUMERO D'URGENCE : **07 54 35 95 02**

OVERSTIM•S
Nutrition sportive saine et performante

ROSTI
WWW.ROSTI-FRANCE.COM

NISSAN
GROUPE MAURIN