



La balise du FINO

L'édit' O (Par Fred.): C.O. sur O'rdi

Le père Noël vous a peut-être gâté et l'électronique a fait un nouveau pas dans votre maison ? Ce n'est pas si grave ! D'ailleurs même si vous l'aviez commandé, il ne pouvait vous amener le cœur d'athlète, le 3^{ème} poumon, ou les nouveaux mollets dont vous rêviez pour les prochaines courses...



Vos nouveaux jouets peuvent aussi vous aider à progresser en orientation. Reports GPS, comparaison de courses sur Matrace, splitsbrowser, Quickroute, Doma, jeux en solo ou en ligne sur Catching features, tout est possible. D'aucuns diront que tous ces gadgets ne remplacent pas une bonne forme physique, un gros mental ou une orientation "née". Certes, mais il est indéniable qu'en C.O. comme dans tout sport technique, la préparation commence bien avant d'enfiler ses baskets, et l'analyse de ses performances ne s'arrête pas à la délivrance de son chrono. La recherche et l'analyse comparative de tous les itinéraires, la lecture précise de la carte, l'adéquation de sa vitesse de course suivant les phases d'orientation, la gestion de l'effort... autant de sujets que nous ne pouvons maîtriser entièrement durant une course. Il est donc très utile d'y revenir à froid (au chaud !) et de comprendre ses erreurs et ses faiblesses. Nous y reviendrons très prochainement avec une petite démonstration lors du prochain entraînement (en salle). Bonne année 2012 aux geeks et à tous les autres !

Quoi de neuf ? *La rubrique qui mélange les pinces, les balises et les cartons de contrôle.*



■ Bienvenue à :

- Vincent Henry (ex VO12). Le parcours en C.O. de Vincent est si long que la Balise ne suffirait pas ! Signalons juste que Vicent a goûté aux joies du Haut-Niveau, et animé l'école de C.O. de Villefranche jusqu'à un mémorable podium national au CNE jeunes

- la famille Le Briquer (Yannick, Marianne, Lucie, Pierre, Lise et Victor) de Souillac Avec ces arrivées, le FINO atteint un effectif record de 57 adhérents à fin 2011.



■ Le FiNO a contribué à l'organisation du premier WE RDE (Réseau de Développement des Elites) à Figeac les 10 et 11 décembre, qui a regroupé 55 jeunes du Sud-Ouest âgés de 12 à 18 ans. 3 Finoliens ont participé à ce WE (Claire, Loïc et Théo), pendant que Michèle, Michel et Fred étaient de l'organisation.

■ Bon à savoir pour les traileurs : Le dernier règlement fédéral des courses hors stade (daté du 30/07/2011) précise que la licence FFCO permet de courir sur les courses hors stades FFA sans fournir de certificat médical.

■ C'est confirmé : les groupes France senior et junior viendront s'entraîner sur nos terrains les 4 et 5 février prochain. Le programme prévisionnel : Samedi après-midi : exercices d'application technique à Reilhac. Samedi en fin d'après-midi : 2 ou 3 petits sprints dans Figeac. Dimanche matin : One Man Relay à Espedaillac.

■ Le stage Jeunes organisé comme chaque année durant les vacances de Pâques par la Ligue Midi-Pyrénées aura lieu dans la région de Pau du 19 au 22 avril. Il se terminera par une course Régionale à Lannemezan.

Ce stage est gratuit et ouvert à tous les jeunes orienteurs quel que soit leur niveau. Le FiNO espère vivement battre le record de l'an passé, à savoir 9 stagiaires du club... Les enfants, réservez votre fin de vacances !

■ Ce n'est plus tout frais, mais toujours si bon ! La médaille d'argent de Loïc le 30 octobre à Châteaurenard (Provence) au championnat de France de sprint catégorie jeunes (H16+H18).



Loïc in silver !

Figeac Nature Orientation (<http://www.fino46.org/>)

La Gravelle Basse 46100 FAYCELLES

Tel. 05 65 34 18 80 / 06 73 50 84 16 (Frédéric Ramblière)

Secrétariat: 05 65 11 41 19 / 06 72 81 20 02 (Carole)

Trésorière: 05 65 34 20 87 / 06 25 22 68 48 (Magali)

- Comité Départemental de C.O. : le CDCO46 s'est réuni en AG le 13 janvier à Figeac. Outre le soutien à la formation, les projets 2012 s'orientent vers de nouvelles cartes. Le bureau du comité a été partiellement renouvelé. Michel Marty a été élu trésorier, Carole Trémoulet secrétaire, alors que Fred. Ramblière reste Président. Michèle Barral complète le comité directeur du CDCO46.
- Théo Ramblière et Loïc Marty, accompagnés par Michel, ont participé au 2^{ème} stage RDE de l'hiver les 14 et 15 janvier en Corrèze.

