

ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Coupe de la LHFCO – MD Dimanche 26 mars 2023 Forêt domaniale d'Ecault (62)



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : CapOnord & Opale Orientation
Directeur de course : Philippe ARROQUI (CapOnord)
Arbitre : Stéphane PRUVOST (BA)
Traceur : Jérôme CZERNIAK (O²)
Contrôleur des circuits : Stéphane PRUVOST (BA)
Géc : Maria LABARRE (O²) & Laurent SCHIMPF (CapOnord)

**COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL**

Pas de boîtiers AIR



CARTE

Nom : Forêt domaniale d'Ecault
Relevés : 2005
Cartographe : CAP Orientation
Réactualisation par O² en novembre 2022

Échelle : 1/7500 - **Équidistance :** 2,5m - **Surface :** 2,86 km²
Micro-relief et zones sableuses
Quelques zones de végétation dense



ACCÈS

Parking : parking principal de la forêt
le long de la D119
50.654593, 1.606875

Arrivée à 500m
Départ à 750m



HORAIRES

Accueil : A partir de 9h30

Départs : à partir de 10h00 – **Horaires imposés sur le A, toutes les deux minutes dans l'ordre décroissant du CN**

Inscription sur place sur un tableau pour les autres circuits : 4mn minimum entre 2 coureurs du même club

Fermeture des circuits : 14h30



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 7
Nombre de circuits initiation : 2



RÉSULTATS

<http://www.caponord-sports-orientation.fr/>
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100063467023777>
<http://www.opale-orientation.net/>
<https://www.facebook.com/search/top/?q=opale%20orientation%20-%20o%C2%B2>

Circ	Descriptions	Durées	Couleurs	Dist	Rk réf	Post	Echelles	Conseils des organisateurs
A	Violet	35	5	5220	6'48	24	1/7500	Coureurs rapides
A bis	Violet	35	5	3890	9'	20	1/7500	Coureurs techniques
B	Violet Court	30	5	2100	14'30	14	1/5000	Coureurs expérimentés HD60+
C	Orange	25	4	2320	10'45	12	1/7500	HD16
D	Jaune	25	3	2240	11'10	12	1/7500	HD14
E	Bleu	25	2	2450	10'13	13	1/5000	HD12
F	Vert	25	1	2200	10'	11	1/5000	HD10 non accompagnés
I	Initiation	35	3	3870		17	1/7500	Adultes non licenciés ou en groupe
J	Découverte	25	1	1950		8	1/5000	Enfants accompagnés



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE



SERVICES

Pas de ravitaillement offert à l'arrivée
Buvette sur place



TARIFS

Licenciés FFCO de la Ligue des Hauts de France : Gratuit jusqu'au 21/03 sinon 1€ après.

Licenciés FFCO hors ligue : 6€

Non-licenciés FFCO / Licenciés FRSO : Circuit Abis, B, C, D ou I : 6€ Circuit E, F ou J : 4€

Licenciés FFSU / UFOLEP / UNSS / UGSEL : Circuit Abis, B, C, D ou I : 3€ Circuit E, F ou J : 1€

Inscription tardive après le 21/03 : + 1€

Location de puce : Papier d'identité, clefs ou chèque de 30€ en caution



INSCRIPTIONS

Pour les licenciés, sur le site de la FFCO, avant le 21/03/2023

Pour les non licenciés, à : maria.labarre99@gmail.com avant le 21/03/2023 pour choisir son circuit ou sur place en fonction des cartes disponibles

/!\ 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.

En parallèle de la course, la commission « jeunes » propose, aux postulants au groupe ligue 2023-2024, une évaluation thématique niveau jaune/orange sur la lecture du relief et du micro-relief. Elle sera gérée par Jérôme DANEL (Valmo) et les moniteurs en formation : Lucas V. et Mathieu V.

Inscriptions (précisez Prénom, NOM, Club, N° licence et N° SI) avant le 21 mars à : acheubeudeu@libertysurf.fr



Jérôme CZERNIAK : 06.26.14.67.94

Philippe ARROQUI : 06.20.02.47.18

