

**25 avril 2009
à SAINT CLAIR (46)**



LIGUE MIDI-PYRÉNÉES
DE
COURSE D'ORIENTATION



COURSE D'ORIENTATION NOCTURNE

course départementale

inscrite au calendrier du CDC046



**RDV 19h30 Salle des fêtes
1er départ 20h00**



Course départementale d'orientation nocturne SAINT CLAIR - samedi 25 avril 2009



Accueil

Salle des fêtes de SAINT CLAIR à partir de 19H30. Des sanitaires seront à votre disposition. Le départ et l'arrivée se font sur ce site. Premier départ 20h. Une collation chaude sera servie après course. Un petit cadeau sera distribué à chaque participant.

Parcours

Trois parcours sont prévus :

- * **rouge** (compétiteurs et orienteurs confirmés) environ 6 Km en milieu rural.
- * **bleu** (initiés) environ 4 Km en une seule boucle, en milieu urbain et semi urbain ;
- * **vert** (débutants découverte) petite boucle de 2 Km en milieu urbain exclusivement.

Les coureurs sont soumis aux règles du code de la route.

Catégories

* **Ados Adultes** (féminines/masculins nés en 1993 et avant) en individuel, possibilité de courir sur n'importe lequel des trois parcours.

* **Jeunes** (féminines/masculins nés en 1994 ; 1995 ; 1996) limités aux parcours bleu et vert par équipe de deux obligatoirement.

* **Enfants** (nés en 1997 et 1998 et 1999) uniquement sur le parcours vert et obligatoirement accompagné d'un adulte.

Seront récompensés les premiers de chaque catégorie sur les parcours les plus durs (bleu pour les équipes de moins de 16 ans et rouge pour les ados-adultes).

Cartes

Cartes de CO au 1/10.000 et 1/5.000 et vérification au carton de contrôle. Balises agrémentées d'un bâton phosphorescent.

Conditions de participation

Pour participer il faut :

S'être acquitté de sa participation financière :

- licenciés FFCO ados/adultes : 4€ ; enfants : 2€
- non licenciés FFCO ados/adultes : 7€ ; enfants : 5€

Être obligatoirement en possession d'une lampe en état de marche (sans cet instrument indispensable la carte ne vous sera pas donnée)

Pour être chronométré et classé :

Être licencié à la Fédération Française de Course d'Orientation ou se munir d'un certificat de non contre indication à la pratique de la course d'orientation en cours de validité (il vous sera délivré un licence journée « pass'orientation »). Sans certificat médical la participation se fait hors classement.

