



Dimanche 22 mars 2015

Course d'Orientation ouverte à tous
Chpt de Picardie LD, Chpt inter-ligues



Forêt de St Michel (02)

Circuit	Catégories	Distance approximative
Violet 13	H21E	13km
Violet 10	D21E-H21A-H20E	10,5km
Violet 8	H45- H40-H35-H18A-H20A - D20E	8,5km
Violet 7	D21A-D20A-D35	7km
Orange 6	H50-H55-D40-D45-H16A-H18B-D18A-H21C	6km
Orange 5	D50-D55-H60-H65-D16A-D18B-D21C-H40C	5km
Violet 4	D60 et + ; H70 et + ; D40C	4km
Jaune 4,5	H14-H16B	4,5km
Jaune 4	D14-D16B	4km
Bleu	D12-H12-Initiation moyen	3,5km
Vert	H10-D10-Initiation court	2,5km
Jal	Enfants et débutants	2,5km

NB : Courir jambes couvertes est vivement conseillé

Traceur : C Moulière ; Directeur de course : MB Moulière, Arbitre : D Rosini

Contrôle circuits : GEC sportident (pour les personnes n'ayant pas de puce, prévoir une pièce d'identité comme caution pour le prêt)

Possibilité d'**initiation** sur place (adulte ou enfant), prêt de boussole si nécessaire

Carte : St Michel Sud (Carte Coti/Marchegay : Hiver 2014)

Accueil à partir de 9H00 : Départ possible de 9H45 à 11H45, (les balises seront ramassées à partir de 13h30) Attention : **Horaires de départ imposés pour les licenciés**

Pour nous trouver : suivre le Fléchage au centre de la commune de St Michel

Inscriptions en ligne pour les licenciés sur le site de la FFCO date limite : 15 mars 2015

Pour les non licenciés: par internet au plus tard le dimanche 15 mars 2015 : camille.mouliere@yahoo.fr

Frais d'inscription : de 4 à 6€ suivant l'âge ou forfait de 13€ pour les familles non licenciés (Pour les non licenciés FFCO, il convient d'ajouter 1,5€ d'assurance/licence-journée)

Renseignements complémentaires au 03-23-97-86-99 ou <http://vervins.orientation.pagesperso-orange.fr/>