



# Raid, Randonnée, Course au Score

## La Méridienne 2019

Dimanche 13 janvier

Cabanès (12800)



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

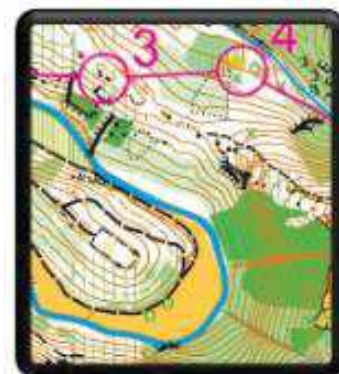
**Organisation :** Cent Vallées Orientation 12

**Carte :** la carte de base est au format IGN amélioré, vous disposerez aussi d'un zoom en IOF (Villemongue) sur une partie de la zone.

/ ! \ le site de course est identique à l'édition 2018, mais cette année vous découvrirez de nouveaux paysages !

**Fléchage :** A l'entrée de Cabanès, sur la D283.

*« But du jeu : pointer le plus de balises possible dans un temps limité. A vous de construire votre itinéraire »*



### CIRCUITS

**Circuits « compétition » :**

- Parcours 4h30 VTT

*(l'accès aux balises en VTT sera indiqué, mais la praticabilité des chemins n'apparaît pas sur la carte)*

- Parcours 4h30 à Pied

- Parcours 2h (à pied)

+ Un circuit « Découverte » : 1H



### HORAIRES

**Accueil :** à partir de 7h

**Départ :** 8h00 pour les circuits 4h30  
10h pour autres circuits.

**Remise des récompenses :** 13h30 (pendant le repas)

**Fermeture des circuits :** 14h



### SERVICES

Buvette et restauration

*Le repas est compris pour les circuits « compétition »*

\* Repas supplémentaire 9€



### TARIFS

**Parcours « compétition » :** 17 €

**Parcours « découverte » :** 12€ par équipe

Location de puce : 3€



### RESULTATS

Les résultats seront publiés sur le site : [www.cdco12.com](http://www.cdco12.com)

Et disponible sur Facebook /CentValléesOrientation12



### CONTACT

Mathilde Sudres : [mathilde.sudres@laposte.net](mailto:mathilde.sudres@laposte.net)



### INSCRIPTIONS

**Inscription avant le vendredi 10 janvier, sur internet :** <https://www.inscription-facile.com/form/YZHG2gkg4hXoUGVA0GPU>

**Pour les personnes non- licenciés :**

**/ ! \ Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter un certificat médical datant de moins d'un an à la date d'inscription à la compétition et permettant d'établir l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la course d'orientation, en compétition.**

