



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE

## Régionale Longue Distance

Dimanche 04 décembre 2022

DOURDAN (91)



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation :** COL Étréchy  
**Directeur de course :** Thierry BESTEL  
**Arbitre :** Bernard VANNIER  
**Contrôleur des circuits :** Pascal PANNIER  
**Traceur :** Thierry BESTEL  
**GEC :** Alain ROULLEAUX

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL  
OUI



### CARTE

**Nom :** DOURDAN St ARNOULT  
**Relevés :** 2015 mise à jour 2021  
**Cartographe :** MAJ : Edmond SZECHENYI

**Échelle :** 1/10000 et 1/7500 (blanc, vert, bleu)  
**Équidistance :** 5m  
**Type de terrain :** Forêt bonne pénétrabilité



### ACCÈS

**Fléchage :** Rond point D836/D116  
**Coordonnées GPS Parking :** 48.534763/1.995072

**Distance parking-accueil :** 400 à 1000 m  
**Distance accueil-départ :** 750 m  
**Distance arrivée-accueil :** 50 m



### HORAIRES

**Accueil :** 9h00  
**Départ :** 9h30- dernier départ 12h15  
**Fermeture des circuits :** 14h00



### CIRCUITS

**Nombre de circuits compétition :** 10  
**Nombre de circuits initiation :** 4 (blanc, vert, bleu, jaune)



### RÉSULTATS

<http://:cole91.fr/>  
<http://:www.lifco.fr/>



### SERVICES

Buvette : boissons, soupe, petit salé lentille, gâteaux, quiche



### TARIFS

**Licenciés FFCO :** 8€ (19ans et plus), 6€ (18 ans et moins), 3€ (blanc)  
**Non-licenciés FFCO, 2 formules possibles:**  
**Pass'Découverte :** accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et Jalonné  
Tarif adultes : 10€, moins de 18ans : 8€  
**Pass'Compet :** tous les circuits possibles  
Tarif adultes : 14€, moins de 18ans : 12€  
**Location de puce :** 2€ (pièce d'identité ou caution de 30€)



### INSCRIPTIONS

**Inscription en ligne de préférence sur le site de la FFCO avant le 27/11/2022 :**

<https://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/2523/>

Possible aussi le jour de la course, mais dans la limite des cartes disponibles.

Préinscription horaire de départ avec le lien suivant jusqu'au 02 décembre

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1gK8CcVeg2j0ty5dcOXVYPmPle1X3UilsJla2qGwlg5E/edit?usp=sharing>

**!/ Pour être chronométré vous devez obligatoirement attester avoir pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport.**



### CONTACT

[coletrechy@gmail.com](mailto:coletrechy@gmail.com)

06 03 00 77 32



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE



Parcours	Distance	Dénivelé	Distance effort	Postes	Format
Violet long	9490	200	11490 m	26	A3 1/10000
Violet moyen	7460	130	8760 m	22	A3 1/10000
Violet court	5560	110	6660 m	18	A3 1/10000
Violet très court	3490	110	4590 m	12	A4 1/10000
Orange long	7180	130	8480 m	17	A3 1/10000
Orange court	3890	100	4890 m	13	A4 1/10000
Jaune	3080	80	3880 m	11	A4 1/10000
Bleu	2250	40	2650 m	9	A4 1/7500
Vert	1750	30	2050 m	8	A4 1/7500
Blanc	1870	30	2170 m	8	A4 1/7500

## Réglementation :

Contraintes dans le choix du circuit :

Les licenciés compétition HD 18 et au-delà peuvent s'inscrire sur n'importe quel circuit.

Les Licenciés compétition de 16 ans et – sont limités :

- HD 16 : maximum circuit Violet-Noir moyen,
- HD 14 : maximum circuit Violet-Noir très court,
- HD 12 : maximum circuit Jaune court,
- HD 10 : maximum circuit Bleu.
- Les circuits longs sont interdits aux catégories HD 14 ans et moins.

NB : les jeunes sur liste ministérielle, en pôle ou appartenant au groupe GRIFCO Performance peuvent courir sur le circuit de leur choix sur validation du CTRS. (La liste sera fournie aux organisateurs et arbitres des compétitions)

La LICENCE ANNUELLE « DECOUVERTE COMPETITION » permet de courir sur les circuits jaunes au maximum.

La LICENCE ANNUELLE « LOISIR-SANTÉ » ne permet pas de participer aux compétitions



LIGUE D'ÎLE-DE-FRANCE  
COURSE D'ORIENTATION



— TERRE D'AVENIRS —