La rubrique catalane –Par Philippe Vergé-

21-23/04/11 : CEO Guadalajara (N de Madrid). Ce sont les Championnats d'Espagne. Une seule carte pour les MD, LD et relais. Beaucoup d'eau, donc des tracteurs pour évacuer les CCars téméraires des champs bourbiers ! Résultats moyens en LD (Evelyne est 6/23, Philippe 4/49) et nul en relais pour moi, pas couru en MD mais vice-champion d'Espagne en sprint malgré 2 erreurs de 15'' (maigre consolation). La Catalogne décroche quand même le titre des Provinces au cumul des points.

8/05/11 : Régionale LR à Baixas (prononcer Bachas). Organisée par le club de Perpignan (COTE66). Il y a moins de monde que sur les courses de la Copa Catalana et c'est dommage. Evelyne finit 3^{ème} et je gagne en H50.

14-15/05/11 : 2j des Pyrénées à St Jaume de la Frontanya (Coté sud de la Serra de Cadi). Une MD dans des travers bien verts et raides...pour ceux qui ont tendance à couper ! Avec trop d'erreurs sur les deux courses, je finis 5/15 en H40.

30-31/07/11 : CO en Cerdagne. LD à la Quillane le samedi. Un peu plus de français pour cette épreuve de la Copa Catalana hors Espagne. Nous avons droit à une magnifique prestation du norvégien Olav Lundanes, champion du monde LD 2010. Quelques élites sont là en préparation « altitude » pour les WOC à venir. Mais c'est une autre histoire...Evelyne gagne en D45, Fleur-Anne fait 9/22, Stéphane, pour sa 1^{ère} CO, se place 10/20 en H21B et je gagne en H40. Le lendemain, Tommi nous a préparé un superbe entraînement sur la non moins superbe carte du Désert du Carlit. Des comme ça, on en redemande...

11/09/11 : Ultrallarga à Rupit. C'est le championnat de Catalogne ULD. Comme son nom l'indique, c'est long et il y a un peu de dénivelé. La « caisse » de fin d'été aidant, je m'inscris en Elite et finis, avec 2h33' et sans erreur, 11/31...mais à 36' du 1^{er} (ils sont en forme les jeunes !).

1-2/10/11 : CO à Manlleu. Championnat de Catalogne de Relais. Avec Miquel et Carles, on a une carte à jouer.



Miquel assure, Carles fait le trou et me lance avec 4'30'' d'avance. Je m...lamentablement sur le premier poste dans un p...de V3 où même les sangliers ne se risquent pas ! Nous finissons toutefois la course en tête sur 27 équipes Vét.. Le club (COC) gagne aussi au cumul des points sur la journée. Le lendemain, sur une MD rapide, Evelyne finit 2^{ème} et je fais 1/35.

5-6/11/11 : CO à Campdevanól. Deux championnats pour le week-end. La MD le samedi, avec l'étonnante participation d'une armada de norvégiens ! Beaucoup de petites erreurs de précision sur l'attaque de nombreux postes me valent une 8^{ème} place mais 3^{ème} catalan vu que les norvégiens occupent le haut du classement. Sur la LD du dimanche, je fais la plus belle de l'année

(40' sur un poste de 10' avec une sortie de carte et recalages erronés à répétition) et me retrouve 18/27. C'est aussi ça la CO : un jour avec, un jour sans...et c'est peut-être aussi pour ça qu'on y revient ; les leçons que l'on prend sont les acquis du futur.

Et pour 2012 ? La mise en place de la Coupe des Pyrénées avec des épreuves de part et d'autre de la chaîne se fait petit à petit. D'ores et déjà, on peut noter sur les tablettes les 7 et 8 juillet pour deux courses (MD et LD) voire trois si une épreuve sprint ou au score est gérable en sus. Ce week-end pourrait être un RDV finolien sur les hauteurs. A suivre...

Une saison de raids (Par Céline et Marc)

Grande découverte pour nous en cette année 2011 : les raids orientation.
Tout a commencé, sur l'insistance amicale des Trémoulet, par une inscription pour le O'Bivwak, idée qui nous paraissait complètement folle il y a encore quelques mois... Il faut croire que la participation à la régionale d'Espédaillac a suffi à nous donner le goût !

Nous avons donc découvert une superbe région, le Pilat Rhodanien, à l'occasion du 30e anniversaire de cette course « mythique ». Caroléjo inscrits sur le circuit B, Fred et Théo sur le C, Céline et Marc sur le F et Françoise et Martin sur le G.

