

Course d'Orientation

Championnats de ligue 2010

Samedi 05 juin 2010 : moyenne distance

Dimanche 06 juin 2010 : longue distance



Les clubs *Dauphiné Orientation* et *Orient'Alp* sont heureux de vous accueillir le week-end des 05 et 06 Juin pour les championnats Rhône-Alpes de moyenne et longue distances. Ces épreuves, qualificatives pour le championnat de France pour les catégories élites, surplomberont la vallée de la Romanche. Elles se dérouleront au Col d'Ornon et à Chamrousse. Nous vous y attendons très nombreux.

Les deux courses du week-end comptent pour le Classement National même sur les circuits non qualificatifs.

Terrains

Terrains Alpains de moyenne altitude situés entre 1300 et 1700 m.
Alternance de terrains découverts et de zones boisées.

Chronométrage

Electronique, SportIdent



ÉLECTRICITÉ RÉSEAU DISTRIBUTION FRANCE



Rhône-Alpes Région



Championnats de ligue Rhône-Alpes 2010

Samedi 05 juin 2010 : moyenne distance

Responsables

Directrice de course : Mireille JACOMINO
Traceur : Jean DERMINE
Contrôleur des circuits : Damien PAULET
Arbitre : Denys SCHMITT

Lieu

Station du Col d'Ornon sur le canton de Bourg d'Oisans. Fléchage au Col.

Carte

Le Col d'Ornon – échelle 1/7500°, équidistance 5m, 2007 mise à jour 2009.

Horaires

Accueil à partir de 12h00 - Départs de 13h30 à 16h30.
Horaires consultables sur le site du club <http://3801.free.fr/> à partir du 1er juin 2010.
La fermeture des circuits sera effective à 18h00.

Distances

Accueil - Parking - Arrivée dans un rayon de 200 m. Départ à 1000 m avec 50 m de dénivelé.

Circuits

4 circuits conformes aux normes FFCO sont proposés pour le championnat de ligue et la qualification au championnat de France Jeunes et Elites : 11 places restent à pourvoir chez les H20+ et 7 chez les D20+.

Circuits	Catégories	Longueur	Dénivelé
A	H20, H21, H35, H40, H45	4 500 m	150 m
B	D20, D21, D35, D40, H50	3 600 m	120 m
C	H16, H18, H55, D45	3 200 m	100 m
D	D16, D18, D50, D55, H60+	2 500 m	90 m

3 circuits supplémentaires sont ouverts en complément pour le championnat de la Ligue :

Circuits	Catégories	Longueur	Dénivelé
E	H14, D14, D60+	2 200 m	80 m
F	H/D10 et H/D12	2 000 m	50 m
G	Jalonné	1 500 m	30 m

Loisirs : à partir de 15h00 avec cartons de contrôle

Inscriptions

Avant le 21 mai, par courrier, accompagné du règlement par chèque à l'ordre de **dauphiné orientation**.
Formulaire d'inscription à télécharger sur <http://3801.free.fr/>
A retourner à : **Marc Sinibaldi - 241 chemin Pouillot,
Champ-ferrand - 38660 LUMBIN
Contact 06 60 58 20 15**

Tarifs

Licenciés FFCO et UNSS - FFSU

19 ans et plus : 9 €

18 ans et moins : 6 €

Circuits loisirs

Tarifs identiques + 2,50 € d'assurance

Championnats de ligue Rhône-Alpes 2010

Dimanche 06 juin 2010 : longue distance

Responsables

Directeur de course : Eric Mermin
Traceur : Eric Mermin
Contrôleur des circuits : Bruno Mercier
Arbitre : Jean-Philippe Stefanini

Carte

Chamrousse 1/10000 équidistance 5m.

Horaires

Accueil à partir de 8h30 - Départs de 9h30 à 12h30.
Horaires consultables sur le site du club <http://orientalp.free.fr> à partir du 1er juin 2010.
La fermeture des circuits sera effective à 15h00.

Distances

Accueil - Arrivée : Foyer de ski de fond du plateau de l'Arselle.
Parking - Accueil : 15mn (800m).
Accueil - Départ à 20 mn. Départ à proximité de l'accueil pour le Jalonné et les H10/D10.

