



Course d'Orientation pédestre

Samedi 2 avril 2016 à Chichilianne

Dimanche 3 avril 2016 à Clelles – Ferme Gabert

Courses inscrites au Classement National



Samedi 2 avril : CDL "Longue Distance – Mass-Start" inscrite au Classement National

Organisation : ORIENT'ALP

- ☐ Directeur de course : Eric Mermin
- ☐ Traceur : Maxime Piffard
- ☐ Contrôleur Circuits : J-Michel Bouchet
- ☐ Délégué/Arbitre : Dominique Fleurent
- ☐ GEC : Simon Denier

▲ **Carte** : Chichilianne- "Les Ruines" + "Le Bissard"- 2014 - Echelle : 1/10 000 (1/5000 pour Jalonné)

▲ **Terrain** : Vallonné, coteaux forestiers entrecoupés de thalwegs marqués, bonne courabilité, peu de ronces, quelques pierriers, relief marqué

▲ **Circuits** : 8 + Jalonné, selon le Règlement Sportif LRACO 2016 téléchargeable sur le site: <http://www.lraco.net/>

Circuits "Compétition"

| Dénomination | Couleur | Distance* |
|--------------|---------|-----------|
| Violet Long | | 10 km |
| Violet Court | | 6 km |
| Orange Long | | 8 km |
| Orange Court | | 5 km |
| Jaune | | 6 km |
| Bleu | | 4 km |
| Vert | | 3 km |
| Jalonné | | 2 km |

Circuits "Découverte"

| Dénomination | Couleur | Distance* |
|--------------|---------|-----------|
| Jaune Long | | 8 km |
| Bleu | | 4 km |
| Vert | | 3 km |
| Jalonné | | 2 km |

* Les distances indiquées s'entendent dénivelée comprise : 100m de dénivelé équivaut à 1 km

La distance est calculée à vol d'oiseau et le dénivelé est calculé par le meilleur itinéraire.

▲ **Accès** : fléchage routier à partir du carrefour de la « route nationale », la D1075, avec la D7

☐ Accueil : à partir de 12h30

☐ Distances : Parking - Accueil : 0 à 500m

Accueil - Départ : 2100 m et 100m de dénivelé

Arrivée - Accueil (lecture des puces) : 150 m

▲ **Départs en masse**: à partir de 14h30

▲ **Fermeture des circuits** : 17h00

▲ **Contact** : <http://orientalp.free.fr> - mail : orientalp@free.fr – Bruno Gili : 06 10 28 78 36

▲ **Inscriptions** : en ligne sur le site d'inscription de la FFCO **avant le lundi 28 mars**

<http://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/860/>

Tarifs licenciés FFCO/UNSS/UGSEL : 8 € (19 ans et plus), 6 € (18 ans et moins),

Jalonné : 3,5 €

▲ **Atelier "Loisir" et "Non Licencié FFCO"** : orientalp@free.fr

☐ Tarif "Loisir" et Non FFCO incluant l'assurance : 10 € (19 ans et +), 8 € (18ans et -), Jalonné : 3,5 €

☐ Présentation d'un certificat médical ("pas de contre-indication à la CO en compétition") pour être chronométré. Inscription sur place. Départ pour les "chronométrés" soit en Mass-start soit plus tard (contre-la-montre)

▲ **Garderie proposée le samedi**

▲ **Petite restauration et buvette assurées par le Sou des Ecoles de Chichilianne**

▲ **Hébergements** :

☐ à Chichilianne : <http://www.chichilianne.fr/spip.php?article3>

☐ à Clelles : camping à la Ferme Gabert : <http://lafermegabert.blogspot.fr/>

☐ à Lalley : camping Belle Roche : <http://campingbelleroche.com/>

Avec la participation de

RhôneAlpes Région

Dimanche 3 avril : Championnat de Moyenne Distance de la ligue Rhône-Alpes, course inscrite au "Classement National" et qualificative pour les Championnats de France

Organisation : ORIENT'ALP

- Directeur de course : Eric Mermin
- Traceur : Patrice Montemont
- Contrôleur Circuits : Benoit Cochey
- Délégué/Arbitre : Bruno Mercier
- GEC : Béatrice Gennaro

Carte : Ferme Gabert (Clelles) - NOUVEAU TERRAIN – 2014- Echelle : 1/10 000

Terrain : Plateau de Clelles – Altitude moyenne 700-800m – Forêt de feuillus et résineux sur d'anciennes terres agricoles – Densité de chemins très faible- Pentés avec microreliefs - Présence de clôtures

Circuits : 7 + Jalonné, selon le Règlement Sportif LRACO 2016 téléchargeable sur le site: <http://www.lraco.net/>

Circuits "Compétition"

| NOM | Niveau Technique | Catégories | Distance-Temps du Vainqueur |
|---------|------------------|--|-----------------------------|
| A-Homme | NOIR | H20-H21-H35-H40-H45 | 5,0km - 35' |
| A-Femme | NOIR | D20-D21-D35 | 4,5km -35' |
| B | VIOLET | H18-H50*-H55*-D18-D40*-D45* | 4,4km - 35' |
| C | ORANGE | H16**-H60 et +, D16**-D50-D55-D60 et + | 3,4km - 25' |
| D | JAUNE | H14-D14 | 3,0km - 25' |
| E | BLEU | H12-D12 | 2,4km - 25' |
| F | VERT | H10-D10 | 1,9km - 15' |
| Jalonné | | | 2.8km/1.8km - 15' |

*Les H50 et D40, **et plus**, qui veulent participer aux qualifications pour le championnat de France Elites doivent courir sur le circuit A

**Les D16 et H16 qui veulent participer aux qualifications pour le championnat de France Jeunes doivent courir sur le circuit B

Accès : fléchage routier à partir du carrefour de la « route nationale », la D1075, avec la D526

- Accueil : à partir de 8h30
- Distances : Parking - Accueil : 0 à 500 m (2000m pour les camping-cars)
Accueil - départ : 800 m
Arrivée - Accueil (lecture des puces) : 650 m

Départs : 1ers départs à partir de 9h30

Fermeture des circuits : 15h00 (dernier départ 13h00)

Contact : <http://orientalp.free.fr> - mail : orientalp@free.fr – Bruno Gili : 06 10 28 78 36

Inscriptions : en ligne sur le site d'inscription de la FFCO **avant le lundi 28 mars**

<http://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/892/>

Tarifs licenciés FFCO/UNSS/UGSEL : **10 €** (19 ans et plus), **7 €** (18 ans et moins),
Jalonné : **3,5 €**

Atelier "Loisir" et "Non Licencié FFCO" :

- Tarif "Loisir" et Non FFCO (inclus assurance) : **10 €** (19 ans et plus), **8 €** (18ans et moins),
Jalonné : **3,5 €**
- Présentation d'un certificat médical ("de non contre-indication à la CO en compétition") pour être chronométré. Inscription sur place possible mais utilisation du site d'inscription fortement conseillée pour être intégré dans les listes de départ. Tous les circuits sont accessibles aux Non-licenciés sauf les "Noir" et le "Violet"

Résultats : sur le site <http://orientalp.free.fr>. Courses sur MaTrace : <http://www.matrace.fr>

Divers : Location de puces SPORTident sur place (location : 3 euros)

Buvette et restauration assurées par la Ferme Gabert : Crêpes, Frites, Boissons chaudes et fraîches,...