Beaucoup d'émotions et de plaisir pendant ce long week-end, en vrac on citera :

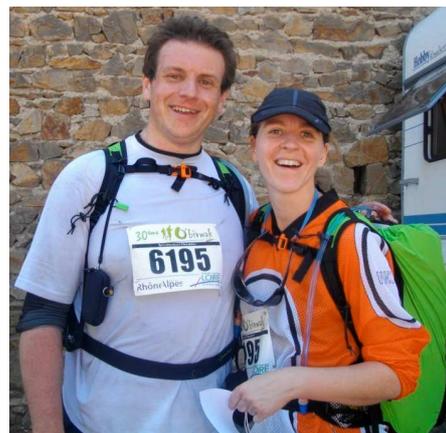
- La « FINO pasta party » du vendredi soir à Clermont,
- Les derniers préparatifs du samedi matin,
- Le départ en masse, en compagnie des 2000 autres participants, donné au coup de fusil dans le centre de Pélussin
- Le report des postes, à genoux sur l'herbe,
- La montée à la chapelle Saint-Sabin par un immense pierrier,
- La joie d'arriver au bivouac (bien) avant la nuit, avec en plus un classement honorable,
- L'arrivée des amis au sprint,
- Le repas du soir, pris entre nos quatre tentes, et agrémenté par les cerises offertes par l'organisateur,
- Le réveil du dimanche matin à 5h, donné par un accordéoniste circulant dans le bivouac,
- Le bivouac qui s'éveille, les réchauds qui s'allument, les tentes que l'on plie
- L'arrivée à Pélussin par le viaduc,
- La funeste balise 174, avant-dernière de la seconde journée ;)
- Le repas de fin de course,
- La difficulté à se déplacer l'après-midi et la matinée qui ont suivi !
- Les copieux repas reconstituants du dimanche soir et du lundi, dans de bonnes tables du coin.

Les classements : Malheureux PM de Caroléjo qui auraient du finir 3e sur le B-MxV, 5e sur 20 pour Théo et Fred sur le C-JuV, 25e sur 103 pour Céline et Marc sur le F-Mix, 12e sur 61 pour Françoise et Martin sur le G-Mix

Bilan très positif, et donc une forte envie de poursuivre la saison des raids. Celle-ci continue avec la seconde manche du championnat qui s'est déroulée, fin août lors du Raid Bombis en Bourgogne. Une équipe FINO réduite ce coup-ci avec les Trémoulet et les Collette-Pivaudran, mais aussi seulement une centaine d'équipes engagées.

Parmi les différences, l'organisation est sérieuse mais plus simple que l'Obivwak, un côté plus « famille » et une orientation un peu plus fine, même sur les parcours moins techniques. Autre spécificité, à l'arrivée au bivouac c'est une tireuse à bière qui voisine avec l'imprimante SportIdent !

Carole est encore un peu en dedans suite à ses bobos du mois d'août, mais les Trém sont 3e sur le B-MxV, alors que nous sommes 4e sur le F-Mx. Nous passons une nuit plus fraîche qu'au O'Bivwak, le réveil sonne un peu plus tard à 6 h et pour un décollage en masse à 7h30. L'équipe classée 3e, juste devant nous n'a que 3 minutes d'avance, cela nous fait une motivation toute trouvée.



Au départ du Bombis, Joël et Carole se la jouent façon « 24h du Mans »

Après une balise 1 assez vite trouvée, nous croisons nos « adversaires » qui semblent un peu perdus ;) La journée continuera relativement bien, avec des postes qui s'enchainent bien et nous arrivons au sprint, pour le fun, avec 2 autres équipes de parcours différents.

Surprise, nous sommes premiers de la journée et 3e au final du parcours F. Caroléjo arrivent peu après et se classent 4e sur le B, à seulement 15 mn du podium. Là aussi un convivial repas local clôture le raid, un peu moins de fatigue qu'après O'Bivwak, mais le retour vers le Lot dans la foulée est un peu long malgré tout.

Mi-septembre c'est le Raid de la Blanche dans le 04, un peu loin juste après la rentrée des classes, nous préférons faire l'impasse. Il s'avèrera que le raid a été bien arrosé, et avec un très petit nombre de participants.

En octobre, c'est la traditionnelle finale du CdF des Raids au Raid Azur. Difficile de trouver des informations sur le sujet, mais, vers le 20 septembre, nous savons enfin la date et le lieu. Les 15 et 16 octobre, c'est Trigance, village du PNR du Verdon qui accueille la quarantaine d'équipes engagées. Malheureusement, plus la saison avance, plus les inscrits se raréfient !

Il faut organiser transports et garde d'enfants, mais nous décidons d'aller découvrir ce coin de France que nous ne connaissons pas. Plein d'enthousiasme sur la lancée du Bombis, nous nous inscrivons sur le C afin de découvrir le niveau supérieur.

Départ à midi, on monte dans Trigance pour reporter les postes sur la carte du samedi, calée vers l'ouest du village.

Dès le départ, des interpostes un peu longs avec du vert, des chemins et aussi de beaux lapiaz. Un parcours long, avec quelques postes techniques, une carto raid, il n'en fallait pas plus pour que nous passions 5h30 sur le terrain. Nous sommes revenus à Trigance, à l'autre bout du village. Pas de bière ici, c'est une bonne soupe chaude servie par l'organisation, plus accord avec la température...

En effet, la nuit s'annonce bien fraîche (3°C), et nous avons soigné les duvets et l'alimentation pour avoir chaud. J'ai quand même passé une partie de la nuit à grelotter, et cette nuit fût fort longue, en rentrant à 19h sous la tente, et en se levant à 7h, avec le soleil...

