

Bonjour à toutes et tous,

C'est reparti pour un stage ligue Nord-Pas de Calais, ouvert aux ligues limitrophes, cette fois-ci dans la splendide et technique forêt de Fontainebleau..

La Inpcco propose d'organiser, après 2007 et 2008 (ligue NO + Pic), son stage 2009 de perfectionnement sportif tous niveaux, au début de vacances de Noël, en pension complète.

Du fait des 2 jours de CF de sprint et de nuit + 3 jours de Provence fin Octobre, notre ligue a décidé (en Juin) de repousser la date du stage (habituellement à la Toussaint) au mois de Décembre 2009.

Nous serons hébergés au Rocheton, à La Rochette (sortie Sud de Melun, www.rocheton.asso.fr), le coût de l'hébergement étant de 92€ par stagiaire (46€/jour). Une salle sera à notre disposition (capacité possible 80 personnes).

Attention : Ce tarif ne comprend pas le prix du déplacement et le coût des cartes.

80 places ont été réservées (environ les 2/3 pour la ligue NO).

Le déplacement sera individuel ou par club avec justificatif de la ligue pour Crédit d'impôt.

Coût par stagiaire (hébergement + cartes) : Si licencié Ligue NO : 50€ (car la ligue NO participera à hauteur de 50€ environ pour ses stagiaires). Si licencié FFCO autre ligue : 100€.

Ce stage, ouvert à tous les licenciés FFCO de la ligue NO et à un certain nombre de licenciés des ligues limitrophes (Picardie, Champagne-Ardennes), aura lieu du samedi après-midi 19/12 (à 14H) au lundi après-midi 21/12/2009 (à 17H).

- repas chaud le samedi soir (en self service) à 19H
- petit déjeuner le dimanche matin à 8H
- repas chaud (12H30) ou panier repas le dimanche midi
- repas chaud le dimanche soir (en self service) à 19H
- petit déjeuner le lundi matin à 8H
- repas chaud (12H30) ou panier repas le lundi midi

Les cartes nous seront fournies par André HERMET, CTS, responsable du pôle Espoirs de Fontainebleau.

Après étude des cartes, nous vous proposons d'utiliser :

Fontaine Denecourt au 1 /7500è : centre et sud

Les Ecouettes au 1/7500è : suivi d'itinéraire ? le samedi ou le dimanche (car chasse en semaine)

La Solle 2 au 1/7500è.

Le Mont aigü 2 au 1/7500è : relais à l'E (comme UNSS)?

Rocher de L'Eléphant ou Larchant 3 au 1/10000è (loupe 1/5000è)

Les exercices seraient préparés par les encadrants des clubs participants, avec plusieurs niveaux de difficulté.

Voici une proposition de programme pour les entraînements :

Sa 19/12 : 14H-17H

Sa 19/12 : 20H-22H : base de loisirs de Bois-le-Roi

Di 20/12 : 9H-12H

Di 20/12 : 14H-17H

Di 20/12 : 20H30-22H : exercices CO dans le parc du Rocheton ? non cartographié actuellement.

Lu 21/12 : 9H-12H : relais

Lu 21/12 : 14H-17H

André Hermet pourra confirmer les postes choisis par les traceurs et faire imprimer les cartes s'il reçoit toutes les informations au plus tard le 7 décembre.

Dès maintenant, **merci de diffuser l'information à vos orienteurs.**

Je vous prie de me donner chacun, **avant le 30 Septembre**, une évaluation du nombre de vos stagiaires (pour le confirmer à notre hébergeur) et **pour le 10 Novembre** (dernier délai) la liste nominative et les coordonnées des stagiaires et encadrants de chacun de vos clubs, afin de confirmer l'hébergement (en précisant les compétences et souhaits de vos encadrants de club ou de ligue).

Amitiés sportives

Joël Poulain

Secrétaire de la ligue NO

Coordinateur du stage