



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Régionale 3 Longue distance

Dimanche 20 octobre 2019

Forêt de Fontainebleau



INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : Orientation Plein Air Montigny / Loing

Directeur de course : Eloïse Louvet

Délégué Arbitre : Milena Mey

Contrôleur des circuits : Etienne Morey

Traceur : Sophie Antoine Delaume

GEC : Odile Vardanéga

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : Le Puits Fondu

Relevés : 2018

Cartographe : Jean-Marc Delaume

Échelle : 1/10 000 et 1/7500 (petits circuits)

Équidistance : 5 m

Type de terrain : typique Fontainebleau. Alternance de massifs rocheux où la végétation saisonnière de fougères sur les pentes perturbe les déplacements et de parties boisées plates dégagées.



ACCÈS

Fléchage : [Carrefour de l'Obélisque Fontainebleau](#)

Distance parking-accueil : 0 à 500 m

Distance accueil-départ : 700 m

Distance arrivée-accueil : 300 m



HORAIRES

Accueil : 10H00 à 12H15

Départ : 10H30 à 13H15 (horaire imposé par l'ONF)

Remise des récompenses :

Fermeture des circuits : 14H00



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 10

Nombre de circuits initiation : 4 (blanc, vert, bleu et jaune)



RÉSULTATS

<http://opamontigny.free.fr>

<http://cd77if.free.fr/>

<http://www.lifco.fr/>



SERVICES

Buvette avec boissons froides et chaudes - sandwiches - gâteaux...



TARIFS

Licenciés (FFCO, UGSEL) : ≥HD20: 7€ - ≤HD18: 4€ - Jalonné: 3€

Non-licenciés FFCO, 2 formules possibles:

- **Pass'Découverte et Pass'Découverte Famille:** accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et Jalonné

Possibilité d'être chronométré si présentation d'un certificat médical

Tarif adultes= 8 €00, moins de 18 ans : 6€00

Tarif Familles : 3 personnes minimum avec une carte: 16€ + 1€ par carte supplémentaire

- **Pass'Compet:** tous les circuits sont possibles si présentation d'un certificat médical,

Adultes=12€00, moins de 18 ans : 6€00

Location de puce : 2€ (pièce d'identité ou caution de 30€ demandée)



INSCRIPTIONS

Inscriptions en ligne sur le site fédéral : <http://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/>

Ou par formulaire (lien ci-dessous) pour réserver votre carte avant le 15 octobre :

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeXOhj7-WdIHGNoSBLgkABLXgRKUwgt-JL7YHqy_JcmGsQYDQ/viewform?usp=sf_link

Possible aussi sur place le jour de la course, mais dans la limite des cartes disponibles de 10H00 à 12H15 pour les licenciés et les non licenciés

Inscription et paiement à l'accueil où vous seront remises vos définitions. A l'atelier suivant un horaire vous sera attribué. Se présenter alors à l'atelier GEC avec votre puce. Contrôle de votre horaire avant de rentrer dans le sas de départ correspondant à votre circuit.

! Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la course d'orientation en compétition de moins d'un an.



CONTACT

Eloïse Louvet - eloise.l@orange.fr - 06 80 95 51 08



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE



Circuits:

Circuits	Longueur	Postes
VIOLET long	11.1 km	23
VIOLET moyen	7.9 km	14
VIOLET court	5.7 km	12
VIOLET très court	3.6 km	11
ORANGE long	6.6 km	12
ORANGE court	4.3 km	9
JAUNE	3.5 km	10
BLEU	2.6 km	10
VERT	2.5 km	9
BLANC	1.8 km	8

Attention présence de randonneurs à VTT !!!

Informations coureurs non licenciés:

-Tous les non licenciés FFCO compétition peuvent participer à la course.

- Si le participant peut présenter une licence FFSU, UGSEL ou un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la CO en compétition en cours de validité (moins de 1 an), **il peut alors être chronométré sur n'importe quel circuit.**

-S' il ne possède ni certificat médical, ni licence FFSU, UGSEL mentionnant la CO en compétition (présentation obligatoire de la licence) il peut cependant courir sur l'un des circuits vert, bleu ou jaune **mais sans chronométrage.**

Les certificats médicaux ou les licences devront impérativement être présenté à l'accueil.

Un pass' découverte ou compétition (assurance pour cette course) vous sera remis à l'accueil lors de votre inscription

- *Nous vous souhaitons bonne course soyez très vigilants aux abords ou lors de la traversée de la chaussée.*
- *Vous devez impérativement céder le passage aux véhicules, soyez fair-play vis à vis des usagers de la route : Ils sont prioritaires.*
- **«Soyez respectueux» :**
- **des règles essentielles à la protection du milieu naturel et de la propriété forestière (piétinement, érosion, feu, ordures).**
- **des autres usagers.**