Une autre carte nous est remise dans le brouillard du matin, centrée sur l'est du village, avec pas mal de relief et de beaux panoramas après la « dissipation des brumes matinales ». Nous jardinons tout particulièrement autour de la balise 5 que nous finirons par trouver, presque par hasard. Donc là aussi une journée un peu longue (6h) avec pas mal de D+, et toujours la joie de passer sous le portique d'arrivée



Pour l'année 2012, nous serions assez motivés pour essayer de faire les 4 raids de la saison, dont voici les dates :

- O'Bivwak - 26/27 mai – Lac des Sapins (Cublize-69)
- Bombis - 25/26 août – Lac des Settons (PNR Morvan – 58)
- La Vallée de la Blanche - 15/16 septembre – (Hautes-Alpes)
- Raid Azur - 06/07 octobre – (Var ou Alpes-Maritimes)

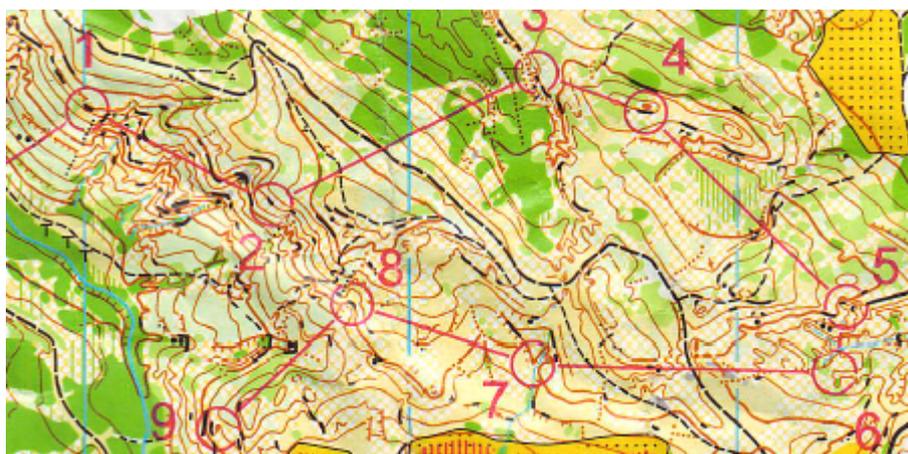
Que les gens motivés se signalent !

« Nuit (de folie) » ou « Ce soir je sors à Cavayère » (Par Philippe Bailly)

On est arrivé un peu juste à l'heure, histoire d'être dans la course avant la course. Par chance, j'ai sur la tête le vieux phare du club (et en secours ma petite Petzl autour du cou).

Tut, Tut, Tut, Tuut! Et me voilà parti cheminant sur le chemin. Au bout de 100m, il me faut sortir de ce chemin et me jeter dans la forêt, dans le noir. Je vais assurer et me rassurer en coupant plus à gauche que le trait rouge afin de ne pas rater le gros chemin que je dois rejoindre. Bingo, c'est fait et je le quitte après un virage où j'entame une descente à travers un bosquet. Je me sens bien, puis pas bien du tout car mon éclairage clignote puis s'éteint! Je suis dans le noir. Désespoir. J'allume ma Petzl toujours accrochée autour de mon cou et je la dirige avec ma main pour voir où je vais, car je ne veux pas me désharnacher. Je rejoins la route où un phare passe. « Help! Tu ne pourrais pas regarder dans mon dos si y'a pas un truc débranché? » Si fait, le bon samaritain me rebranche et la lumière revient, le moral avec. Je quitte la route en sortie de virage et j'attaque cette fois une raide montée. Je monte, je monte, puis je cherche le poste, puis je monte, je cherche le poste...Je me rends compte que ma sensation de la distance est perturbée par la nuit (j'ai l'impression de faire beaucoup de chemin alors que j'en fais peu, ça me causera d'autres problèmes ensuite). Pour finir, au milieu d'un travers, je touche au Graal. Je suis hors d'haleine, je suis parti depuis une éternité, et je viens de trouver le poste 1...

Le poste 2 se trouve en suivant la courbe de niveau et en comptant les rentrants. Pour le poste 3, il y a le choix entre un cheminement tortueux à travers du vert 3 et un grand détour par la droite. Je choisis le vert 3, et je trouve impeccable. Un petit coup d'azimut pour me diriger vers une crête que je suis jusqu'au poste 4. Ça y est, la confiance est là. Je définis une stratégie simple et efficace pour rejoindre le poste 5.



