



Championnat Régional Moyenne Distance de Course d'Orientation

(Course comptant pour le Classement National des Orienteurs)
Coupe de la Ligue Nord-Pas-de-Calais 2013 – Etape n°7
Bois des Dames (62), Bruay la Buissière
dimanche 12 mai 2013

- Organisation** La Boussole Audomaroise – (6208 NO)
Traceur Prins Grégory (B.A.)
Contrôleur Smirnov Konstantin (VALMO)
Arbitre Clairet Richard (O2)
G.E.C. Thomas Julien (B.A.)
- Carte** Nouvelle carte « Bois des Dames, partie Ouest » (création fév/avril 2013 – D. Barranger) éch. 1/10000^{ème} (circuits A- B-C-D), et éch. 1/5000^{ème} (circuits E-F Jal) - équidistance 5m
- Terrain** Forêt vallonnée avec zones de micro-reliefs et zones de trous de bombes. Végétation pénétrable avec nombreuses zones de ronces (jambes couvertes conseillées)
- Fléchage** à partir du Rond Point entre D188 et D488
GPS Parking → 50°29'55.47"N / 2°33'15.96"E (Chemin des Dames)
- Accueil** à partir de 9h00 à la Maison Forestière du bois des dames
- Distances** Parking/Accueil : 0 à 500m Accueil/Départ: 1000m Accueil/Arrivée: 50 m
- Gestion de course** - Chronométrage Sportident® 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 contrôle (pas de chronométrage), en cas de non présentation du certificat médical

Circuits

Catégories	Circuits	Temps du vainqueur	Distance Approximative
Séniors Hommes (H20et+)	A	35 `	Env 5200m
Séniors Dames (D20 et +)	B	35 `	Env 3900m
Jeunes Hommes (H18 ; H16)	C	30'	Env 4400m
Jeunes Femmes (D18 ; D16)	D	30'	Env 2900m
H14 et D14	E	25'	Env 2000m
H12 et D12	F	20'	Env 1800m
JALONNE	Jalonné		Env 1700m

⚠ Pour prétendre se qualifier au championnat de France de Moyenne Distance en Aout (Elite et Jeune), Obligation de choisir le circuit correspondant à sa catégorie (pour les autres, le choix est libre)

Départs Toutes les 2 minutes, de 9h30 à 12h – Fermeture des circuits à 13h00
 → Heures de départ imposées et tirées au sort.
 (écart de 4 minutes entre coureurs d'un même club, selon règlement fédéral)

Inscriptions **⚠ - jusqu'au Dimanche 05 mai 2013**
 ✓ Pour les licenciés FFCO: sur le site fédéral → <http://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/> par le « responsable-club »
 ✓ Pour les non licenciés FFCO: par mail → gregory.prins@laposte.net en précisant **Nom, Prénom, Année de Naissance, circuit choisi**. (le certificat médical et/ou la licence seront présentés à l'accueil)

Tarifs
 - Licencié(e)s de la LNPCCO **gratuit**
 - Licencié(e)s UNSS/UGSEL/USEP (sur présentation de la licence) **1€**
 - Licencié(e)s FFSU (sur présentation de la licence) **2€**
 - Licencié(e)s FFCO hors Ligue 59/62, FRSO, UFOLEP, (Adulte **5€** ; -18ans **3€**)
 - Non Licencié (Adulte : **6€** ; -18ans : **4€**)

**Jusqu'au
05 mai**



Après le 05 mai, supplément de 1€ pour les licenciés
Inscriptions sur place possible en fonction des cartes disponibles

Divers Buvette, Petite Restauration

Résultats et annonces de courses (CO-VTT'O-Raids multisports)

www.boussole-audomaroise.fr