ANNONCE DE COURSE * DÉPARTEMENTALE

Départementale MD

27/04/2025

Les Rinsillons, 51 HAUTVILLERS

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : EPERNAY NATURE ET SPORT
Directeur de course : Bernadette DUMONT-GOSSET
Délégué-Arbitre régional : Dany ROSINI
Contrôleur des circuits régional CO à pied : Franz MAREIGNER
Traceur régional CO à pied : Bernadette DUMONT-GOSSET
GEC : Franz MAREIGNER, Marie COVIAUX

COURSE COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI

CARTE

Nom : LES RINSILLONS
Relevés : 2022 màj 2024
Cartographe : Franz MAREIGNER, CAP Orientation

Échelle : 1/10000 (Violet HD+60 et vert : 1/7500)
Équidistance : 5 m
Type de terrain : côteau et plateau, forêt et vignes, végétation variée (jambes couvertes conseillé)

ACCÈS

Fléchage : Hautvillers centre / **Accueil :** 49,090060, 3,953076
Distance parking-accueil : 0-300 m
Distance accueil-départ : à définir
Distance arrivée-accueil : à définir

Circuits de couleur Course d'Orientation

HORAIRES

Accueil : à partir de 9 h 30
Départ : de 10h00 à 11h15
Remise des récompenses : Non

CIRCUITS

Nombre de circuits compétition (distances en km effort) : Violet long 6 km, Violet Court 4/5 km, Violet HD 60 et + (1/7500) : 3/4 km, orange 3/4 km, jaune 3/3,5 km, bleu 2/3 km, vert/vert accompagné : 2/2,5 km
Nombre de circuits initiation : Jaune loisir 4/5 km - bleu loisir 2/3 km (idéal avec de jeunes enfants)

RÉSULTATS

http://epernayns.free.fr/
HELGA : https://helga-o.com/webres

SERVICES

Initiation, conseils possibles avant votre départ.
Prêt de boussoles et puces (avec caution)
Eau,
Buvette, sandwichs, pâtisseries

TARIFS

Licenciés FFCO : 9 € (+18 ans), 6 € (18 et -)
Non-licenciés sur parcours violet ou orange : +3€
Non-licenciés loisir et découverte sur parcours vert, bleu et jaune : 9 € (+18 ans), 6 € (-18 ans).
Familles : 15 € (circuits loisir jaune, bleu loisir) sans chrono ensemble sur le même circuit avec 2 cartes et 1 pointeur)
Location de puce et de boussole : gratuit / caution (50 € ou pièce identité)

INSCRIPTIONS

Avant le 21/04/2025 minuit sur le site en ligne FFCO. Non licenciés : Sur le site FFCO ou par mel pour les circuits « loisir-santé » en famille ou solo.
Après le 21/04/2025 ou sur place dans la limite des cartes disponibles : Merci d'anticiper votre inscription.
L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence compétition (orange ou violet) ou découverte compétition (vert, bleu ou jaune) et aux non-licenciés titulaires d'un titre de participation ad hoc respectant les conditions médicales d'accès : attestation de prise de connaissance du questionnaire médical fédéral et des recommandations des cardiologues du sport pour les majeurs questionnaire médical ou certificat médical de moins de 6 mois pour les mineurs (voir les liens pour télécharger ci-dessous)

CONTACT

DUMONT-GOSSET Bernadette - 06 84 92 40 26 - ens5101@wanadoo.fr - http://epernayns.free.fr/

ANNONCE DE COURSE * DÉPARTEMENTALE

Attestations pour les non licenciés :

- Attestation inscription personne majeure non-licenciée FFCO à une compétition
  - Les 10 règles d'Or édictées par le club des cardiologues du sport
  - Questionnaire de santé fédéral

- Attestation inscription personne mineure non-licenciée FFCO à une compétition
  - Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur
  - Certificat médical pour les mineurs

Tableau des Parcours :

Parcours:	Distance (km)	Dénivelé (m)	Distance effort (km)	Nombre de contrôles:
Vert	1,83	85	2,88	10
Bleu	2,27	110	3,32	11
Jaune	2,68	110	3,78	12
Orange	3,41	115	4,56	14
Violet +60	2,86	105	3,91	13
Violet Court	4,24	130	5,54	17
Violet Long	5,47	140	6,87	22
Loisir Jaune	3,16	120	4,36	14
Loisir bleu	2,41	110	3,51	13