

ANNONCE DE COURSE * RÉGIONAL Championnat de Ligue Longue distance

Dimanche 9 Février 2025 Forêt de Fontainebleau







INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation: Orientation Plein Air Montigny / Loing

Directeur de course :Eloïse Louvet Délégué Arbitre : Fréderic Fischer Contrôleur des circuits : Bruno Lejeune

Traceur: Vincent Peker **GEC**:Camille Gire



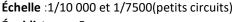
OUI



CARTE

Nom: Desquinemare

Relevés: Jean-Marc Delaume Cartographe: Jean-Marc Delaume



Équidistance :5 m

Type de terrain : typique Fontainebleau.



ACCÈS

Fléchage: Carrefour de l'ObélisqueFontainebleau

Distance parking-accueil: 100 à 200m Distance accueil-départ : 1400m Distance arrivée-accueil: 500m



HORAIRES

Accueil: 9H00 à 12H00 Départ: 9H30 à 12H15

Fermeture des circuits: 14H00



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition :13 Nombre de circuits initiation:5



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, UNSS et FFSU: + de 18 ans:10€00 - 18 ans et moins: 7€Circuit Blanc: 3€

Non-licenciés FFCO:

Pass'Découverte :accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et Jalonné <u>Tarif =8 €</u>

Pass'Compétition: tous les circuits sont possibles Tarif = 12 €

Pass'Loisir santé: accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et Jalonné et sans chronométrage Tarif = 8€

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



INSCRIPTIONS

-Inscriptions en ligne sur le site fédéral avant le 31 Janvier 2025 : https://licences.ffcorientation.fr/inscriptions

-Pas d'inscriptions sur place



CONTACT

Eloïse Louvet :eloise.l@orange.fr- 0680955108















ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE





Circuits:

Circuit	Difficulté	Catégorie	Longueur:	Dénivelé	Nombre de contrôles:
Α	Violet	H21	11,36	120	24
В	Violet	D21	9,59	110	19
С	Violet	H20, H35	10,23	105	21
D	Violet	D20, D35	8,39	105	20
E	Violet	H18,H40,H45	10,37	110	21
F	Violet	D18,D40,D45	7,48	110	16
G	Violet	Open Violet, H50,H55	7,45	80	19
Н	Violet	D50,D55	5,30	70	15
I	Violet	H60,H65	5,19	55	13
J	Violet	D60,D65	4,30	50	10
К	Violet	H-D70,H-D75,H-D80 et +	3,49	45	10
L	Orange	H16	6,39	45	14
М	Orange	Open Orange, D16	5,34	40	11
N	Jaune	Open Jaune, H14	4,76	45	11
0	Jaune	D14	4,21	45	11
Р	Bleu	H12,D12	3,74	45	9
V	Vert	H10,D10	1,93	40	6
I Jalonné	Blanc	Jalonné	1,86	15	6

NB pour les non licenciés : pour être chronométrés vous devez obligatoirement consulter et répondre à ce formulaire de santé

- -1° modèle pour les majeurs : https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/questionnaire_de_sante_FFCO.pdf
- -2° modèle pour les mineurs : https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/questionnaire_sante_sportif_mineur.pdf
- -3°Prendre connaissance des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport : https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/10reglesd'or(FRAnglais).pdf
- Enfin compléter, signer puis envoyer ou présenter votre attestation de santé (modèle pour les majeurs, modèle pour les mineurs)

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) et des autres usagers.

