



6203NO



# Course d'Orientation Moyenne Distance

Ouverte à tous (compétitions, Loisirs et découverte)  
**Forêt domaniale d'Olhain – Bois de Verdrel**  
**Samedi 5 Mars 2016 à partir 13h30**

Course inscrite au classement national et Etape 5 de la coupe de la ligue

- Organisation :** Artois Rand'Orientation 62      **Traceur :** Martial URVOY (ARO62)
- Arbitre :** PRUVOST Stéphane (Boussole Audomaroise)
- Contrôleur :** Jean EJSMONT (ARO62)
- G.E.C. :** Samuel VITTU (ARO62)
- Carte :** VERDREL (2013) et mise à jour Janvier 2016 (Remi LESQUINT) Echelle : 1/7500  
format : A4
- Terrain :** terrain assez courant, avec de nombreux trous de bombes et zones de ronces (jambes couvertes **très fortement** conseillées).
- Fléchage :** A partir de la sortie rocade minière prendre la D57E2 direction Golf du Parc d'Olhain (50.442306, 2.605896)
- Accueil :** 8 rue des Lilas à VERDREL 62150 FRENISCOURT LE DOLMEN (50.424421, 2.610515) à partir de 13h30
- Distance :** Parking/Accueil : sur place Accueil/Départ : 1000m Accueil/Arrivée : 100m
- Circuits :**

Circuits	Niveau	Catégories à titre indicatif	Distance (vol d'oiseau)	Nombre de postes
A	Très difficile	H-de20, H21et+, D-de20, D21et+, H-de17, H40et+	6190m	32 postes
B	Difficile	D-de17, D40et+, H50et+,	4800m	30 postes
C	Moyen	H-de14, D-de14, H60et+, D50et+,	3200m	18 postes
D	Facile	H-de12, D-de12, H70et+, D60et+, D70et+	2250m	17 postes
E	Très facile	HD10	1610m	12 postes
Jalonné		Distance réelle	2600m	11 postes

**Départs :** Toutes les 2 minutes, de 14h00 à 16h00 Fermeture des circuits à 17h30 (Écart de 4 minutes entre coureurs d'un même club, selon règlement fédéral) Les départs seront à choisir en arrivant sur la zone des départs (panneau d'affichage)

**Inscriptions :** - **jusqu'au Mardi 1 mars 2016 à 23h59:** Pour les licenciés FFCO, par le responsable du club, sur le site fédéral à : <http://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/>  
Pour les non licenciés FFCO, par mail => [samsam.coule@gmail.com](mailto:samsam.coule@gmail.com) En précisant **Nom, Prénom, Année de Naissance, circuit choisi** ou sur place en fonction des cartes disponibles  
**Certificat Médical de « non contre-indication à la course d'orientation en compétition » (datant de moins d'un an), obligatoire pour pouvoir être chronométré (sauf licenciés FFCO)**

**Tarifs : Assurance :** pass'orientation obligatoire pour tous sauf les licenciés FFCO et les titulaires d'une licence délivrée pour la saison en cours par FFSU, mentionnant «course d'orientation»  
**Tarifs :** (incluant le cas échéant le pass'orientation)  
licenciés FFCO de la Ligue NO et licenciés UNSS/UGSEL : Gratuit à J-6, 1 € après.  
licenciés FFSU sur présentation de la licence : 2 €  
licenciés FFCO hors ligue / FRSO / UFOLEP / Non licenciés :  
+ de 18 ans : 5 € 15-18 ans : 4 € de 15 ans : 3 €

**Divers :** Buvette, Gâteaux, ETC...