



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Lacrouzette - MD

Samedi 3 Octobre

Aire de Pique-nique de la Croix de Beyries (81)



INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : Club Azimut Orientation Castres
Directeur de course : Laurent AUDOUIN
Délégué Arbitre : Frédéric RAMBLIERE
Contrôleur des circuits : Léo FALCONE
Traceur : Laurent FRAYSSINET (stagiaire) parrain Léo F.
GEC : Stéphane GIMENO

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : Les Rochers du Sidobre
Relevés : Août 2020
Cartographe : Léo FALCONE



extrait

Échelle : 1/ 7500 ème

Équidistance : 5m

Type de terrain : Forêt avec une grande densité de blocs rocheux



ACCÈS

Fléchage : carrefour D30-D58 centre de Lacrouzette
Distance parking-accueil : sur place
Distance accueil-départ : 700m avec un warm-up
Distance arrivée-accueil : 800m



HORAIRES

Accueil : A partir de 13h
Départ : Au boîtier entre 14h et 16h
Pas de remise de récompenses- résultats sur le site du club
Fermeture des circuits : 17h



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 8
Nombre de circuits initiation : 1



RÉSULTATS

Site : <https://azimut-orientation-castres.jimdofree.com/>

Site FFCO : <http://cn.ffcorientation.fr/course/>

Circuits de couleurs suivant le [Cahier des charges des courses en Occitanie](#) et le [Guide des choix des circuits couleur](#) de la LOCCO.

Règlement applicable : [Règlement des Courses d'Orientation en Occitanie](#)



SERVICES

Pas de buvette et restauration



TARIFS

Licenciés FFCO : 19 ans et + : 9 € 18 ans et - : 5 €
Non-licenciés FFCO : Découverte : 19 ans et + : 11 € 18 ans et - : 7 €
Compétition : 19 ans et + : 13 € 18 ans et - : 9 €

Location de puce : 3€

Taxe pour inscriptions tardives, ou absence non justifiée : 5€ (19 ans et +) / 3 € (18 ans et -)



INSCRIPTIONS

Pour les licenciés, sur le site FFCO : <http://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/> jusqu'au **29/09/20** à minuit.

Pour les non licenciés par mail : azimut.o.castres@gmail.com jusqu'au **29/09/20** ou sur place dans la limite des cartes disponibles.

/!\ Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter un certificat médical datant de moins d'un an à la date d'inscription à la compétition et permettant d'établir l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la course d'orientation, en compétition.



CONTACT

Stéphane GIMENO - 06.88.15.07.83 - azimut.o.castres@gmail.com





INFORMATIONS IMPORTANTES COVID19

MATERIEL INDIVIDUEL :

Le matériel personnel : puce électronique, boussole... ne doivent **ni être partagés, ni échangés**. **Prévoir individuellement un masque**, se laver les mains avant de partir au **savon** et **eau** ou **gel hydro-alcoolique**.

Éviter tout contact des mains avec le visage. Pour ce faire il est recommandé de s'attacher les cheveux ou de porter un bandeau, ...

DEPLACEMENTS HORS PRATIQUE :

Dans le **parking** : les participants doivent mettre un masque en cas où la **distanciation physique minimale d'un mètre ne peut être respectée**.

Pour les déplacements : parking => accueil, parking=> départ, arrivée=>GEC, GEC=>parking : **Port du masque obligatoire lorsque la distance d'au moins 1 m entre 2 personnes n'est pas assurée**.

Accueil : les personnes de l'accueil porteront un masque, du gel hydro-alcoolique sera à disposition. Une distance de 1 mètre sera mise en place entre les personnes de l'accueil et les coureurs. Pour les licenciés, l'accueil devra autant que possible se **limiter aux responsables de clubs**. La distance d'un mètre devra être respectée à l'attente dans la zone d'accueil.

Atelier départ : Un espacement d'un mètre devra être respecté entre tous les participants dans chaque sas.

Atelier arrivée : le couloir d'arrivée sera large 3 mètres afin de permettre le dépassement. Les personnes arrivées doivent quitter de suite la zone. Il n'y aura pas de collation à l'arrivée.

Atelier GEC : La distance d'un mètre devra être respectée à l'attente dans le couloir GEC pour le vidage de puce SI.

Un espace d'un mètre devra être respecté aussi entre le responsable GEC et les coureurs qui viennent vider leur puce.

Pendant la course : La distance minimum entre 2 pratiquants doit être de 2 mètres. De même, à l'approche d'un poste, le pratiquant le moins rapide doit laisser la priorité et une distance de 2 m avec un éventuel autre pratiquant. Ne pas stationner au poste, se décaler du poste pour lire la carte si besoin. Éviter tout contact avec le matériel commun (jalons, balises, piquets, boîtiers de chronométrage), poinçonnage au doigt électronique.



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

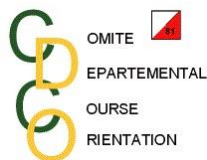


CIRCUIT	TEMPS DU VAINQUEUR	DISTANCE	DENIVELE
Violet long	35'	4 km	150 m
Violet moyen	35'	3.3km	120 m
Violet court	30'	2.3 km	90 m
Violet très court	25'	1.9 km	70 m
orange	22'	2.2 km	70 m
Jaune	22'	1.9 km	50 m
Bleu	20'	1.8 km	45 m
Vert	15'	1.7 km	45 m
Jalonné	15'	1.8 km	45 m

Pour info :

CIRCUIT	CATEGORIES DE REFERENCE (Pour championnats de Ligue)
Violet long (ou Noir long)	H21, H20, H35
Violet moyen (ou Noir moyen)	D21, D20, D35 H18, H40, H45,
Violet court	D18, D40, D45 H50, H55, H60, H65
Violet très court	D50, D55, D60, D65, D70+ H70+
Orange	D16, H16
Jaune	D14, H14
Bleu	D12, H12
Vert	D10, H10 *
Jalonné	

➤ Distances susceptibles d'évoluer légèrement en fonction de la finalisation des circuits.



Lacrouzette



DECATHLON

