



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : ALBI RESSORT  
Directeur de course : CHRISTIAN LAVAL

Contrôleur des circuits : Christian Laval  
Traceur : Yannick Bosch  
GEC : Christian Laval et Yannick Bosch  
Configuration boitiers : SIAC configuré

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

NON



### CARTE

Nom : CAP DECOUVERTE  
Relevés : MISE A JOUR 2023  
Cartographe : OLIVIER THOMAS

Échelle : 1 / 10 000  
Équidistance : 5 mètres  
Type de terrain : causse, bosquets, semi ouvert



### ACCÈS

Fléchage : coordonnées parking 44.011548 2.140034  
Restez sur la partie haute du parking de cap découverte, la zone de course est au sud du parking  
Covoiturage :  
[https://www.covoitribu.fr/poll/50574\\_wkHbvvtvTvFLt](https://www.covoitribu.fr/poll/50574_wkHbvvtvTvFLt)  
Distance parking-accueil : 400 m à 600 m  
Distance accueil-départ : sur place  
Distance arrivée-accueil : sur place



### HORAIRES

Accueil : A partir de 9h00  
Départ : 10 h 00 à 11h30 toutes les minutes  
Remise des récompenses : non  
Fermeture des circuits : 13h00



### CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 2  
Nombre de circuits initiation : 2



### RÉSULTATS

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100063668883847>  
<https://cdco81.wixsite.com/cdco81>

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 services proposés



### TARIFS

Licenciés FFCO : 19 ans et + : 6 € 18 ans et - : 3 €

Non-licenciés FFCO :

	19 ans et plus	18 ans et moins
Non licenciés chronométrés	10€	5€
Non licenciés non chronométrés	8€	4€

Licenciés UNSS même tarif que licenciés FFCO

Familles non-licenciées non chronométrées : 15€

Participation aux frais pour activité label Département Tarn (Sénior, reprise du sport santé) : 2€

Location de puce : 3€ (gratuite licenciés UNSS)

Taxe pour inscriptions tardives, ou absence non justifiée : 3 €

**! INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE – PAS DE POSSIBILITE D'IMPRESSION LE JOUR DE LA COURSE !**





## INSCRIPTIONS

Pour les licenciés en ligne sur le site de la FFCO : <https://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/2805/>

Pour les non licenciés : vous pouvez vous inscrire sur la plateforme helloasso  
<https://www.helloasso.com/associations/albi-ressort/evenements/cap-o-score>

Non licenciés vous pouvez flasher ce code pour accéder au service d'inscription en ligne



*L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence compétition ou découverte compétition (\*) et aux non-licenciés titulaires d'un Pass' Compétition, Event ou découverte compétition (\*), respectant les conditions médicales d'accès :*

- pour les majeurs : [attestation](#) de prise de connaissance du questionnaire médical fédéral et des recommandations des cardiologues du sport;
- pour les mineurs : [attestation](#) par les personnes exerçant l'autorité parentale sur le mineur que chacune des rubriques du [questionnaire de santé](#) a donné lieu à une réponse négative, ou certificat médical de moins de 6 mois.

*(\*) jusqu'au niveau jaune inclus pour ces derniers*



## CONTACTS

Informations course : Yannick Bosch : [yannickbosch@hotmail.fr](mailto:yannickbosch@hotmail.fr) ou téléphone 06 69 32 66 80

Inscriptions / paiements : Paulette Vicente : [paulette.vicente@gmail.com](mailto:paulette.vicente@gmail.com) ou téléphone 06 33 87 61 64



# ANNONCE DE COURSE \* DÉPARTEMENTALE



CIRCUIT	TEMPS maximal*	Catégories licenciés	Catégories non licenciées
Chevreuil	90'	H/D16 à H/D60	De 18 ans à 64 ans
Ecureuil	45'	H/D 10 à H/D 14 et H/D65 et plus	Tous
Circuit Sport santé	Retour au plus tard à 13h		Séniors et personnes en reprise du sport

**Explications de la course au score :** Les participants disposeront d'une carte sur laquelle il y aura un réseau d'une trentaine de balises. Chaque balise comptera pour un nombre de points différent selon l'éloignement du départ et la technicité du poste (7/8/9/10/11/12 points).

Les participants devront choisir les balises qu'ils souhaiteront poinçonner et construiront leur itinéraire le plus efficace. Ils devront respecter le temps de course choisit lors de l'inscription (45 minutes ou 1 heure 30 minutes). Pour les participants chronométrés une pénalité de 10 points sera appliquée pour chaque minute au-delà du temps maximal pour le circuit choisi à l'inscription.

Tous les participants doivent être rentrés au plus tard à 13 heures. Surtout n'oubliez pas de passer à l'accueil après votre activité même si vous avez abandonné pour éviter des recherches inutiles.

