




Course d'Orientation pédestre

Course de relais

Week-End des GARAGNAS

CRITERIUM DE LIGUE DE RELAIS

Dimanche 9 Octobre 2016

« Le TREMPLIN »

(Pilat – Le Bessat)



ville de **Saint-Etienne**

Loire
LE DÉPARTEMENT



- Organisation : Club d'Orientation de Nature Orientation Saint-Etienne

- Directeur de course : GUEORGIOU Rémi
- Traceur : MERLE Julien – LEPLAT Emmanuel
- Contrôleur des circuits : BODELET Hervé
- GEC : VORWERK Jan

- Carte : La Porte de Fer – Les Grands Bois -Le Bessat
- Mise à jour 2016 - Echelle 1/10 000 - Terrain : forêt typique du massif du Pilat

- Circuits : Critérium de ligue de relais conforme au règlement LRACO infos complémentaires sur <http://www.nose42.fr>

Relais homme 4 coureurs : 40 / 30 / 30 / 40 min				
difficulté / tps	distance	dénivelé	nb de postes	poste spectacle
Violet / 40	4400	150	19	oui
Violet / 30	3400	130	15	oui

Relais jeune 3 coureurs : 20 / 20 / 30				
Difficulté / tps	distance	dénivelé	nb de postes	poste spectacle
Jaune / 20	1950	90	10	oui
Orange / 30	2730	110	13	oui

Relais dame 3 coureurs : 30 / 20 / 30				
Difficulté / tps	distance	dénivelé	nb de postes	poste spectacle
Violet / 30	3200	130	12	oui
Violet / 20	2450	105	10	non

Mini relais 2 coureurs : 20 bleu / 20 vert				
Difficulté / tps	distance	dénivelé	nb de postes	poste spectacle
Bleu / 20	1750	80	11	non
Vert / 20	1500	80	11	non

- Accès : pas de fléchage, suivre le Bessat, puis le TREMPLIN dans le centre du Bessat
- Accueil : à partir de 8h
- Distances parking-accueil : 100 m
- Départs : en masse à partir de 10h00
- Fermeture des circuits : 14h00
- Résultats : Dimanche 14 h 00 sur place - sur le site <http://www.nose42.fr>

- Inscriptions et tarifs : de préférence avant le mercredi 5 Octobre
- Information et documents sur le site <http://www.nose42.fr>

Mini Relais	7.00 €/équipe
Relais Jeune	16.50 €/équipe
Relais Dame	21.00 €/équipe
Relais Homme	28.00 €/équipe

- Contact concurrents et renseignements :
R. GUEORGIOU - tél. : 06 60 26 71 64- mail : garagnas2016@nose42.fr – web : <http://www.nose42.fr>

- **Divers** : Restauration, Epingles pour le dossard non fournies.
- **Covoiturage** : Pour vous organiser, vous pouvez vous inscrire sur la plate-forme du Parc Naturel Régional du Pilat : <http://www.pilat-covoiturage.net/>



Gîte de Groupes
Classes découvertes - Colos
Week-ends anniversaires
mariages cousinades
Séjours sportifs
Pension-complète
Gestion Libre
Location de salles

Centre d'accueil
La TRAVERSE
LE BESSAT (Loire)

42660 LE BESSAT - Tel. 04 77 20 40 05
e-mail : centre-la-traverse@wanadoo.fr - www.latraverse-ligue42.org

Pilat
Clef Verte