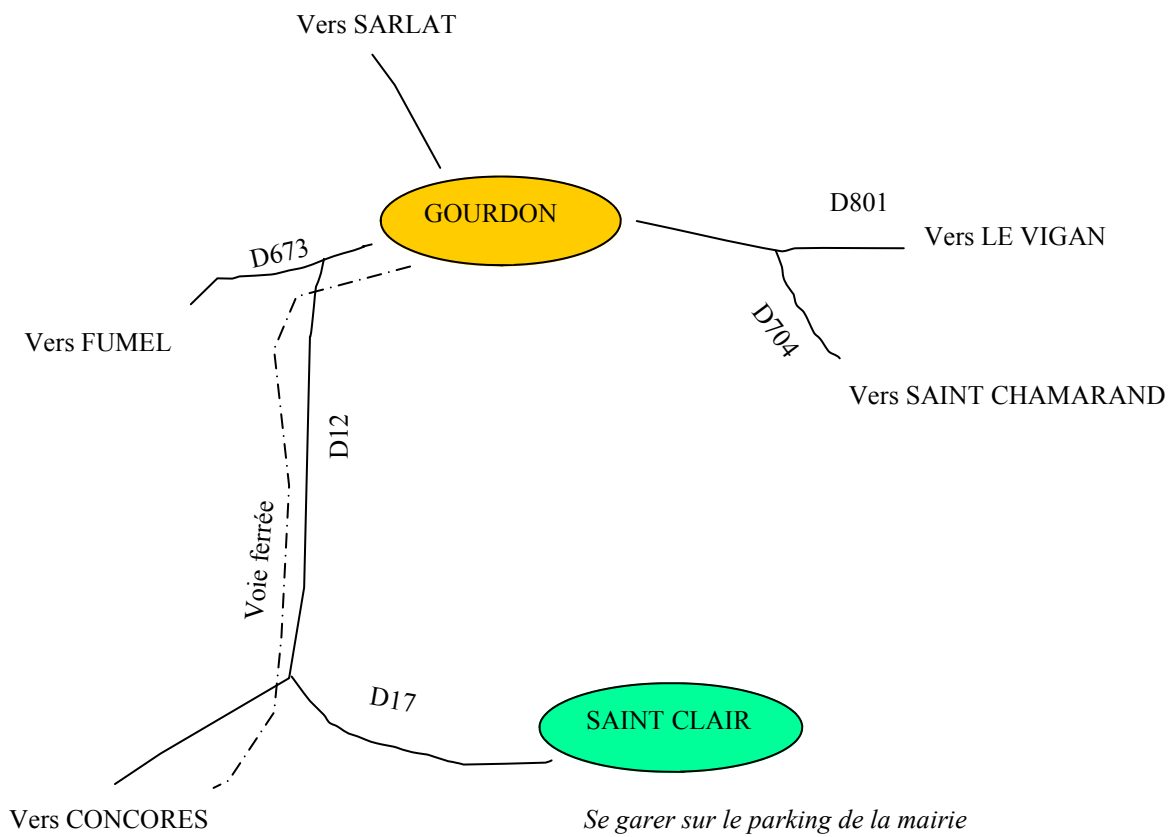
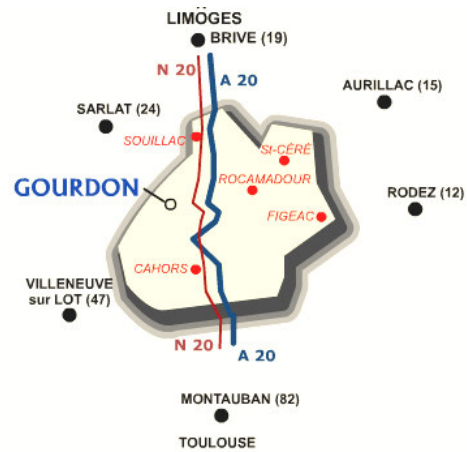
Pour de plus de renseignements

vous pouvez joindre Nicolas BONNEMAIN au 05.65.41.12.47 courriel nicolas.bonnemain@wanadoo.fr ou Laurent BRILLANT AU 05.65.32.02.17 courriel laurent.brillant@wanadoo.fr

Pour faciliter l'organisation

Il est indispensable de s'inscrire à l'avance pour pouvoir anticiper le nombre de cartes à tirer. Pour cela, utilisez la fiche d'inscription ci-jointe

Pour nous rejoindre :





LIGUE MIDI-PYRÉNÉES
DE
COURSE D'ORIENTATION



INSCRIPTIONS COURSE D'ORIENTATION NOCTURNE Samedi 25 avril 2009 SAINT CLAIR (46)



À retourner avant le 23 avril 2008

par mail : nicolas.bonnemain@wanadoo.fr ou par courrier accompagné d'un chèque à l'ordre de l'Azimut Bourian
M. Nicolas BONNEMAIN
Garrel

N° club FFCO :	Nom du Club :
Responsable :	
Adresse :	
Code postal :	Ville :

N° Lic. Ou NL (si non licencié)	NOM - Prénom	Catégorie						Parcours			frais
		Ados Adultes		enfants				Rouge	Bleu	Vert	
		F	M	13/15 ans		10/12 ans					
F	M	F	M	F	M						
22583	LE SANGLIER Jean (exemple 1)		X					X			4€
NL	LE SANGLIER Amélie (exemple 2)						X			X	5€
(faire une accolade entre les deux noms de jeunes d'une équipe ou l'adulte et le jeune)											
TOTAL											

Chèque à faire à l'ordre de l'Azimut Bourian
Pour plus de renseignements : Laurent : 06.07.68.17.84 ou Nicolas : 05.65.41.12.47 (HR)