



SAMEDI 23 JANVIER 2010
Forêt de Phalempin
Course d'orientation de nuit
Classement National

Organisateur : VALMO

- Traceur : Jérôme Danel
- Arbitre : Joel Poulain

Carte : Forêt de Phalempin

- Echelles : 1/10 000

Circuits :

| <i>Sigle</i> | <i>Kilométrage</i> | <i>Niveau technique</i> | <i>Catégories</i> |
|--------------|--------------------|-------------------------|-------------------------------------|
| A | 8 | 6 | H21 |
| B | 6 | 6 | D20E/21E - H18/20/35/40 |
| C | 4 | 5 à 6 | D18/20A/21A/35/40/45 - H16/45/50/55 |
| D | 2...2,5 | 4 | D14/D16/50/55/60/70 - H14/60 |
| E | 1 | 2 | D12/H12 |

Accueil :

- **Inscriptions avant le mercredi 20 janvier 20h00, par email : inscriptions@valmo.net**
- Inscriptions sur place, à partir de 18h dans la limite des cartes disponibles
- Cartes au format A4 sous pochettes plastiques
- Départ de la course à partir de 19h
- Dernier départ à 21h
- Parcours loisirs

RDV :

Parking des étangs
Fléchage à partir de l'église de Phalempin

Inscriptions :

- Licenciés FFCO de la LNPCCO : gratuit à J-4 (inscription par le club)
- Licenciés UNSS/UGSEL/USEP : gratuit à J-4
- Licenciers FFSU à J-4 ou inscription des licenciés LNPCCO : 1 €
- Licenciés FFCO hors ligue/FRSO/UFOLEP/ Licenciés Raid : 4 €
- Non licenciés : Adulte : 5 € / moins de 18 ans : 3 € /famille 12 (pour la compétition : certificat médical obligatoire de moins de 3mois attestant la pratique de la course d'orientation en compétition)

Chronométrage Sportident

Restauration sur place

Résultats sur : www.valmo.net