

	<b>ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE</b>	 <b>Course d'Orientation</b> Fédération Française
	<b>C.O. régionale SPRINT</b>	
	<b>Samedi 30/09/2023</b>	
	<b>Saint-Saulge (58)</b>	

	<b>INFORMATIONS GÉNÉRALES</b>	<b>COURSE COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL</b>  <b>OUI</b>
	<b>Organisation</b> : NORD58	
	<b>Directeur de course</b> : Philippe Grangé (16916)	
	<b>Arbitre</b> : Fabrice Thomassin (2499) arbitre stagiaire : Christian Colombet (3163)	
	<b>Contrôleur des circuits</b> : Jean Marc Traullé (2737)	
	<b>Traceur</b> : Philippe Grangé (16916)	
<b>GEC</b> : Régino Gorospe (11551)		

	<b>CARTE</b>	
	<b>Nom</b> : Saint-Saulge bourg	<b>Échelle</b> : 1/4000
	<b>Relevés</b> : été 2023	<b>Équidistance</b> : 2,5m
	<b>Cartographe</b> : Régino Gorospe	<b>Type de terrain</b> : centre bourg rural nivernais avec un peu de relief.

	<b>ACCÈS</b>		<b>HORAIRES</b>
	<b>Fléchage</b> : Entrée Nord de Saint Saulge, jonction D34/D38		<b>Accueil</b> : 17h00 (cour de l'école communale)
	<b>Distance parking-accueil</b> : 500m		<b>Départ</b> de 18h00 à 19h00 (affectés à l'avance.)
	<b>Distance accueil-départ</b> : 100m. Arrivée sur place. Zone d'échauffement sur la place du départ.		<b>Fermeture des circuits</b> : 19h45

	<b>CIRCUITS</b>		<b>RÉSULTATS</b>
	<b>Nombre de circuits compétition</b> : 5 Règlement régional 2023		Publication sur le site de la ligue <a href="http://www.lbco.info/">http://www.lbco.info/</a> . Cérémonie de remise des récompenses : dimanche 1 <sup>er</sup> octobre à 13h00 à la mairie.

circuit	Catégories (suggérées)	Distance réelle	Niveau – Couleur
Orange A	H20 et +	3300 m 100 m ↗	4 – Orange
Orange B	D20 et +	2950 m 75 m ↗	4 – Orange
Jaune C	H14/18	2700 m 65 m ↗	3 – Jaune
Jaune D	D14/18	2600 m 60 m ↗	3 – Jaune
Vert/bleu E	D10-H10-D12-H12	1700 m 35 m ↗	1 – Vert / <span style="background-color: #add8e6;">2 – Bleu</span>

Le mode SIAC sera activé pour le sprint et pour les courses du lendemain.

	<b>ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE</b>	
	<b>C.O. régionale SPRINT</b>	
	<b>Samedi 30/09/2023</b>	
<b>Saint-Saulge (58)</b>		<b>Course d'Orientation</b> Fédération Française

	<b>SERVICES</b>
	Toilette à la mairie. <b>Centre bourg interdit jusqu'à 17h00. Le parking sera indiqué.</b>  Hébergement : Office de tourisme Cœur de Nièvre : site <a href="https://www.tourismecoeurdenievre.fr">https://www.tourismecoeurdenievre.fr</a> tél 03 86 58 25 74

	<b>TARIFS</b>
	<b>Licenciés FFCO</b> : 8 € - 18 ans, 9 € 18 ans et +
	<b>Non-licenciés FFCO</b> : +3 € (Pass'O)
<b>Location de puce</b> : Possible sur place, chèque de caution de 30€	

	<b>INSCRIPTIONS</b>
	En ligne sur le site FFCO pour les licenciés : <a href="http://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/2795/">http://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/2795/</a> <b>Date limite d'inscription : vendredi 22 septembre 2023.</b> Inscriptions sur place acceptées dans la limite des cartes disponibles et uniquement sur les circuits vert/bleu ou jaunes
<i>!/ La présentation d'un certificat médical n'est plus obligatoire. Pour être chronométrés, les non-licenciés doivent désormais signer (à l'accueil) un document attestant qu'ils ont bien pris connaissance des « 10 règles d'or édictées par les cardiologues du sport » (+ lien) et complété le questionnaire de santé dédié QS adulte (+ lien) ou QS mineurs (+ lien).</i>	

	<b>CONTACT</b>
	Philippe Grangé : <a href="mailto:grangep@aol.com">grangep@aol.com</a> – tel 06 08 89 96 29 - <a href="mailto:balisenord58@gmail.com">balisenord58@gmail.com</a> inscription pour les non licenciés.

