

# Règlement de la Coupe Occitanie de Course d'Orientation 2018 (\*)

Texte en rouge = modifications p/r Coupe MP 2017, validées en CoDir du 15/03/18

(\*) Mise à jour 2018 applicable à partir du 15 Mars 2018.

Texte en vert = modifications (mineures) validées en CoDir du 15/03/18.

## 1. But de la coupe

- En priorité, augmenter la participation des coureurs aux courses régionales en permettant à chacun de courir sur le circuit de son choix et en instaurant des classements motivants (équitable, bien détaillés, bien diffusés).
- Ensuite, établir une hiérarchie de valeur des coureurs et clubs d'Occitanie.

## 2. Introduction

### 2.1. Commissions impliquées

La Commission Sportive propose les modifications de règlement pour approbation par le comité directeur de la ligue; la **sous**-Commission Classements calcule les classements et les diffuse.

### 2.2. Choix des courses

Le choix des courses retenues pour la Coupe Occitanie s'effectue au préalable en réunion de ligue.

Les régionales sont des LD ou MD pédestres **ou VTT'O**, ainsi que les 4 championnats de ligue individuels (LD, MD, Sprint, O'VTT). Le championnat de ligue de relais compte uniquement pour les classements des clubs de la Coupe de ligue.

Ces courses Régionales respectent le cahier des charges des courses Régionales de la Ligue OC.

Pour 2018, 14 courses régionales individuelles sont prévues (nombre susceptible de bouger en cours d'année).

## 3. Coupes individuelles

### 3.1. Participants

Les coureurs licenciés FFCO (ou demande de licence parvenue au bureau de la ligue Occitanie au jour de la course), d'Occitanie participent à la Coupe individuelle. Les coureurs licenciés dans d'autres régions sont inclus dans les classements de la course, mais pas de la Coupe, celle-ci étant remise au meilleur coureur d'Occitanie de chaque catégorie.

La licence journée n'est pas comptabilisée dans les classements de la Coupe.

### 3.2. Catégories

La ligue Occitanie a les mêmes catégories que la FFCO à ces différences près :

- pas de catégorie 20 (classés 2035 en Coupe Occitanie)
- pas de catégorie 70 (classés 6070 en Coupe Occitanie)
- regroupement des catégories senior (20-21-35)
- regroupement des catégories vétérans par tranches de 10 ans (40-45, 50-55) ou plus (60-70)

catégories Occitanie	catégories FFCO	catégories IOF	âge au 31/12
D10	D10		0-10
D12	D12	D12	11-12
D14	D14	D14	13-14
D16	D16	D16	15-16
D18	D18	D18	17-18
D2035	D20, D21, D35	D20, D21, D35	20-39
D4045	D40, D45	D40, D45	40-49
D5055	D50, D55	D50, D55	50-59
D6065	D60, D65	D60, D65,	60-69
D7080	D70+	D70, ..., D90	70 et +

H12	H12	H12	11-12
H14	H14	H14	13-14
H16	H16	H16	15-16
H18	H18	H18	17-18
H2035	H20, H21, H35	H20, H21, H35	20-39
H4045	H40, H45	H40, H45	40-49
H5055	H50, H55	H50, H55	50-59
H6065	H60, H65	H60, H65,	60-69
H7080	H70+	H70, ..., H95	70 et +

### 3.3. Circuits

Toutes les courses comptant pour la Coupe Occitanie individuelle respectent le « Cahier des Charges d'une course régionale OCCITANIE ».

Les circuits de référence pour chaque catégorie pour les Régionales **pedestres** LD et MD sont définis dans le tableau ci-dessous ; en l'absence de certains des circuits, les circuits de référence par défaut sont également indiqués :

<b>CIRCUIT DE REFERENCE</b>	<b>CIRCUIT DE REFERENCE PAR DEFAUT</b>	<b>Catégories Coupe Occitanie</b>
<b>Violet long (ou Noir long)</b>	<b>Violet moyen (ou Noir moyen)</b>	H2035
<b>Violet moyen (ou Noir moyen)</b>	<b>Violet court</b>	H4045, D2035, H18
<b>Violet court</b>	<b>Violet court bis</b>	H5055, D4045, D18, <b>H6065</b>
<b>Violet court bis</b>	<b>Violet court</b>	<b>D5055</b> , D6065, H70+, D70+
<b>Orange</b>		H16, D16
<b>Jaune</b>		H14, D14
<b>Bleu</b>		H12, D12
<b>Vert</b>		H10, D10

Pour les championnats de ligue, les circuits de référence pour la Coupe de ligue sont ceux du championnat concerné.