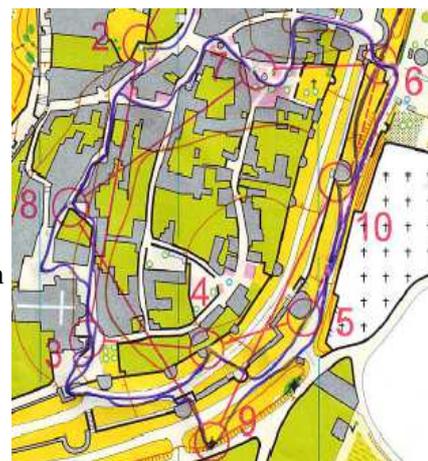
Je franchis un gros fossé, je traverse un plateau un peu ronceux et je rejoins un chemin. Là, il y a plein de monde. Il me reste à couper à flanc pour arriver dans la zone du poste. Boussole, traversée d'un bois de résineux; quelques ronces, je passe à droite; gros paquet de ronces, je passe à gauche. Je me déchire un peu, c'est de plus en plus sale (ça ne devrait pas d'après la carte). Voici une clairière avec ce qui pourrait être un rentrant. Est-ce sur la carte? Je ne vois pas. Tiens, il n'y a plus personne autour de moi. Est-ce que je suis bien où je crois être? Je monte, je descends, je tourne, ça ne va plus du tout. Comment faire pour me recalier sans traverser de ronces ni manger de dénivelé? Mais voici deux lumières qui s'approchent un peu plus haut. « Tu sais où on est ? » Vers là où je pensais être, mais j'ai encore cherché le poste trop tôt. J'accroche le wagon qui m'amène au poste 5...

Après le poste 5, il y aura tous les autres qui m'amèneront jusqu'à l'arrivée avec plus ou moins de réussite, mais avec beaucoup d'intérêt. La carte et le tracé étaient en effet plus techniques que bien des courses de jour et ils demandaient une grande concentration. Des talus énormes, des rentrants énormes, des postes énormes, c'était énorme. J'ai donc fini mes 3,9 km en 1h30 et lorsque j'ai quitté l'enveloppe de la nuit pour les néons blafards du centre de course, j'étais épuisé, hébété, mais heureux. Et autour de moi, il y en avait beaucoup dans le même état que moi.

Félix à l'assaut de la Cité de Carcassonne (par Félix et Philippe B.)

Ph. : Tiens Félix, et si tu nous racontais ta course dans la Cité de Carcassonne.

F. : Déjà, c'était énorme. La Cité était jolie, en forme, bien. Les petites rues, c'était sympa, mais il y avait beaucoup de gens. J'étais à la fois stressé et excité, il y avait plein de monde. Pendant l'échauffement, j'ai regardé Martin (le premier relayeur, NDR) partir et après je me suis mis dans la zone de départ pour l'attendre. J'ai vu un gars arriver puis un autre et après, c'était Martin. Je ne suis pas parti trop vite parce que j'ai mis du temps à comprendre où était la balise départ. En fait, elle était au milieu d'une tourelle. A chaque poste, j'étudiais bien la carte et j'essayais de faire l'interposte en mémo en comptant les bifurcations. J'ai perdu du temps parce que comme je tenais la carte à l'envers, j'ai vu 6 alors que c'était 9 donc je suis allé à la 9 après la 5. Heureusement je m'en suis rendu compte mais j'ai fait 5, 9, 6, 7, 8, 9. Dans les artères principales, il y avait beaucoup de monde et ça n'était pas facile de courir. A un moment, une dame m'a montré du doigt et a dit à sa voisine: « Ah tiens, en voilà un! »



Ph. : Donc, tu faisais partie de l'attraction touristique.

F. : Ce qui m'a bien fait marrer aussi, c'est le couloir d'arrivée où tu t'échauffais et tu as couru avec moi jusqu'à la ligne

Ph. : Oui, c'était bien. Et bien merci Félix et un dernier mot pour conclure?

F. : C'était trop bien!

Le Tour de France ... des cartes

Pour ce numéro 48 de la balise, ... La LOZERE est à l'honneur.

Région : Languedoc-Roussillon

Chef lieu : Mende

2 clubs de C.O.:

- Azimut Gévaudan
- Mende Orientation

La Lozère est assurément un super terrain de jeux pour les orienteurs. Grandes forêts, bouts de cause, relief et nature omniprésents. Les raideurs savent bien la qualité des C.O. sur les superbes raids multisports que sont le Gévaudathlon et le Lozère Sport Nature.



Extrait de la carte El Mejon
près de Mende

La minute du coureur Paperdu :

