



INVITATION DIMANCHE 26 FEVRIER 2017

CHAMPIONNAT DE LIGUE OCCITANIE DE LONGUE DISTANCE COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL



ALBI - Le Séquestre

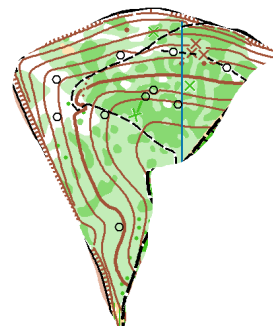
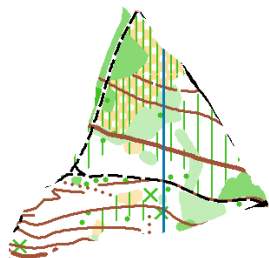


CNDS
CENTRE NATIONAL
POUR LE
DEVELOPPEMENT
DU SPORT



Toute une banque
pour vous

- Lieu :** Forêt Départementale de Sérénac – Commune de Sérénac 81 350 - Tarn
- Fléchage - Accès :** A partir de 8h30. En venant d'Albi, au croisement de la D903 et de la D100, dans le lieu dit Gaulène suivre à droite le fléchage "Course d'orientation". Coordonnées GPS du Parking : **43.977314, 2.327406**
- Organisation :** Club Albi RESSORT (8106 OC)
- Contact et renseignements :** Christian LAVAL, Tél : 05 63 79 08 33, 06 86 60 90 36
Mail : ressort.albi@laposte.net, Web : <http://ressort.albi.free.fr>
- Traceur :** Bruno Marchegay **Contrôleur :** Alain Viguié
- Délégué-Arbitre :** Laurent Audouin **G.E.C. :** Jean-françois Bonnet
- Règlement :** Suivant le règlement des championnats de Ligue en Occitanie
- Carte :** Carte « Forêt de Sérénac 4 » – Echelle 1/10 000^{ème}, équidistance 5 m.
Cartographes : Ionut Zinca et Bruno Marchegay.
Carte réalisée en novembre 2016.
Impression réalisée par AirExtrem sur format A4 pour inscriptions avant le 21/2.
- Information sur les cartes :** compte tenu des distances et pour assurer un confort de lecture aux coureurs, le circuit violet long sera sur une carte imprimée recto-verso.
- Terrain :** plateau et vallons, végétation dense, branches au sol, réseau de chemins important



Sécurité : Mis à part la route d'accès à la forêt départementale, les autres voies de circulations sont interdites aux participants. Sur la voie d'accès à la forêt les participants ne sont pas prioritaires par rapport aux véhicules à moteur.

Circuits :

Dénomination du circuit	Catégories Championnat Ligue LD	Cat. qualificatives CF LD	Temps du vainqueur
Violet Long	H21, H20, H35	H21E, H20E	90 min
Violet Moyen	D21, D20, H18, D35, H40, H45	D21E, D20E, H18A	70 min
Violet Court	D18, D40, D45, D50, D55, H50, H55	D18A	55 min
Violet Court Bis	D60, D65, D70+, H60, H65, H70+		40 min
Orange	H16	H16A	55 min
Orange Bis	D16	D16A	45 min
Jaune Long	~		~
Jaune	D14, H14		35 min
Bleu	D12, H12		25 min
Vert	D10, H10		20 min
Jalonné	~		20 min

Attention les parcours violet long, violet moyen, violet court, orange et orange bis sont *particulièrement longs* car c'est un Championnat de Longue distance qualificatif au championnat de France (longueurs plus importantes qu'une course régionale classique)

Inscriptions : Licenciés - En ligne sur le site FFCO au plus tard le mardi 21 février au soir par le site fédéral à l'adresse : <http://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/>

Pour les **non licenciés** : contacter Paulette Vicente – adresse mél : ressort.albi@laposte.net OU 06 33 87 61 64
Seuls les préinscrits seront sûrs d'avoir une carte sur leur circuit.

Tarifs	Licenciés FFCO ¹	Non-licenciés		
		Pass'Compét	Pass'Découverte	Pass'Découverte famille
19 ans et plus	8 euros	12 euros	10 euros	20 euros
18 ans et moins	4 euros	8 euros	6 euros	

¹ Les licenciés sport-santé FFCO peuvent s'inscrire sur les circuits allant du jalonné, et jusqu'au niveau jaune.

Taxe pour inscriptions tardives, ou absence non justifiée : 2€

Les tarifs pour les non-licenciés incluent une assurance-journée. Le chronométrage requiert une puce SportIdent qui peut être louée sur place au tarif de 3 euros - Caution : 40 euros ou carte d'identité

Précisions sur les licences journées pour les non-licenciés :

	Pass'Compét	Pass'Découverte	Pass'Découverte famille ²
Circuits accessibles	Circuits orange à noir	Jalonné, vert, bleu, jaune, jaune long	Jalonné, vert, bleu, jaune, jaune long
Certificat médical ¹	Obligatoire	Obligatoire si chronométrage	Obligatoire si chronométrage
Durée de validité	Jour de la manifestation	Jour de la manifestation	Jour de la manifestation

¹ Pour être chronométré, un coureur non-licencié à la F.F.C.O. devra présenter un certificat médical de « **non contre-indication à la pratique de la course d'orientation en compétition** » ou « **de non contre-indication à la pratique du sport** » datant de moins d'un an.

² Pour trois personnes minimum résidant au même domicile

Distances : Parking - Accueil : de 300 m à 900 m / Accueil – Départ : 300 m / Accueil – Arrivée : 100 m

Restauration : buvette et petite restauration (chaudes et froides) dans la salle à manger près de l'accueil.

Horaires : Accueil à partir de 8 h 45. Prise des horaires de départ sur place. Départ au boîtier entre 10 h et 12 h. Mais pas moins de 4 mn entre deux coureurs d'un même club sur le même circuit, les coureurs ne remplissant pas cette condition seront disqualifiés.

Récompenses : Remise des récompenses à 13 h 30



Lors de la remise des récompenses, un temps sera consacré à la remise des médailles aux 3 premiers de chaque catégorie des jeunes (H/D10 à H/D18) de la coupe de ligue Midi-Pyrénées 2016.



Fermeture des circuits à 14h00.