**Pour les Régionales VTT'O (y compris le championnat de ligue) les circuits de référence pour la Coupe de ligue sont ceux indiqués dans l'invitation.**

Le circuit Jalonné compte, mais les participants ne marquent que les points et IP non-classés (pour les classements individuels et par équipe).

Par contre les autres circuits (loisirs) ne comptent pas dans les classements.

### 3.4 Mode de calcul

- Les performances des coureurs se sous-classant de plus d'un circuit ne sont pas comptabilisées
- Les coureurs qui se surclassent ou se sous-classent sont reclassés sur leur circuit de référence. Leur temps est recalculé de la façon suivante:
  - si le coureur s'est surclassé, son temps sur son circuit de référence est recalculé à la proportion des distances augmentées de 10 fois leur dénivelée: même vitesse, sur un parcours plus court, le coureur est un peu pénalisé.
  - si le coureur s'est sous-classé, son temps sur son circuit de référence est recalculé à la même proportion que ci-dessus, puis multiplié par un coefficient de 1.20 pour 1 circuit d'écart parmi ceux proposés par l'organisateur, 1.50 pour 2 circuits d'écart, (non-classé pour plus de 2 circuits d'écart): sa vitesse étant divisée par ce coefficient, le coureur est donc pénalisé.

Ensuite le mode de calcul traditionnel est repris (chacun a donc un temps sur son circuit de référence):

- 120 points au vainqueur de chaque catégorie,

- Moins 1 point par minute (1/60 par sec.) de retard par rapport au temps du meilleur de la catégorie pour les LD et VTT'O ;
- Moins 1,5 point par minute de retard par rapport au temps du meilleur de la catégorie pour les MD ;
- Moins 3 points par minute de retard par rapport au temps du meilleur de la catégorie pour les Sprints;
- Le nombre de points d'un participant ne pourra être inférieur à 20.

### 3.5. Points organisateur

Afin de ne pas pénaliser (ou favoriser) les coureurs qui participent à l'organisation de courses, toute organisation compte.

- pour la 1ère de l'année, le même nombre de points que sa meilleure course de l'année (hors application du coefficient multiplicateur pour les championnats) ;
- pour la 2ème de l'année, la moyenne de points entre les 2ème et 3ème meilleures courses l'année (hors application du coefficient multiplicateur pour les championnats)

A chaque course le club organisateur doit donc fournir la liste de ses coureurs organisateurs, incluant le CCR, l'arbitre et le cartographe.

### 3.6. Nombre de courses et classement

Chaque coureur ayant participé à une course sera classé à la fin de l'année.

Selon le nombre de courses comptant pour cette coupe (n), les points des  $\text{int}(n/2)-1$  meilleures courses seront comptabilisés pour le classement final de chaque catégorie :

- 10 courses -> 4 meilleures
- 11 courses -> 4 meilleures
- 12 courses -> 5 meilleures
- 13 courses -> 5 meilleures
- 14 courses -> 6 meilleures
- 15 courses -> 6 meilleures
- 16 courses -> 7 meilleures
- 17 courses -> 7 meilleures
- 18 courses -> 8 meilleures

...

Le vainqueur, pour chaque catégorie, sera le coureur qui aura le plus de points. Il devra avoir participé à au moins 3 courses (organisateur ou coureur), dont au moins 2 en tant que coureur.

En cas d'égalité le résultat suivant départagera les coureurs ex-aequo, sinon celui encore après, ..., en dernière limite la meilleure course, sinon la deuxième meilleure course, ...

### 3.7. Motivation

Chacun peut changer de circuit, à chaque course, en fonction de sa condition physique, de sa progression, de ses goûts, ...

(Pour les jeunes, les restrictions sont données par le « Guide de choix des circuits couleurs OCCITANIE ».)

