



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Régionale Moyenne Distance

(support du Championnat de l'Yonne)

Dimanche 30 novembre 2025

AVALLON (89)



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : Comité de l'Yonne de C.O (CDCO 89)

Directeur de course : Francis MOINE (23131).

Délégué-Arbitre-Régional : Jean Baptiste VIDEIRA (22590).

Contrôleur des circuits régional : Fabrice THOMASSIN (2 499).

Contrôleuse des circuits stagiaire : Adeline MORVAND (25389).

Traceuse régionale CO à pied : Emeline MOINE (24 441).

GEC : Sylvain BOURGOIN (42 598) & Aimé LOUAT (12 192).

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : AVALLON. Le Bois Dieu 4

N° FFCO : 2024-D89-211. Extension & mises à jour 2025

Cartographe : Fabrice THOMASSIN

Échelle : 1/7500 ou 1/5000 selon circuits.

Équidistance : 5 m

Type de terrain : Forêt du Morvan icaunais.
Plateau détaillé et flanc escarpé avec des
éléments rocheux. Nombreux chemins,
sentiers et layons.



ACCÈS <https://maps.app.goo.gl/f9TBgwwFv7DymG9y5>

Fléchage : Avallon. Giratoire. Route de Lyon /Rue de
Méluzien

Distance Parking-Accueil : 20 à 50 m

Distance Accueil-Départ : 600 m

Distance Arrivée-retour à l'accueil : 800 m



HORAIRES

Accueil : A partir de 9h30

Départs : de 10h30 à 12h00

Remise des récompenses (pour le Chpt de
l'Yonne) : 13h30



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 8

Nombre de circuits initiation : 3. Voir page 2



RÉSULTATS

<http://www.lbfco.fr/>

Chronométrage électronique classique :
SI Air non activé



SERVICES

Toilettes à l'accueil.

Stands : *Lab'Venture* (matériel de CO) et *MD Gourmandises* (gâteaux sucrés) + buvette.



TARIFS

Licenciés FFCO : 8 € pour les 18 ans et moins ; 9 € pour les 19 ans et plus.

Non-licenciés FFCO : Pass compétition : +5€ ; Pass découverte compét : +3€ ; Pass Loisir santé (non chronométré) : +0€

Location de puce : prêt gratuit contre dépôt d'un chèque de caution de 30 € à l'ordre de CDCO 89.



INSCRIPTIONS

Sur le site fédéral. <https://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/3549/> jusqu'au **Samedi 22 novembre 2025 inclus.**



CONTACT

Contact : Francis MOINE cdco89@free.fr

Avallon
...passionnement



RÉGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTÉ



Conditions d'inscription :

L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence FFCO annuelle « compétition » ou d'une licence annuelle « découverte compétition » (inscription limitée aux circuits Open Vert, Bleu ou Jaune).

Sont également chronométrés les non-licenciés ayant souscrit un Pass « découverte compétition » (inscription limitée aux circuits Open Vert, Bleu ou Jaune) ou un Pass « compétition » (inscription possible sur les circuits Open Orange, Violet ou Noir).

Les non-licenciés titulaires d'un Pass loisir-santé peuvent accéder aux circuits Open Vert, Bleu ou Jaune, hors chronométrage officiel.

Les concurrents non-licenciés ayant souscrit un Pass à la journée devront remplir et signer **une attestation de prise de connaissance** du questionnaire médical fédéral et des recommandations des cardiologues du sport (pour les majeurs), du questionnaire médical ou présenter un certificat médical de moins de 6 mois pour les mineurs.

Ces documents disponibles et à remplir à l'accueil, ou accessibles en cliquant les liens ci-dessous :

[10 règles d'or](#), [questionnaire de santé \(majeur\)](#), [questionnaire de santé \(mineur\)](#), [Certificat médical-mineurs](#)

Caractéristiques des circuits

Mise à jour du 30 octobre

Circuit & niveau	Catégories indicatives (uniquement pour les concurrents concernés par le Chpt de l'Yonne)	Temps de course du vainqueur	Distances / Dénivelées /Nb de postes
A-Noir	H20-35 ; Open noir	35 mn	6 km
B-Violet long	H18 ; D20-35 ; H40-45 ; Open violet	35 mn	5 km
C-Violet moyen	H50-55 ; D40-45	30 mn	4 km
D-Violet court	D18 ; H60 et + ; D50-55	25 mn	3 km
E-Orange moyen	H16 ; Open orange	30 mn	3,5 km
F-Orange court	D16 ; D60 et +	25 mn	3 km
G-Jaune	D14 ; H14 ; Open jaune	25 mn	3 km
H-Bleu	D12 ; H12 ; Open bleu	20 mn	2,5 km
I-Vert *	D10 ; H10 ; Open vert *	15 mn	2 km

*Le circuit I est non compétitif et hors classement national. Possibilité d'accompagnement par un adulte ayant terminé sa course ou ne courant pas.

Conditions d'inscription au championnat de l'Yonne

Les concurrents des clubs CARTO-Avallon et YCONE-Sens doivent s'inscrire dans leur catégorie d'âge pour pouvoir être classés et prétendre à un titre départemental (remise des récompenses à 13h30).

Les concurrents des clubs extérieurs ne sont pas concernés et peuvent s'inscrire sur le circuit de leur choix.



<https://www.labventure.fr>



<https://mdgourmandises.wixsite.com>