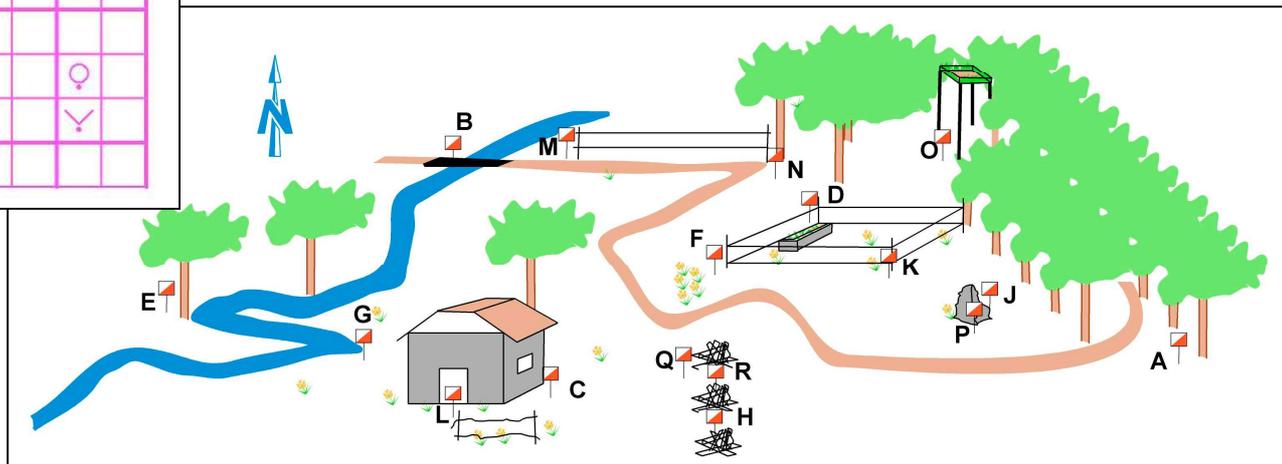
Entraînez-vous avec ces extraits des "Balises couleurs" (examens organisés par les ligues sous l'égide de la direction technique nationale).

Pour information, la balise verte est l'épreuve adaptée aux jeunes orienteurs D10/H10, la bleue aux D12/H12, la jaune aux D14/H14.

31	■	○
32	⚡	<
33	↗	└
34	↑	×
35	T	
36	▲	♀
37	⋯	∇
38	⚡	

Extrait de la balise jaune 2010 :

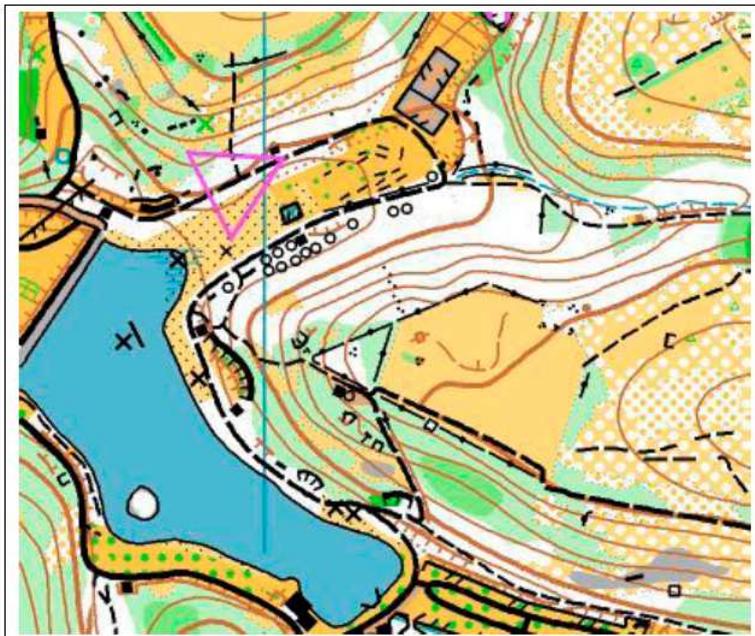
Trouve la balise correspondant à la définition



Extrait balise verte 2011 (pour les plus jeunes) :

Essaie de trouver l'emplacement de 2 balises que recherche cet orienteur en lisant ce qu'il raconte. Quand tu trouves l'emplacement du poste entoure l'élément sur lequel se trouve la balise. Je te conseille d'orienter la carte comme si tu la lisais en course :

« Je suis au triangle de départ. Au top départ, je prends le chemin indiqué par la pointe du triangle et je le suis jusqu'à la première jonction de chemins. Je tourne à droite et je suis le chemin jusqu'à la deuxième petite maison située à gauche du chemin où je trouve la balise 1. Je continue ensuite sur le même chemin jusqu'à une première jonction de chemins, je prends le chemin légèrement à gauche et arrive à une seconde jonction où je tourne à gauche. Je suis ce chemin jusqu'à la prochaine jonction où je tourne à droite. Là je longe un mur en ruine et trouve la balise 2 sur une petite ruine. »



Quelques mois de C.O. ... tout en image



Le 4 septembre, le FiNO ramène des récompenses d'une course Régionale semi-urbaine à Albi



Le 25 septembre : départ en trombe sur le circuit vert lors de la départementale organisée par le FiNO à Cambes (Puy-Blanc)



Le 30 octobre, Loïc est le premier à s'élaner (de nuit) sur le relais du CNE en Provence



Le 30 octobre : ses 3 équipières accompagnent Evelyne à l'arrivée du CNE en Provence



Départ du one-man relay à Reilhac lors du RDE le 11 décembre



En novembre c'est l'AG.
Du monde, des bilans, des débats ..



... et des plats provençaux !

5 jours en Provence – Par Martin et Fred -

Philippe Vergé avait lancé l'excellente idée d'une équipe FiNO hommes au CNE (Critérium National des Equipes). Une initiative couronnée de succès puisque non seulement la meilleure équipe hommes (sur le papier !) a concouru, mais aussi une équipe femme, et 22 Finoliens pour les 3 jours de Provence !

