

Règlement de la Coupe Occitanie de Course d'Orientation

Adopté en Comité Directeur LOCCO du **15/12/25**

Texte en rouge = modifications p/r Règlement Coupe Ligue précédent.

1. But de la coupe

- En priorité, augmenter la participation des coureurs aux courses régionales et départementales au CN 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 courses prises en compte pour la Coupe de Ligue sont les régionales, et départementales au CN (LD ou MD) pédestres, ainsi que les **3** championnats de ligue individuels (LD, MD, Sprint, ~~Ø-VTT~~). Le championnat de ligue de relais compte uniquement pour les classements des Clubs et des Jeunes de la Coupe de ligue.

Des Régionales non CN peuvent compter, mais seulement pour la Coupe individuelle.

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

3. Coupes individuelles

3.1. Participants

Les coureurs licenciés compétition 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 journalière n'est pas comptabilisée dans les classements de la Coupe.

3.2. Catégories

La ligue Occitanie a les mêmes catégories que la FFCO (catégories H/D10 non compétitives à partir de 2020) à ces différences près :

- pas de catégorie 20 (classés 2035 en Coupe Occitanie)
- pas de catégorie 80 **ou plus** (classés 7080 en Coupe Occitanie)
- regroupement des catégories senior (20-21-35)
- regroupement des catégories vétérans par tranches de 10 ans (40-45, 50-55, 60-65) ou plus (70-80)

catégories Occitanie	catégories FFCO	catégories IOF	âge au 31/12
D10	D10	D10	10 ou moins
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 +

H10	H10	H10	10 ou moins
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 d'Orientation en OCCITANIE ».

Les circuits de référence pour chaque catégorie pour les Régionales pédestres 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 :

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

Pour les championnats de ligue, **et les régionales par étapes du groupe C2**, les circuits de référence pour la Coupe de ligue sont ceux du championnat **ou de la course par étapes concernés**.

~~Pour le championnat de ligue VTT'O, les circuits de référence pour la Coupe de ligue sont ceux indiqués dans l'invitation.~~

Les circuits de référence pour chaque catégorie pour les Départementales CN pédestres LD et MD sont définis dans le tableau ci-dessous :

CIRCUIT DE REFERENCE	Catégories Coupe Occitanie
Violet long	H2035, H4045, D2035, H18
Violet court	H5055, D4045, D18, H6065 D5055, D6065, H70+, D70+
Jaune	H16, D16, H14, D14
Bleu	H12, D12
Vert	H10, D10

En cas de circuit supplémentaire proposé par l'organisateur, les circuits de réf seront adaptés selon le tableau pour les Rég.

Pour les CO urbaines, les circuits de référence pour la Coupe de ligue sont dérivés de ceux du championnat de ligue Sprint.

Les autres circuits (loisirs et Jalonné) 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 pour une Régionale, 100 points au vainqueur de chaque catégorie pour une Départementale.
- ~~Moins 1 point par minute (1/60 par sec.) de retard par rapport au temps du meilleur de la catégorie pour les LD et VTTQ;~~
- 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 pour une Régionale, 15 points pour une Départementale. **Applicable aussi aux participants du circuit vert n'ayant pas trouvé tous les postes.**

3.5. Points organisateur

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

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

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

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

9 courses ou moins -> 3 meilleures

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. 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 pour comparer les performances de coureurs de catégories différentes ou non. Il se calcule selon la formule suivante:

$$IP = CN_{ref}/CN$$

- CN_{ref}: moyenne des 3 1ers nationaux de la catégorie au 31/12 de l'année N-1.
(Cette définition pourra être revue ~~pour 2021~~ si nécessaire.)
- CN est le CN de la course en question pour chaque coureur classé
Cas des circuits non retenus pour le CN : CN du coureur au 31/12 de l'année N-1

~~Les coureurs du circuit vert ne sont pas considérés (hors CN du fait du classement « score »).~~

~~Les CN_{ref} et CN pédestres ou VTT'O sont utilisés en fonction de la nature de la course considérée.~~

Sur les circuits Jaune, Bleu, ~~Vert~~, les IP ne peuvent être inférieurs à 1,00 (selon les courses on pouvait avoir des IP inférieurs à 1, ce qui n'a pas de sens).

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

~~Nota : Le classement individuel à l'IP est supprimé, puisque redondant avec le classement CN de la FFCO.~~

4.3. Mode de calcul

A chaque course, 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 Régionales, toute organisation de Régionale **éligible** (voir §2.2) 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 Régionales sauf les 2 moins performantes (maximum de points) seront totalisés pour le classement final des clubs.

Le Championnat de ligue des clubs sera pris en compte sous forme d'un bonus de points soustraits du total des clubs bénéficiaires: -6 pts pour le 1^{er}, -4 pts pour le 2^{ème}, -3 pts pour le 3^{ème}, -2pts pour le 4^{ème}, -1pt pour le 5^{ème}.

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/D12 à H/D18). Nota : les H/D10 n'ont pas de CN attribué donc

5.2. Mode de calcul

A chaque course, 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, ...)

Les coureurs du circuit vert ne sont pas considérés (hors CN du fait du classement « score »).

5.3. Points organisateur

Idem classement des clubs.

5.4. Nombre de courses et classement

Les points de toutes les courses Régionales sauf les 2 moins performantes (maximum de points) seront totalisés pour le classement final des clubs.

Le Championnat de Ligue de Relais Jeunes sera pris en compte sous forme d'un bonus de points soustrait du total des clubs bénéficiaires: -1,5pts pour le 1er, -1pts pour le 2^{ème}, - 0,5pts pour le 3^{ème}.

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.

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.