



COMBINE de LOZÈRE au Le Chastel Nouvel

Dimanche 09 novembre 2014

L'épreuve :

Après un « mini trail » de démarrage :

- ✚ une **course d'orientation pédestre** sur carte IOF
- ✚ un **parcours d'orientation à VTT** sur carte IOF VTT (chemins, relief)

Possibilité de faire uniquement l'épreuve de CO à pied.

Pas d'O à VTT seulement (sauf après un « relayeur » pédestre)



Les parcours :

- ✚ **A** : temps global vainqueur 2h15, niveau 4/5 (orange/violet)
CO à pied : 45mn + O à VTT : 90mn
- ✚ **B** : temps global vainqueur 1h30, niveau 3/4 (jaune/orange)
CO à pied : 30mn + O à VTT : 60mn

Le port du casque est obligatoire pour l'épreuve de VTT

Un concurrent n'ayant pas poinçonné une balise sera classé après ceux qui ont tout validé.



Lieu : Le Chastel Nouvel à 8 km au nord de Mende par D806

Parking-accueil -départ = sur place, **accueil-parc à vélo = 1,5 km (30mn AR)**

Les horaires :

- ✚ accueil à partir de 9h15
- ✚ départ en masse par **épreuve**: **comb A** à 10h30 et **comb B** à 10h40
- ✚ départ **CO seule** à 10h50
- ✚ remise des prix à 14h00
 - ✚ parcours A : récompenses à D18/35, H18/21, H35/45 (3 premiers)
 - ✚ parcours B : récompenses à D12/16, D40/65, H12/16, H 50/65 (3 premiers)
 - ✚ CO seule : 1ers des scratch (18+) H et D, scratch (-18) H et D



Les tarifs :

Licencié FFCO : **Combiné** : adulte (18 ans et +) : 10€, jeune (- de 18 ans) : 7€
CO seule : adulte (18 ans et +) : 6€, jeune (- de 18 ans) : 4€

Plus pour non licencié FFCO : Pass journée: 3€ et certificat médical de non contre indication à la pratique de la CO en compétition de moins de 1 an

Les inscriptions : au plus tard le **04 novembre 23h59** précisant :

Nom Prénom / club CO / n°lic CO / n°puceSI / épreuve / catégorie ou naissance

- ✚ **De préférence par courriel** à : mende.orientation@free.fr
- ✚ Par courrier : **ATTENTION au délai postal (2 jours pour la Lozère), le courrier doit être parvenu le 04/11** à MENDE ORIENTATION - Jocelyne ROUPIOZ - Champerboux - 48210 SAINTE ENIMIE



CONTACT ET RENSEIGNEMENTS
06 83 52 55 73 et <http://mende.orientation.free.fr>

