



COURSE MOYENNE DISTANCE

(Course comptant pour le classement Nationale des orienteurs)

Coupe de la ligue Nord-Pas-de-Calais 2011 – Etape n°8

VILLENEUVE D'ASCQ (59), Cousinerie

dimanche 22 mai 2011

Organisation VALMO – 5906 NO

Traceur Philippe Papin
Controleur Konstantin Smirnov

Arbitre Simon Leroy
G.E.C. Ludovic Mamet, Didier Torz

+ Rando Roller orientation
à indiquer lors de l'inscription pour prévoir nombre de cartes suffisant

Carte « la Cousinerie » (réactualisée Mars 2011 en norme ISSOM)
éch. 1/5000 - équidistance 2m – (prévoir protège-carte A3)

Terrain Parcours urbain et parc (quelques secteurs à végétation basse)

Attention, course en ville. Respect du code de la route, les voitures restent prioritaires

Fléchage à partir de la sortie autoroute « Cousinerie- Musée d'Art Moderne »

GPS Parking long. : 3.155318 Lat. : 50.636631

Accueil Salle Canteleu, à partir de 8h30
Départ à 600 m.

Gestion de course Utilisation du système Sport-ident pour les licenciés et les non-licenciés présentant un certificat médical de non contre-indication à la course d'orientation en compétition.

Prêt de doigt électronique contre pièce d'identité en caution (facturation de **30 € en cas de perte**)

Parcours au talon de controle(pas de chronométrage) en cas de non présentation de certificat médical

Circuits / Distances / catégories (sous réserve d'approbation)

CIRCUIT	Catégories	distance	postes	Niveau technique
A	H20 - H21	6900 m	30	difficile
B	H18 -H35 -H40 - D20 - D21	5900 m	25	difficile
C	H16 - H45 - D18 - D35	4900 m	22	difficile
D	H50 - H55 - D16 – D40 - D45	3800 m	19	moyen
E	H14 - H60et+ - D14 - D50 - D55	2800 m	15	facile
F	H10 - H12 - D10 - D12 - D60et+	1800 m	10	facile
Jalonné		1500 m	8	
Loisir long		4100 m	19	facile
Loisir court		1800 m	10	facile
Rando Roller		5800 m	23	moyen

Les circuits F, jalonné et loisir court ont un parcours en parc uniquement

Rando Roller Orientation : circuit uniquement urbain, vous n'êtes pas prioritaires. Respect du code de la route.

Sans classement. Carte, tracé et carton à pince.

Départs de 9h30 à 11h30 – Fermeture des circuits à 12h30

Inscriptions **Avant le mardi 17 mai à 19h00** par courriel à inscriptions@valmo.net

Pour les licenciés : inscriptions par le « responsable-club » en précisant Nom, Prénom, N° SI et circuit choisi

Pour les non licenciés : en précisant Nom, Prénom, Année de naissance et circuit choisi

Après le mardi 17 mai à 19h00 :

Pour tous : sur place en fonction des cartes disponibles

Tarifs Licenciés FFCO de la LNPPCO et UNSS/USEP : Gratuit jusqu'au mardi 17 mai / **1 €** au delà
Licenciés FFCO hors Ligue 59/62, FRSO, UFOLEP, non licenciés : 18 ans & + = **5 €** ,
15 à 18 ans = **4 €** , moins de 15 ans = **3€** Licencié(e)s FFSU : **2 €** (sur présentation de la licence)
supplément d'1 € en cas d'inscription sur place

Résultats publiés sur le site du club **valmo.net**