



ANNONCE DE COURSE * REGIONALE

COURSE URBAINE LONGUE DISTANCE

dimanche 18 octobre 2020

LAON (02) : *La montagne couronnée*



INFORMATION GÉNÉRALES

MASQUE OBLIGATOIRE SUR LE SITE DE COURSE (PAS PENDANT LA COURSE)

Organisation : Vervins Orientation

Directeur de course : Camille Moulière

Délégué : Bertrand Paturet

Arbitre : Bertrand Paturet

Contrôleur des circuits : Camille Moulière

Traceur : Marc Gallois

GEC : Marc Gallois

Course comptant pour le
CLASSEMENT NATIONAL

OUI

CARTE



Nom : *La Montagne Couronnée*

Échelle : 1/7500 (1/5000 pour le circuit vert)

Relevés : Été 2020

Équidistance : 5m

Cartographe : *Franz Mareigner (Cap Orientation)*

Type de terrain : urbain, terrains de sport, centre-ville médiéval, remparts, flancs boisés.

ACCÈS

Rendez-vous : *complexe sportif Marcel Levindrey, Laon (sud-est de Laon, le long de la Nationale 2)*

Distance parking/accueil/départ/arrivée: *sur place*

HORAIRES

- Accueil : de 9h30 à 11h30
- Départ : de 9h45 à 11h30
- Fermeture des circuits : 13h30

CIRCUITS

Circuits compétition :

- Orange très long (11-12km), long (8-9km), moyen (6-7km) ou court (3-4km) : circuits techniques
- Jaune court ou long : circuits intermédiaires
- Bleu : circuit assez facile
- Vert : circuit enfants et débutants

Circuits ouverts à l'initiation :

- tout circuit excepté orange

RÉSULTATS

*Pas d'affichage sur place
pour éviter les regroupements,
merci de votre compréhension.*

- Sur le site fédéral après validation par l'arbitre
- envoi par mail au responsables de club (site internet en réfection...)

SERVICES

- Petite buvette et restauration sur place
- Vestiaires et douches

TARIFS

une seule course : VERVINS (17/10) ou LAON (18/10) / pour les 2 courses : VERVINS et LAON

- Licenciés (IOF, UNSS, UGSEL) : 19 ans et + : **7€/12€**, - de 18 ans : **6€/10€**, - de 15 ans : **5€/8€**
- Non-licenciés :
 - individuel incluant l'assurance journée : 19 ans et + : **9€/16€**, 15- 18 ans : **8€/14€**, - de 14 ans : **7€/12€**
 - famille engagée ensemble sur un circuit initiation (2 cartes max. par famille) : **pass avec assurance incluse à 12€/20€**

INSCRIPTIONS

- Licenciés : utilisez la méthode habituelle sur le site de la fédération avant le 11 octobre.
- Non licenciés : par mail à Camille.mouliere@yahoo.fr ou marie.h02@gmail.com avant le 13 octobre ou sur place le jour de la course (dans la limite des cartes disponibles).

/!\ Les non licenciés (sans licence course d'orientation) souhaitant être chronométrés doivent obligatoirement se munir d'une puce électronique (prêt) et être en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course d'orientation en compétition de moins d'un an (Législation 02/2016).

CONTACT

marie.h02@gmail.com

Protocole COVID Mis en place :

Masque Obligatoire sur TOUT le site : avant et après la course (y compris la GEC)

L'idéal serait d'avoir une poche afin de soigneusement ranger son masque durant la course

A proximité et dans l'atelier départ, chacun devra garder de la distance avec les autres coureurs.

Un lavage de main avec un solution hydroalcoolique sera obligatoire à l'entrée de l'atelier départ.

Pendant la course, ne pas rester à la balise en cas de nécessité pour lire la carte, s'éloigner de plus d'un mètre de celle-ci. En cas d'arrivée simultanée à une balise, la priorité sera laissée au coureur le plus rapide.

A l'arrivée, nous vous demanderons de ne pas stationner sans masque (ou en gardant une distance acceptable avec les autres coureurs : pas de debriefing autour d'une carte sans masque).

Il n'y aura ni gobelets, ni eau en libre-service à l'arrivée : nous vous remercions d'apporter et d'utiliser votre eau (possibilité de remplir ses contenants dans les vestiaires)

COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter



Éviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres



Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades



En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée

 [GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)  **0 800 130 000**
(appel gratuit)