

Le lundi 28 mai 2012
En forêt de Val Joly (59)
Course Longue Distance

Course ouverte à tous, comptant au Classement National
Organisée par le Tous Azimuts Douai

Traceur :

Lise Grenouillat

Responsable Technique :

Gaëtan Bourgogne

Carte :

Le Val Joly (2010 - B. Mengin)

Fléchage :

A partir de la commune de Willies

Parcours :

Les distances sont susceptibles d'évoluer légèrement.

Parcours	Catégories conseillées	Distance	Dénivelé	Postes
A	H21	11600 m	250 m	19 postes
B	H20-35 ; D21	9400m	180 m	18 postes
C	H40-45-18 ; D20-35	8300 m	145 m	16 postes
D	H16-50-55 ; D40-45-18	6800 m	90 m	14 postes
E	H60-65 ; D50-55-16	5300 m	80 m	11 postes
F	>= H70 ; >=D60	4100 m	80 m	10 postes
G	D14 ; H14	3400 m	30 m	9 postes
H	D10-12 ; H10-12	2200 m	20 m	8 postes
Jalonné		2500 m	20 m	8 postes

Inscriptions :

- Licenciés FFCO : sur le site de la fédération (via le responsable Club)
- Autres (UNSS / FRSSO / VVO / non licenciés / ...) : sur ce site.

Date limite d'inscription : mercredi 23 mai 2012

Heures de départ :

Premier départ à 9h30

Contacts :

gaetan.bourgogne@yahoo.fr

Prix :

Le paiement se fait sur place,

- Licenciés FFCO de la LNPCCO : gratuit dans les délais (inscription par le club)
- Inscription licenciés LNPCCO hors délais et tout changement (horaire, circuit...) : 1 €
- Licenciés FFCO hors ligue/FRSSO/VVO/UFOLEP/Raid : 6 € (+18 ans), 5 € (15/17), 3 € (-14 ans)
- Licenciés UNSS : gratuit dans les délais - UGSEL/USEP/FFSU : 1 € dans les délais
- Non licenciés : Adulte : 6 € / moins de 18 ans : 4 € / famille 15 € / Chasse aux papillons gratuite
- Un certificat médical de non contre-indication à la course d'orientation de moins de trois mois est OBLIGATOIRE pour tout chronométrage pour les non-licenciés à la ffc0 !

Restauration :

Buvette sur place : sandwiches, gateaux, boissons

Résultats :

Au plus tôt sur www.tadouai.fr.