

ANNONCE DE COURSE * DÉPARTEMENTALE



Moyenne Distance - échelle 1/10000

Dimanche 17 mars 2024

Plateau de Ludres



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Opération " J'aime la nature propre"



Organisation : Scapa Nancy Orientation

Traceur : Alice PERRUCHAUD

Contrôleurs : Victoire LEMERCIER (SOL) et Jean-Pierre GEROMEY (Terres d'O)

DAR : Céline LEMERCIER et Mathieu LEMERCIER (TA Fameck)

GEC : Hugo PERNY et Ulrich PECHSTEIN

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL
OUI

CARTE Échelle : 1/10000 - Équidistance : 5 m.



Nom : De Châtel au Four (extrait) - mise à jour partielle 2024

Terrain : plateau lorrain- présence de zones de micro relief - beaucoup de layons - courabilité assez bonne

ACCÈS



Fléchage : suivre gare de Ludres puis Zone de Loisirs du Plateau - 48.629930 et 6.158287

Départ : 500 m

Accueil - Parking - Arrivée et GEC : 100 m.

HORAIRES



Accueil : 9h30

Départ : 10h à 11h15

Fermeture des circuits 12h30



CIRCUITS

Vert : 2 - 2,5 km effort (très facile)

Bleu : 2 - 3 km effort (facile)

Jaune : 2 - 4 km effort

Orange : 3 - 4 km effort

Violet court : 2 - 3 km effort

Violet long : 4 - 6 km effort



RÉSULTATS

<https://liveresultat.orientering.se>

<https://scapanancyorientation.fr>

<http://www.meurthe-et-moselle.ffcorientation.fr>

NB : 2 étudiants de 4ème année de médecine viendront parler des tiques

TARIFS



Licenciés FFCO 2024 : 9 € pour nés en 2005 et avant - 6 € pour nés en 2006 et après

Non-licenciés FFCO - circuits vert, bleu, jaune : 13 € pour nés en 2005 et avant - 10 € pour nés en 2006 et après.

Non-licenciés FFCO - circuits orange ou violet : 16 € pour nés en 2005 et avant - 13 € pour nés en 2006 et après.

/!\ Non licenciés, vous devez signer une attestation indiquant avoir pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport.

https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/74/10REGLESDOR.pdf -

https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/74/questionnaire_de_sante_FFCO_JkrRgSy.pdf

Pour les mineurs, questionnaire santé sportif mineur signé par les parents ou certificat médical de moins de 6 mois.

https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/74/questionnaire_sante_sportif_mineur.pdf

Prêt gratuit de puce électronique avec **caution de 50 €.**



INSCRIPTIONS

Sur le site FFCO jusqu'au **mercredi 13 mars** à minuit pour les licenciés et les non licenciés.

<https://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/>

Pour les non licenciés FFCO, merci d'envoyer votre attestation signée à **scapanancyorientation@orange.fr**

https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/attestation_inscription_personne_majeure_non-licencieeFFCO.pdf -

https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/attestation_inscription_personne_mineure_non-licencieeFFCO.pdf



CONTACT

nelly.deville54@orange.fr



Nancy

Ludres
dynamique et responsable

