



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Régionale Longue distance

Dimanche 11 octobre 2026

Forêt de Fontainebleau



INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : Orientation Plein Air Montigny / Loing

Directeur de course : Eloïse Louvet

Délégué Arbitre : Philippe Perse

Contrôleur des circuits : Camille Gire

Traceur : Vincent Peker

GEC : Camille Gire

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : La Vallée des Chatons

Relevés : Jean-Marc Delaume

Cartographe : Jean-Marc Delaume

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

Équidistance : 5 m

Type de terrain : typique Fontainebleau.



ACCÈS

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

Gare la plus proche : Montigny. (1,4km)

Distance parking-accueil : 0 à 200 m

Distance accueil-départ : 500 m

Distance arrivée-accueil : 1100 m



HORAIRES

Accueil : 9H00 à 12H00

Départ : 9H30 à 12H15

Fermeture des circuits : 14H00



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 9

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, UNSS et FFSU : ≥HD20: 9€ - ≤HD18: 6€ Circuit Blanc : 3€

Non-licenciés FFCO, 2 formules possibles:

Pass'Découverte : accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et blanc **Tarif = 8 €**

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 4 octobre: <https://licences.ffcorientation.fr/inscriptions>

-Pour les non licenciés, merci de privilégier le site fédéral pour vous inscrire (lien ci-dessus)

ou en cas d'impossibilité vous pouvez aussi vous inscrire, pour réserver votre carte sur ce formulaire en ligne (lien ci-dessous) **avant le 4 octobre:**

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScpC4030UsU-BRmW1j84Bt_nFsajfdmyF7fJbkzKC9o9XA/viewform?usp=header

Inscription possible aussi, sur place le jour de la course, mais dans la limite des cartes disponibles de 9H00 à 12H pour les licenciés et les non licenciés. Règlement à l'accueil où vous seront remises vos définitions.

A l'atelier suivant un horaire vous sera attribué.

Nous vous conseillons de réserver votre horaire de départ avant le vendredi 9 octobre sur ce fichier en ligne :

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1_buiQC9nuaOD565CCXMM1qWBLu9UND8eTbGLa9zM3LE/edit?usp=sharing



CONTACT

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



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE



Circuits provisoires:

Nom du Circuit	Distance à vol d'oiseau	Dénivelé	Nombre de Postes
VIOLET long	9,25	190	25
VIOLET moyen	6,97	200	20
VIOLET court	5,41	110	14
VIOLET très court	3,97	90	13
ORANGE	5,11	80	12
JAUNE	3,07	55	9
BLEU	2,39	35	9
VERT	2,09	30	8
BLANC	1,64	30	7

Réglementation (extrait): Contraintes dans le choix du circuit :

Les licenciés compétition HD 18 et au-delà peuvent s'inscrire sur n'importe quel circuit.

Les Licenciés compétition de 16 ans et – sont limités :

- HD 16 : maximum circuit Violet-Noir moyen,
- HD 14 : maximum circuit Violet-Noir très court,
- HD 12 : maximum circuit Jaune,
- HD 10 : maximum circuit Bleu.
- NB : les jeunes sur liste ministérielle, en pôle ou appartenant au groupe GRIFCO Performance peuvent courir sur le circuit de leur choix sur validation du CTRS

Tout jeune courant sur un circuit interdit à sa catégorie sera déclassé.

Les Licenciés Découverte Compétition et les Pass'Découverte Compétition peuvent courir sur le circuit jaune au maximum.

Les Pass'compétition peuvent courir sur l'ensemble des circuits.

Les licenciés « LOISIR SANTE » et les Pass'Loisir Santé ne peuvent pas courir sur un circuit de compétition chronométré.

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.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/6118/questionnaire_de_sante_FFCO.pdf

-2° modèle pour les mineurs : https://www.ffcoorientation.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.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/6118/10reglesd'or\(FRANglais\).pdf](https://www.ffcoorientation.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).
- des autres usagers.

