



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE

## Vertaco – CDL Moyenne Distance

Dimanche 23 Juin

Saint-Nizier-du-Moucherotte



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation :** Orient'Alp – contact@orientalp.fr  
**Direction de course :** Thibaud MICHEL et Florence HERPIN  
**Délégué – Arbitre régional :** Alain BRUNERIE  
**Contrôleur des circuits régional CO à pied :** Sébastien RORA  
**Traceur régional CO à pied :** Thibaut DEVILLE  
**GEC :** Simon RIBEYRON et Yann GOUVERNAYRE

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



### CARTE

**Nom :** Bois de Poussebou  
**Relevés :** 2018  
**Cartographe :** Rémi LEQUINT

**Échelle :** Selon règlement Ligue

**Équidistance :** 5m

**Type de terrain :** Terrain de montagne pentu avec de nombreux blocs rocheux, forêt avec une bonne pénétrabilité.



### ACCÈS

**Fléchage :** Depuis le village de St Nizier ou le virage de l'Auberge des 3 pucelles

**Distance parking-accueil :** 100m

**Distance accueil-départ :** 1200m avec 100m de dénivelé (20 à 30min)

Circuit ficelle au départ de l'accueil

**Distance arrivée – accueil :** 500m



### HORAIRES

**Accueil :** 09h00

**Départ :** 09h30

**Dernier départ :** 12h

**Fermeture des circuits :** 14h

**Remise des récompenses :** 13h, uniquement pour le Championnat Départemental des Jeunes.



### SERVICES

**Garderie**

**Buvette (boissons, petite restauration)**

→ Apportez votre éco-cup !



### RÉSULTATS

Consultables sur le site du club, onglet « Pratiquer/Nos organisations »

<https://orientalp.fr>



### CIRCUITS

**Nombre de circuits compétitions :** 8

Selon règlement Ligue (voir tableau ci-contre)

NOM	Niveau Technique	Temps du vainqueur
Noir ou Violet Long (1)		35' pour H21
Noir ou Violet Moyen (1)		35' pour H40
Noir ou Violet Court (1)		35' pour H60
Orange		30'
Jaune		25'
Bleu		20'
Vert		20'
Jalonné ou autre		15'

**Nombre de circuits Initiation / Loisirs :** 5

Niveau vert, bleu, jaune, orange et violet.

+ 1 mini-circuit d'env. 800m pour les 2-5 ans au départ de l'accueil.





# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE

## Vertaco – CDL Moyenne Distance

Dimanche 23 Juin

Saint-Nizier-du-Moucherotte



### TARIFS ET INSCRIPTIONS



**Clôture des inscriptions Dimanche 16 juin minuit.**

**Licenciés FFCO :** Sur le site FFCO

Adulte 11€ (19 ans et +) / Jeune 8€ (18 ans et -)

**Non-licenciés FFCO :** Sur le site FFCO ou par email :

[contact@orientalp.fr](mailto:contact@orientalp.fr)

Adulte 15€ (19 ans et +) / Jeune 12€ (18 ans et -)

Sur place dans la limite des cartes disponibles.

/ Mini-circuit (2-5 ans) 5€

→ Nom/Prénom/Date de Naissance/Circuit/N° de puce (si possession) et joindre :

Tarif incluant le pass'compétition fédéral

- Pour les majeurs : une attestation indiquant qu'il a été pris connaissance du [questionnaire de santé fédéral](#) et des

[10 règles d'or](#) édictées par le club des cardiologues du sport.

- Pour les mineurs : Questionnaire médical ou certificat médical de moins de 6 mois.

→ Chronométrage obligatoire (sécurité)

Prêt de puce SI : Caution 40 €

**Règlement par virement bancaire avant le jeudi 20 juin 2024 minuit**

RIB ORIENTALP :

IBAN FR76 1390 6001 8778 8578 2100 054 / BIC : AGRIFRPP839



### CONTACT

[contact@orientalp.fr](mailto:contact@orientalp.fr)



### ENTRAÎNEMENT

**Pour un week-end complet à profiter des terrains du Vercors un entraînement sur réseau de postes vous est proposé !**

- Balisettes réfléchissantes 15x15 (entraînement de nuit possible)
- En place du Vendredi 21 juin midi au Dimanche 23 juin 18h
- 2 propositions de circuit : 1 violet 5km environ et 1 jaune de 3.5km / *Traceur B. COCHEY*
- Parking Jean-Babois – Autrans-Méaudre en Vercors
- Carte Gève Les Echallées 2019 – Matthieu Barthelemy (Cartomatt)

Cartes à commander en ligne jusqu'au Dimanche 16 juin minuit : [ICI](#)

Puis à récupérer du jeudi soir au vendredi soir à Autrans ou le samedi sur l'arena de la MD auprès d'Orient'Alp

