



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation :** Club d'Orientation Lorientais (5604BR)  
**Directeur de course :** Françoise Anglade  
**Délégué arbitre :** Yannick Guillou  
**Contrôleur des circuits :** Anne Coniel  
**Traceur :** Lise Coniel  
**GEC :** Mathieu Courant

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



### CARTE

**Nom :** Le Hingair  
**Relevés :** 2019, mise à jour partielle 2022  
**Cartographe :** Michel Duboc, mise à jour Anne et Lise Coniel

**Échelle :** 1/10 000

**Équidistance :** 5 m

**Type de terrain :** Flanc typique breton. Réseau important de chemins.



### ACCÈS

**Fléchage :** Rond-point de Locoyarn, Hennebont (sortie 40 N165)

**Distance parking-accueil :** 1,2km

**Distance accueil-départ :** 700m

**Distance arrivée-accueil :** sur place



### HORAIRES

**Accueil :** 9h30

**Départ :** 10h à 12h. Horaires de départ définis par l'organisation.

**Fermeture des circuits :** 13h30

**Remise des récompenses :** Non



### CIRCUITS

**Nombre de circuits compétition :** 5



### RÉSULTATS

[www.co-lorient.fr](http://www.co-lorient.fr)

Circuit	Distance (km)	Dénivelé (m)	Public visé	Ouverture aux non licenciés
Vert	1,4	60	Enfants seuls ou accompagnés, débutants ou avec peu d'expérience. Postes le long de lignes visibles (chemins, talus, ...).	Ouvert à tous, en initiation ou compétition.
Bleu	1,3	50	Enfants avec une expérience en CO. Familles et adultes débutants. Postes à proximité de lignes visibles, sauts de lignes possibles. En initiation : pour les plus grands, idéal pour débiter en étant certain de tout trouver !	Ouvert à tous, en initiation (seul ou à plusieurs) ou en compétition (seul).
Jaune	2,1	75	Jeunes et adultes maîtrisant les principales techniques de CO (lecture du relief, de la végétation, azimut, ...). En initiation : idéal pour les jeunes ou adultes ayant un peu pratiqué à l'école ou en raid, et souhaitant se challenger.	Ouvert à tous, en initiation (seul ou à plusieurs) ou en compétition (seul).
Orange court	2,4	95	Orienteurs confirmés, souhaitant un circuit technique, mais <b>moins exigeant physiquement</b> . Les 2 circuits orange ont le même niveau technique et exploitent au maximum les possibilités offertes par la carte (terrain breton typique).	En compétition uniquement, ouvert aux non licenciés sur présentation d'un certificat médical.
Orange long	3,9	165	Orienteurs confirmés, souhaitant un circuit technique et <b>plus exigeant physiquement</b> . Les 2 circuits orange ont le même niveau technique et exploitent au maximum les possibilités offertes par la carte (terrain breton typique).	En compétition uniquement, ouvert aux non licenciés sur présentation d'un certificat médical.



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE



Nombre de circuits hors CN : 2

Circuit	Distance (km)	Dénivelé (m)	De quoi s'agit-il ?	
Violet court hors CN	2,4	95	Nous avons choisi de vous proposer 2 circuits hors compétition, pour le plaisir. Il s'agira de circuits multitechniques mêlant couloir, carte bistre, carte végétation. De ce fait, ces deux circuits ne seront pas au CN.	Orienteurs confirmés, souhaitant <b>se challenger techniquement</b> , sur un circuit <b>moins exigeant physiquement</b> .
Violet long hors CN	3,9	165		Orienteurs confirmés, souhaitant <b>se challenger techniquement</b> , sur un circuit <b>plus exigeant physiquement</b> .

Si vous hésitez dans le choix de votre circuit, nous vous invitons à demander conseil à votre club, et si besoin à nous contacter directement !



## SERVICES

Attention, nous appliquerons les mesures sanitaires en vigueur le jour de la course. Pas de boisson, ni nourriture à l'arrivée. Prévoyez votre ravitaillement. Parking camping-car.

Le pointage à distance (air+) des boitiers sera activé sur l'ensemble du week-end.



## TARIFS

**Licenciés FFCO** : 7€ pour les plus de 18 ans, 5€ pour les moins de 18 ans.

**Non-licenciés FFCO** : 10€ pour les plus de 18 ans, 8€ pour les moins de 18 ans. Offre pour les 3 courses du week-end : 25€ pour les + de 18 ans, 20€ pour les moins de 18 ans.

**Location de puce (air+)** : 1 € - Réservé aux compétiteurs. Demande à faire par mail ([inscriptions@co-orient.fr](mailto:inscriptions@co-orient.fr)) avant la fin des inscriptions aux courses soit le 9 septembre 2022.

**Location de puce** : 1 €



## INSCRIPTIONS

**Licenciés FFCO** : inscriptions sur le site fédéral jusqu'au 9 septembre 2022.

**Non licenciés** : Inscriptions par mail ([inscriptions@co-orient.fr](mailto:inscriptions@co-orient.fr)) jusqu'au 9 septembre 2022, ou sur le stand du club à la fête des assos de Lorient (samedi 3 septembre) ou au forum des associations de Quimperlé (samedi 10 septembre).

*/!\ 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.*



## CONTACT

Par mail : [inscriptions@co-orient.fr](mailto:inscriptions@co-orient.fr)

Toutes les informations sur notre site : [www.co-orient.fr](http://www.co-orient.fr)

