



INVITATION COURSE D'ORIENTATION REGIONALE N° 8 COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL DIMANCHE 20 novembre 2016

- Lieu :** La Borie Basse - 12800 CABANES
- Organisation :** Club 1202 – Cent Vallées Orientation 12
- Contact :** Isabelle CHAMPTIAUX – isabelle.champtiaux@gmail.com
- Inscriptions :** Sur [le site FFCO](#) avant le 17/11/2016,
Seuls les préinscrits seront sûrs d'avoir une carte sur leur circuit.
- Règlement :** Suivant le [Règlement des courses régionales en Midi-Pyrénées](#)
- Tarifs :**
- | | licenciés | non licenciés |
|-----------------|-----------|---------------|
| 19 ans et plus | 7 euros | 11 euros |
| 18 ans et moins | 4 euros | 7 euros |
- Taxe pour inscriptions tardives, ou absence non justifiée : 2€
- Accueil :** Distances : Parking / Accueil : 200 m
Accueil / Départ 1 (circuits Jalonné, Vert et Bleu) : 2000 m
(les jeunes seront emmenés au départ par l'organisation)
Accueil / Départ 2 : 300 m
Accueil / Arrivée: 400 m
- Horaires :** Accueil à partir de 9h. Prise des horaires de départ sur place.
Départ au boîtier entre 10 h et 12h,
*Mais pas moins de 4 mn entre deux coureurs d'un même club sur le même circuit,
les coureurs ne remplissant pas cette condition seront disqualifiés.*
Remise des récompenses à 13h30.
Fermeture des circuits à 14h
- Fléchage :** Naucelle, croisement D997 et D83 – Coord GPS La Borie Basse 44.197300, 2.288443
- Terrain :** Très très très vallonné, flancs de forêt, feuillus et conifères ; jambes très couvertes
- Carte :** "VILLELONGUE" relevés avril 2016 - équidistance 5 m –
échelle 1/10 000^{ème} (circuits Violets à Jaunes), 1/5000^{ème} (circuits Vert et Bleu)
- Circuits:** 10 circuits de couleurs suivant le [Cahier des charges des courses régionales en Midi-Pyrénées:](#)
et le [Guide de choix des circuits de couleur Ligue MP](#)
- | CIRCUIT | MOYENNE DE TEMPS DES 3 PREMIERS | DISTANCES INDICATIVES POSTES A POSTES (distance + dénivelé x10) |
|------------------|---------------------------------|---|
| Violet long | 70' | 10 km |
| Violet moyen | 60' | 7,5 km |
| Violet court | 50' | 6 km |
| Violet court bis | 40' | 4 km |
| orange | 40' | 5 km |
| Jaune long | / | 8 km |
| Jaune | 35' | 3,5 km |
| Bleu | 25' | 2,7 km |
| Vert | 20' | 2,2 km |
| J (Jalonné) | 20' | 2 km |
- Les cartes ne seront pas récupérées à l'arrivée.
Soyez fair-play
- Organisateur :** Isabelle Champtiaux
Cartographe : Dionisie Rosca
Traceur : Alain Viguier
Contrôleur : Isabelle Champtiaux
Délégué fédéral Arbitre : Frédéric Ramblière
Responsable GEC : Mickaël Baudry
- Restauration :** Buvette, boissons chaudes, Sandwichs.