La Balise a recueilli les impressions d'un H12 et de son père H45 tous les deux 1^{ère} année...

Jour 1 (29/10/11): Sprint dans Chateaufort

Martin : Du monde partout au départ le soir (du grand n'importe quoi !) et après ma lampe ne marchait plus ! Je m'éclairais sous les lampadaires. L'arrivée était classe : couloir au milieu d'une très grande rue.

Fred : Sprint en 2 étapes (les mêmes que pour les championnats de France disputés quelques heures plus tôt). La première mêlait parcours urbain entre les HLM et sur la plaine des sports ... et balises techniques dans un grand parc très végétalisé. Pour les coureurs complets ! (pas comme moi)

Le sprint de nuit a été marqué par un gros bug d'organisation : en voulant rajouter au dernier moment tous les coureurs non qualifiés pour la finale A du championnat de France, les organisateurs ont ... désorganisé en changeant au dernier moment tous les horaires de départ ! Ingérable. Après quelques coups de gueule et longue attente, les départs se sont faits au boitier. Dommage, le parcours au départ du château puis dans la ville méritait mieux.

Quant à Loïc... il nous fait la médaille grise !!! (voir en page 1)

Jour 2 (30/10/11): Relais du CNE à Saint-Michel de Frigolet

Martin : Les jeunes n'ont pas couru. Rugby toute la journée à attendre les grands coureurs du FiNO!

Fred : Ah l'ambiance des relais ! Le speaker plein les oreilles pendant 4 heures; le poste spectacle, ses cris et la nécessité d'y faire bonne figure (photographes obligeant) ; les coureurs qui arrivent sans discontinuer, sauf ton coéquipier, et toi qui t'échauffe distraitement depuis ½ heure...

Pour l'anecdote, je passe la balise spectacle en faisant le mariolle, et je me plante grave sur la balise suivante... un superbe 90° en sortie du couloir !

Jour 3 (01/11/11): Etape 1 des 3 jours de Provence : Longue distance à Saint-Michel de Frigolet

Martin : Très longue course avec des gigantesques rochers et beaucoup de végétation basse. Dès la première balise, une grosse boulette me passer dans le vert 3 et me fait perdre environ 5'. Après j'ai géré ma course à peu près bien =>).

Fred : L'étape de toutes les odeurs de Provence. Une carte aux deux visages blanche et jaune: à l'est du relief très marqué et une forêt, à l'ouest des garrigues sauvages.

Jour 4 : Etape 2 des 3 jours de Provence : Moyenne distance à Avignon

Martin : Beaucoup de balises sur mon circuit. Des escaliers qui tuent pour arriver enfin en haut des superbes jardins du palais des papes. A l'avant dernière balise, je me perds à même pas 100m de la balise, le boloss !

Fred : Le clou du séjour ! Départ du parvis du palais des papes, course dans la cité, avec un traçage super offrant en permanence des choix d'itinéraires. Un vrai régal de sprint long qui se finissait dans les jardins du palais des papes, avant la descente vers le parvis où nous attendait un millier d'orienteurs !

Perso, je perds 40' après qu'un quidam dans une ruelle me demande ce que je faisais à courir avec ma carte... Perturbé, je me trompe à l'intersection suivante, et me recale au contact de Jeanne (Merci !).

Jour 5 : Etape 3 des 3 jours de Provence : Longue distance à Barbentane

Martin : carte recto verso un peu galère quand on passe de la forêt à la ville. En voulant passer par un petit chemin je regarde mal et je vois même pas le vert3 ☹ je passe, descends donc une falaise bien raide dans du vert3, sur les fesses !



Une partie de la délégation FiNO en Provence, devant le palais des Papes

Fred : Etant de retour au taf, je n'ai pas participé, mais la carte de Françoise montre un labyrinthe de passages dans un gros V3 qui nécessitait plus que la prudence et de la concentration...

Les faits marquants de ces 5 jours ?

Fred : Yanis bloqué par les barrières à la sortie du camping à 6h du mat, alors qu'il était 3^{ème} relayeur du CNE...
La solidarité des orienteurs a joué à fond, avec un convoiturage providentiel !
Et puis aussi les chavroux 3D !

Réunion du Comité Directeur du FiNO – Figeac (chez Philippe B.) 18/10/11

Présents : Fred, Michel, Philippe B., Michèle B., Magali, Carole

Excusés : Philippe V., Stéphane.

Tarifs adhésions 2012 (applicables au 1er janvier 2012)

Reconduction des tarifs FINO sur la base de ceux de la FFCO (+ 10 € pour les adultes hors licence famille)

Livret d'accueil à actualiser : Fred

Mettre à jour le formulaire et ajouter le droit à l'image « club » en plus de celui de la FFCO : Fred

Bilan CO Départementale 25 septembre 2011

Bilan financier neutre. Bon retour des coureurs. Gestion des temps et cartes : nickel !

Balisage à faire la veille

Prévoir aire de pique-nique /accueil plus large pour faciliter les rencontres d'après course.

