Course d'orientation
Régionale Longue distance

Forêt domaniale de Moulière - Montamisé (86)
Dimanche 7 octobre 2012
Comptant pour le Classement National des orienteurs

INFORMATIONS

Organisation — **Poitiers Course d'Orientation** - OMS - 22 place De Gaulle - 86000 POITIERS
Directeur de course — **Emilie BARRIN**
Contrôleur — Anne DEGUERET
Traceur — Pascal LARMINACH
Arbitre — Yoann MOUTAULT
Responsables GEC — Guillaume GUITTONNEAU

Carte — Carte « Le Grand Recoin ». Echelle : 1/15 000ème, équidistance : 5 m.
Relevés mis à jour octobre 2008 + décembre 2011 par O' Vert 4, Matthieu BARTHÉLÉMY et David BARRANGER.

Terrain — Forêt domaniale, zone de feuillus, terrain relativement propre et courant, végétation basse saisonnière. Jambes couvertes recommandées.

Circuits

A :	H20.H21.H35	70'	niveau 6
B :	D20.D21.D35.H18.H40.H45	60'	niveau 5-6
C :	H16.H50.H55.D18.D40.D45	50'	niveau 4-5
D :	D50.D55.D60 et + .H60 et + .D16	40'	niveau 4-5
E :	D14.H14	35'	niveau 3
F :	D12.H12	25'	niveau 2
G :	D10.H10	20'	niveau 1

Jalonné

Chronométrage — Electronique, Sport Ident

Lieu — Maison de la Forêt - Lieu-dit Grand Recoin 86360 MONTAMISÉ.
GPS : 46°37'55.6" N, 00°29'25.6" E
Fléchage — A partir du rond-point de la D20 et de la D3.
Distance — Parking / accueil / arrivée : même lieu.

Accueil — A partir de 9h00.
Départs — De 9h30 à 11h00, libre au boîtier (pas d'attribution de départ).
Ecart de 4 min entre 2 coureurs d'un même club sur le même circuit.
Fermeture des circuits — 13h00

Résultats — sur le lieu de course et sur **www.poitiersco.org**

Non licenciés FFCO — Chronométrage uniquement sur présentation d'un certificat médical de moins d'1 an autorisant la pratique de la **course d'orientation en compétition**.
4 circuits : Difficile (7km), Moyen (5km), Facile (2km), Débutants/Enfants -Jalonné

Inscriptions — Avant le **mardi 2 octobre 2012**, joindre **le règlement** (à l'ordre de Poitiers CO), **le chèque de caution de 30 €** pour le doigt électronique prêté et le **certificat médical**.
Guillaume GUITTONNEAU – 32 rue Mirabeau – Bât. B – Apt 001 - 37000 TOURS
Email : **contact@poitiersco.org**

Tarifs licenciés FFCO — 18 ans et + (5 €), - de 18 ans (3 €)
Tarifs non licenciés — 18 ans et + (7 €), - de18 ans (4 €) Etudiant/demandeur d'emploi (5 €)
Famille (2 adultes + x enfants : 15 € ; choix individuel du circuit)

Buvette — Ravitaillement - Boissons chaudes - Gâteaux.