

ANNONCE DE COURSE * DÉPARTEMENTALE



Trail'Orientation Dimanche 5 janvier 2025

Plateau de Ludres



INFORMATIONS GÉNÉRALES



Organisation : Scapa Nancy Orientation

Traceur: Benoît VERDENAL

Uniquement sur chemins et sentiers - intérieur des parcelles interdit
Ordre de passage aux balises imposé. Pas de pré balisage ou jalons sur le terrain.

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL
NON

CARTE Échelle : 1/12500 - Équidistance : 5 m.



Nom : Plateau de Ludres - mise à jour partielle 2024

Terrain : typique du plateau lorrain

Ludres
dynamique et responsable

ACCÈS



Fléchage : suivre Zone de Loisirs du Plateau de Ludres

Accueil : 48.629721 et 6.154181

Départ : 150 m

Accueil - Parking - Arrivée et GEC : sur place.

HORAIRES



Accueil : 9h00

Départs : LONG : 10h

MOYEN : 10H15 - COURT : 10H30

Fermeture des circuits 13h30

CIRCUITS



JAUNE LONG nés en 2006 et avant : 19 km 26 balises

JAUNE MOYEN nés en 2010 et avant : 10 km 12 balises

BLEU COURT nés en 2016 et avant : 4 km 6 balises

Ravitaillement mi-course pour LONG

Ravitaillement fin de course pour tous

RÉSULTATS



Récompenses à 13h30

<https://scapanancyorientation.fr>

<https://liveresultat.orientering.se>



TARIFS



Licenciés FFCO 2025 : nés en 2006 et avant : 12€ - nés entre 2007 et 2010 : 7€ - nés entre 2011 et 2016 : 4€

Non-licenciés FFCO : nés en 2006 et avant : 15€ - nés entre 2007 et 2010 : 10€ - nés entre 2011 et 2016 : 7€

/!\ Non licenciés, vous devez signer une attestation indiquant avoir pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport.

https://www.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/74/questionnaire_de_sante_FFCO_JkrRgSy.pdf

https://www.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/74/10REGLES_DOR.pdf

Pour les mineurs, questionnaire santé sportif mineur signé par les parents ou certificat médical de moins de 6 mois.

https://www.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/74/questionnaire_sante_sportif_mineur.pdf

Prêt gratuit de puce électronique avec caution de 50 €.

INSCRIPTIONS



Sur le site FFCO (<https://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/>) jusqu'au **DIMANCHE 29 DECEMBRE 2024** à

minuit pour tous les licenciés et les non licenciés FFCO, avec copie à : scapanancyorientation@orange.fr pour

les non licenciés, en précisant votre année de naissance et en joignant votre attestation signée et votre n° de puce électronique si vous en avez.



CONTACT

nelly.deville54@orange.fr



Nancy