Manque d'accompagnement des débutants ?

Loupé sur la communication pique-nique collectif FINO à la fin de la course.

Maillots

Sur les projets présentés, les maquettes Aa2 et Ab sont pré retenues, les évolutions suivantes sont à demander : Carole

Lapin orange + bouche, France au lieu de FFCO, Option arrondi bandes, Orange officiel, Manches longues

Prix : Non fédéré : prix de revient, Fédéré : 2/3 du prix pour les adultes, prix enfant inférieur (prix enfants à ajuster sur la base d'une subvention petit matériel de l'ordre de 900 €)

Demande de local

Lettre proposée acceptée à envoyer : Carole

RDE : WE des 11 et 12 décembre 2012

Préparation des exos : membres de la ligue

A contacter : Chasseurs : Didier, Mairies : Fred, Propriétaires : 11 : Viazac (Michèle) ; 12 : Reilhac (Philippe)

Hébergement à Jeanne d'Arc : Déjà réservé par Fred

Sportident

Commande des boitiers et puces via le CDCO46.

Commande de 14 puces SI-CARD9 pour le FINO: participation club 5€ par licencié soit prix de vente à 35€

Régionale 2012 : 22 avril 2012 à Reilhac

Problème de vacances et de brebis sur les cartes. A avancer au 4 mars ou intervertir avec le BOA le 1er avril ?

Contacteur la ligue et le maire : Fred

Entraînements inter-clubs

OK pour ouvrir les entraînements aux autres clubs de la ligue, les lieux et thèmes seront communiqués la semaine précédente.

Informez les clubs : Carole

Cartographies scolaires

Michèle cartographie actuellement la zone de Gramat

Flamme FINO

Faire passer la flamme à Magali pour bricolage par Papou d'un pied adéquat : Michel

AG du FINO : 25 novembre 2011 - Demander la salle Roger Laval : Fred

Levée de la séance à 23H57

Résultats :

Rappel : tous les résultats sont disponibles en lien sur le toujours-à-jour site de la ligue <http://limipyco.free.fr/>

Ben voilà, le rédacteur en chef de la Balise ayant d'autres fonctions au sein du club, il n'a plus le temps de compléter la page résultat de la Balise... Si vous en êtes fort chagriné, faites nous le savoir !

Si vous vous sentez de prendre le relais et de mettre en forme cette rubrique, vous êtes les bienvenus !

Classement National :

A défaut de résultats, Carole nous propose le CN des coureurs du FiNO à fin 2011.

Nota : pour être classé au CN, il faut avoir participé à au moins 4 courses labellisée "CN" dans l'année. La plupart des courses régionales, et toutes les courses nationales sont désormais "CN".

Place club	CN	Nom	Prénom	Catégorie	Place dans la catégorie	Nbre de classés dans la catégorie	Classement en % de sa catégorie	
1	7518	MARTY	Loïc	H16	2	170	1%	
2	6251	VERGE	Philippe	H50	9	266	3%	
3	5710	MARTY	Michel	H50	26	266	10%	
4	5636	CAZELLE	Didier	H50	28	266	11%	
5	5256	DESANGLES	Yanis	H35	74	269	28%	
6	4881	TREMOULET	Joel	H40	94	310	30%	
7	4828	RAMBLIERE	Frederic	H45	100	315	32%	
8	4545	RAMBLIERE	Théo	H16	46	170	27%	
9	4130	TREMOULET	Carole	D40	39	167	23%	
10	3773	BAILLY	Philippe	H45	209	315	66%	
11	3649	GRELON	Patrice	H45	221	315	70%	
12	3567	CROS	Nicolas	H21	333	403	83%	
13	3395	GRELON	Claire	D18	37	63	59%	
14	3281	VERGE	Evelyne	D50	41	121	34%	
15	3261	DESANGLES	Laure	D35	57	130	44%	
16	3252	PIVAUDRAN	Marc	H40	267	310	86%	
17	3188	CAZELLE	Aline	D45	72	182	40%	
18	3131	TEMPLIER	Françoise	D45	76	182	42%	
19	2935	COLLETTE	Céline	D35	77	130	59%	
20	2867	GRELON	Agnes	D45	97	182	53%	
21	2780	GEHU	Cyril	H18	108	118	92%	
22	2756	BARRAL	Michele	D60	34	63	54%	
23	2551	GEHU	Stephane	H35	256	269	95%	
24	2472	RAMBLIERE	Martin	H12	36	127	28%	
25	1474	BAILLY	Felix	H12	93	127	73%	
26	1182	TREMOULET	Jeanne	D12	48	68	71%	
27	963	GRELON	Francois	H14	157	163	96%	
28	889	GRELON	Philippe	H14	161	163	99%	
29	823	GEHU	Valentin	H10	105	113	93%	
* Extrait du site FFCO :		http://cn.ffcorientation.fr/classement						

La suite ... au prochain N°... (Avril 2012... on attend vos articles !)

En cas de doute sur un événement du calendrier, consultez le site du club ... (adresse en pied de page).