Les coupes individuelles permettent une motivation des meilleurs coureurs pour les premières places, mais aussi des autres coureurs pour des places d'honneur, à condition que les résultats et classements intermédiaires soient clairs et bien diffusés.

## 4. Coupe des clubs

### 4.1. Participants

Tous les clubs régionaux (Occitanie exclusivement) affiliés à la FFCO.

### 4.2. Indice de performance (IP)

Le mode de calcul des points des clubs est basé sur l'IP des coureurs classés (sprint et VTT'O exclus, comme le nombre de courses limité ne permet pas la définition d'IP spécifiques). Certaines catégories de la ligue étant peu fournies en coureurs lors des courses, l'IP semble être le moyen le plus fiable et équitable pour classer les clubs. L'IP est un calcul instauré par la FFCO pour comparer les performances de coureurs de catégories différentes ou non. Il se calcule selon la formule suivante:

$$\text{IP} = \text{temps} / (\text{distance} * \text{RK} * \text{CCIP})$$

- où le temps est exprimé en secondes, la distance en km (distance à vol d'oiseau plus 10 fois le dénivelé). Le temps et la distance sont ceux du circuit de référence du coureur (donc après calcul de son temps équivalent).

- RK est la réduction kilométrique (sec/km), reflétant la difficulté du tracé et du terrain. Elle est calculée de la façon suivante : pour une liste de coureurs d'Occitanie de référence (déterminée en début d'année par la commission classements, coureurs qui ont un IP stable depuis plusieurs années) on calcule leur RK en considérant qu'ils ont couru au niveau de leur IP moyen de l'année précédente. Parmi ces RK, on élimine les plus fortes et les plus faibles pour ne garder que la ou les 2 valeurs médianes, dont on fait la moyenne. Cette valeur donne la RK de la course.

Note : L'IP moyen d'un coureur sur une année est la valeur médiane de ses IP de chaque course de l'année (même mode de calcul que pour la RK ci-dessus) => un coureur doit avoir couru au moins 3 fois dans l'année pour avoir un IP moyen.

Sur les circuits Jaune, Bleu, Vert, les IP ne peuvent être inférieurs à 1.40 (selon les courses on pouvait avoir des IP inférieurs à 1, ce qui n'a pas de sens). Si c'est le cas la RK de ce circuit est fixée de telle sorte que l'IP le meilleur de ce circuit (le plus faible) soit de 1.40.

- CCIP (Coefficient de Comparaison d'IP) est un coefficient permettant d'ajuster l'IP de chaque catégorie par rapport aux autres, et donc de comparer les performances de coureurs de catégories différentes.

catégorie CCIP

D10	1.35
D12	1.30
D14	1.30
D16	1.30
D18	1.23
D2035	1.20
D4045	1.28
D5055	1.42
D6065	1.50

D70+	2,38
------	------

H10	1.30
H12	1.25
H14	1.20
H16	1.10
H18	1.13
H2035	1.00
H4045	1.05
H5055	1.13
H6065	1.25

H70+	1,66
------	------

L'IP d'un coureur sera au maximum de 3.50 points.

### 4.3. Mode de calcul

A chaque course (sprint et VTT'O exclus), les 6 meilleurs IP individuels (IP les plus faibles) sont ajoutés pour chaque club.

Les clubs présentant moins de 6 coureurs auront une pénalité de 4.00 points par coureur manquant.

Les clubs présentant plus de 6 coureurs auront des équipes supplémentaires classées (équipe 2 = du 7ème au 12ème coureur, équipe 3 = du 13ème au 18ème coureur, ...)

### 4.4. Points organisateur

Afin de ne pas pénaliser (ou favoriser) les clubs qui organisent des courses, toute organisation compte:

- pour la 1ère de l'année, le même nombre de points que sa meilleure course de l'année

- pour la 2ème de l'année, la moyenne de points entre les 2ème et 3ème meilleures courses.

### 4.5. Nombre de courses et classement

Les points de toutes les courses sauf les 3 moins performantes (maximum de points) seront totalisés pour le classement final des clubs.

