



RAID ORIENTATION

"La Méridienne 2024"

Dimanche 21 janvier
Sauveterre de Rouergue (12)



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : Cent Vallées Orientation 12

Accès : Salle des fêtes de Sauveterre de Rouergue

Informations et actualités : Facebook/CVO12

Contact : centvalleesorientation12@gmail.com

Inscriptions : www.engage-sports.com/la-meridienne-2024



HORAIRES

Accueil : A partir de 7h

Départs :

- Parcours 5h00: briefing à 8h00.
- Parcours 3h00 : briefing à 9h30
- Parcours découverte : briefing à 10h30
- Parcours trail orientation : briefing à 11h

Remise des récompenses : 14h30



CIRCUITS

4 parcours "compétition" sont proposés :

- 5h00 à pied - 5h00 à VTT
- 3h00 à pied - 3h00 à VTT

1 parcours trail orientation (environ 10 km)

1 parcours découverte



SERVICES

Buvette sur place

Accès aux vestiaires

Ravitaillement après course

Repas sur place



RÉSULTATS

Facebook/CVO12



CARTES

Carte globale au format IGN amélioré, pour l'épreuve spécifique les coureurs auront une carte au format ISSOM.

Type de terrain : terrain vallonné, alternance de forêt et de champs. Une partie de la course se déroule en ville.



TARIFS

Tarif compétition (avec repas) : 25€ (une carte, une puce Sportident, une boisson, un repas) (+ 10€ si inscription après le 15/01)

Tarif compétition (sans repas) : 15€ (une carte, une puce Sportident, une boisson) (+ 10€ si inscription après le 15/01)

Tarif découverte (parcours 1h30) : 10€ par équipe (une carte par équipe, pas de boisson, pas de repas)

Carte supplémentaire : 3€

Repas accompagnateur : 10€

/!\ Dorénavant pour s'inscrire à une course d'orientation, vous n'avez plus besoin de certificat médical, il vous suffit d'attester avoir pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport (ces documents sont téléchargeables sur la page d'inscription)

