

Dimanche 24 mars 2024
Forêt de Buzet (31), Parking Sud



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : Absolu Orientation
Directrice de course : Isabelle Groscolas
Traceur : Thierry Fol
GEC : Pierrick Masse

**COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL**

NON



CARTE

Nom : Forêt de Buzet
Relevés : Juin 2020 (Pedestre) / Aout 2023 (VTTO)
Cartographe : Olivier Thomas (Pédestre) / Laurent Frayssinet (VTTO)

Échelle : 1/10 000 (CO Pédestre) 1/12500 (VTTO)
Équidistance : 5m
Type de terrain : forêt de feuillus, bon réseau de chemins



ACCÈS

Point GPS du Parking Sud Foret de Buzet:
43.762249482749354, 1.5817951866315179
Distance parking-accueil : 100m
Distance accueil-départ : 500m



HORAIRES

Accueil : 9h00 - **Départs :** 10h00-12h00
Entrainement Laser : 9h00 – 10h00
Remise des récompenses : non
Fermeture des Circuits : 14h00



CIRCUITS

Circuit Violet : 7,5 km (balises loin des chemins)
Circuit Jaune : 4,5 km (balises proche des chemins)
Circuit Bleu : 2,5 km (Balises sur les chemins)
VTT'O Orange Complémentaire : 10,2 Km



RÉSULTATS

<https://absoluorientation.wixsite.com/absoluorientation>



TARIFS

Licenciés FFCO : 19 ans et plus 8€ ; 18 ans et moins 3€ (**Possibilité de paiement par le site helloasso des Non Licenciés**)
UNSS et Non-licenciés FFCO : 19 ans et plus 10€ ; 18 ans et moins 5€
Prêt de puce électronique : dépôt d'une caution de 40€ ou d'une pièce d'identité et signature d'un questionnaire santé



INSCRIPTIONS

Licenciés FFCO : Utiliser "inscription en ligne" du site ffc : <https://www.ffcorientation.fr/courses/agenda/64898/>

Non Licenciés FFCO et UNSS : <https://www.helloasso.com/associations/absoluraid/evenements/orient-bio-2024>

Date limite : Mercredi 20 Mars 2024 Minuit

Inscription sur place possible dans la limite des cartes disponibles

/!\ Pour être chronométré sans être licencié ffc, vous devez obligatoirement répondre au questionnaire santé et le signer.



CONTACT

absoluorientation@gmail.com / 06 15 96 71 11 – Isabelle Groscolas / 06 71 95 01 57 - Thierry Fol





FORMAT DE COURSE ET CIRCUITS

Biathlon Pedestre

Violet : 7500 m + 1 pas de tir laser

Jaune : 4500 m + 1 pas de tir laser

Bleu : 2500 m + 1 pas de tir laser

VTT'O complémentaire : à faire en plus du Biathlon Pedestre après lecture de puce du Biathlon Pedestre : 10,2 km

Guide de choix du circuit pour les non licencié FFCO

Toutes les distances sont à vol d'oiseau : comptez +30% mini pour la distance réelle.

Débutants : prévoir une vitesse moyenne d'environ 15 min/km. Il est courant de mettre le double du temps du vainqueur annoncé au-dessus.

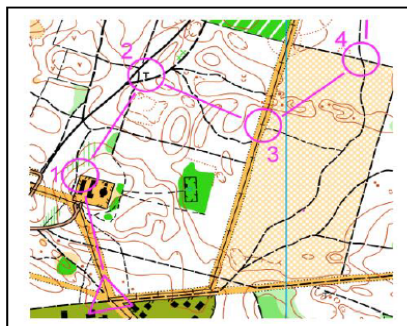
Nos conseils :

1. Adultes/adolescents pratiquant la course à pied et ayant des notions d'orientation : circuit violet,
2. Adultes/adolescents n'ayant pas de notion d'orientation : circuit jaune
3. Jeunes (6/12ans) sans expérience de la CO : circuit bleu (accompagnement possible)

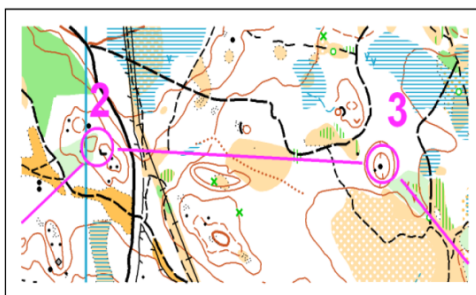
N'hésitez pas à prendre contact avec nous pour plus de conseils.

NIVEAU DE COULEURS EN COURSE D'ORIENTATION

Niveau bleu : les balises sont sur les mains courantes. La difficulté consiste à bien identifier et suivre ces mains courantes sur le terrain. Exemple :



Niveau jaune / orange : l'approche de poste se fait par des mains courantes. L'attaque de poste nécessite de quitter la main courante. Il existe toujours un point d'attaque net et une ligne d'arrêt nette pour chaque poste. Exemple :



Niveau violet : idem niveau orange avec des points d'appui de nature plus complexe. Pas forcément de point d'attaque net ni de ligne d'arrêt nette.