Les Championnat de ligue des clubs, de Sprint, et les Régionales VTT'O seront pris en compte sous forme d'un bonus de points soustraits du total des clubs bénéficiaires:

Pour le Championnat de ligue des clubs : -9 pts pour le 1<sup>er</sup>, -6 pts pour le 2<sup>ème</sup>, -4 pts pour le 3<sup>ème</sup>, -2pts pour le 4<sup>ème</sup>, -1pt pour le 5<sup>ème</sup>.

Pour le Championnat de ligue sprint ; -0,5 pt pour chacun des 4 titres.

Pour le Championnat de ligue **et les Régionales** VTT'O : -0,1pt pour chacun des 20 titres **ou victoires par catégories** possibles.

Le club vainqueur sera celui qui aura le moins de points.

#### **4.6. Motivation**

La coupe des clubs permet la motivation de tous les coureurs, et plus particulièrement des moins performants qui font souvent la différence.

Il est donc nécessaire que les résultats et classements intermédiaires soient clairs et bien diffusés.

### **5. Coupe "jeunes"**

#### **5.1. Participants**

Cette coupe classe les clubs régionaux (Occitanie exclusivement), affiliés à la FFCO, en fonction des résultats de leurs jeunes (catégories des moins de 18 ans, soit de H/D10 à H/D18).

#### **5.2. Mode de calcul**

A chaque course (sprint et VTT'O exclus), les 3 meilleurs IP individuels (IP les plus faibles) des jeunes sont ajoutés pour chaque club.

Les clubs présentant moins de 3 coureurs auront une pénalité de 4.00 points par coureur manquant.

Les clubs présentant plus de 3 coureurs auront des équipes supplémentaires classées (équipe 2 = du 4ème au 6ème coureur, équipe 3 = du 7ème au 9ème coureur, ...)

#### **5.3. Points organisateur**

Idem classement des clubs.

#### **5.4. Nombre de courses et classement**

Les points de toutes les courses sauf les 3 moins performantes (maximum de points) seront totalisés pour le classement final des clubs.

Les Championnat de ligue de Sprint et **les Régionales** VTT'O seront pris en compte sous forme d'un bonus de points soustraits du total des clubs bénéficiaires:

Pour le Championnat de ligue Sprint : -0,5 pt pour chacun des 2 titres jeunes.

Pour le Championnat de ligue **et Régionales** VTT'O : -0,1pt pour chacun des 10 titres **ou victoires par catégories** possibles.

L'équipe (club) "jeunes" vainqueur sera celle qui aura le moins de points.

#### **5.5. Motivation**

La coupe "jeunes" accroît la motivation de tous les jeunes coureurs, et récompense les clubs qui oeuvrent pour l'avenir de la C.O.

### **6. Classement à l'Indice de Performance**

#### **6.1. Participants**

Tous les coureurs licenciés d'Occitanie.

#### **6.2. Mode de calcul**

L'IP moyen d'un coureur sur une année est la valeur médiane de ses IP de chacune de ses courses de l'année (même mode de calcul que pour la RK), c'est-à-dire l'IP du milieu (ou la moyenne des 2 IP du milieu) de la liste ordonnée de tous ses IP de courses (sprint et VTT'O exclus).

Par exemple un coureur ayant obtenu les IP suivants : 1,50 1,55 1,70 1,80 1,99 3,50 son IP annuel sera 1,75 (moyenne entre 1,70 et 1,80).

#### **6.3. Points organisateur**

Aucun.

#### **6.4. Nombre de courses et classement**

Au moins 3 dans l'année (sprint et VTT'O exclus).

Un classement est fait sur l'ensemble des coureurs, un autre est réalisé par catégories.

#### **6.5. Motivation**

Ce classement permet :

- de comparer les coureurs entre catégories différentes,
- de situer le niveau des coureurs n'ayant pas suffisamment participé aux courses pour être bien classés,
- de calculer les Réductions Kilométriques et Indices de Performances de l'année suivante

### **7. Conclusion**

Ce règlement essaie d'être le plus équitable possible en ne favorisant et défavorisant pas certaines catégories ou certains types de clubs.

L'esprit compétitif qu'il engendre ne doit pas se faire au détriment de l'esprit convivial de la Course d'Orientation. Il peut être amélioré. Aussi toute remarque ou proposition est la bienvenue auprès de la Commission Sportive.