Circuits

Conformes au règlement sportif 2010 de la FFCO. Pour les circuits «Loisir» : circuits chronométrés avec Gestion Électronique de la Course; circuits non-chronométrés : au carton de contrôle

Circuits	Catégories
A	H21E
A bis	H21A, H20E
B	H20A, H35, D21E
B bis	D20E, H45
C	H18, H40
D	D20A, D21A, D35
E	H50, H55
F	D18, D40, D45, H21C

Circuits	Catégories
G	D50, D55, H60, H65, HVC, D21C
H	D60, D65, D70, H70, DVC
I	H16, H18B
K	H14, D16, H16B, D18B
K bis	D14, D16B
L	D12, H12
M	D10, H10
Jalonné	

Inscriptions

Avant le 22 mai, par courrier, accompagné du règlement par chèque à l'ordre de **Orient'Alp**.
Formulaire d'inscription à télécharger sur <http://orientalp.free.fr>
A retourner à : **Bruno GILLI - 101 rue Cervantes**
73290 La Motte-Servolex
Contact 06 10 28 78 36

Tarifs

Licenciés FFCO et UNSS - FFSU
19 ans et plus : 9 €
18 ans et moins : 6 €

Circuits loisir

Tarifs identiques + 2,50 € d'assurance

Championnats de ligue Rhône-Alpes 2010

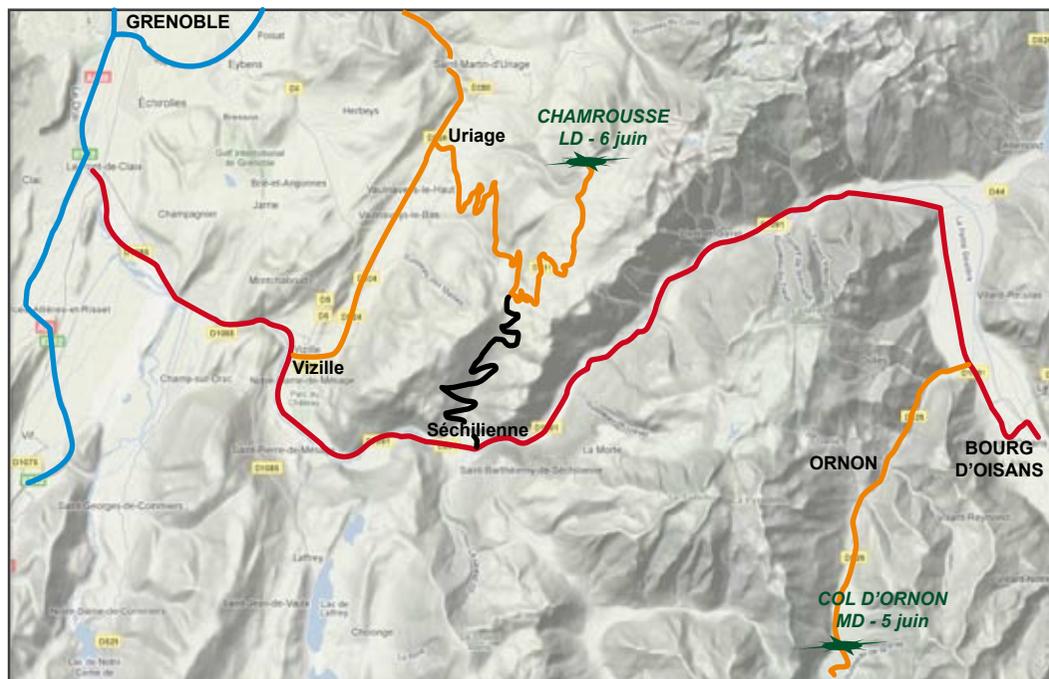
Pour s'y rendre et préparer le week-end

Accès

Grenoble - Col d'Ornon : Prévoir 1 heure.

Col d'Ornon – Chamrousse : Prévoir 1 heure. La route qui monte directement à Chamrousse depuis Séchilienne est réservée aux véhicules légers (10% sur 10Km, très étroite).

Grenoble Chamrousse : Prévoir 45 minutes.



Récompenses

Moyenne distance : Samedi 18h au Col d'Ornon sur l'aire d'arrivée.

Longue distance : Dimanche 14h sur l'aire d'arrivée.

