



Championnats Midi-Pyrénées Course d'orientation REGIONALE N°7

Forêt de Bouconne (31)
Course inscrite Au Classement National

Dimanche 09 octobre 2011

ORGANISATION : TOAC Orientation (3105MP)

LIEU : Forêt de Bouconne, parking du Bois de l'Isle

FLÉCHAGE : à partir de Léguevin centre, au feu vers la D42

ORGANISATEUR : Hélène Serrand

TRACEUR : Alain Serrand/Frédéric Portoleau

CONTRÔLEUR : Valérie Berger-Capbern

ARBITRE : Jean Louis Blein

CARTES : Bouconne Bois de l'Isle 1/10 000^{ème} – 1/7500^{ème} pour circuits F, G et jalonné équidistance 5 m – carte refaite à cause de la tempête de 2009, relevés de 2011 par Frédéric Portoleau et Patrick Capbern. Zones boisées, relief et végétation variés, nombreux chemins. Un terrain à redécouvrir même pour les habitués de Bouconne

ACCUEIL : à partir de **9 heures** sur le parking du Bois de L'Isle.



CIRCUITS :

Circuit	Catégorie	Distance (m)	Dénivelé (m)	Nombre de postes
A	H20-H35	10 500	165	24
B	D20-D35 ; H18-H40-H45	8 500	160	21
C	D18-D40-D45 H16-H50-55	6 700	125	17
D	D16-D50- D55-D60et+ H60et+	4 500	55	13
E	D14 ; H14	3 000	20	13
F	D12 ; H12	2 800	20	9
G	D10 ; H10	1 700	15	9
jalonné		2 000 le long des jalons	15	9
Initiation Court (techniquement facile)		3 400	25	13
Initiation Long (techniquement moyen)		6 800	90	15

Les caractéristiques des circuits peuvent sensiblement changer et seront mis à jour si besoin et affiché le jour de la course.

DÉPARTS : Pour les circuits chronométrés : de 10h à 12h, toutes les deux minutes, avec 4' minimum entre 2 coureurs du même club sur le même circuit
Pour les circuits non chronométrés, départ libre entre 10h et 12h.

DISTANCE : Parking-accueil : sur place, accueil-départ-arrivée : sur place

FERMETURE DES CIRCUITS: 14h

CONTACT : Hélène Serrand, 17 rue Vincent d'Indy 31170 Tournefeuille
tel : 0680989582, helene.serrand@wanadoo.fr



INSCRIPTIONS :

1. Pour les licenciés FFCO et les non licenciés qui veulent être chronométrés sur les circuits compétitions, Inscription **obligatoire** en ligne sur le site FFCO : <http://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/> **avant le 02/10/2011. Pas d'inscription possible le matin pour ces coureurs.**

2. Pour les non licenciés non chronométrés, inscription possible sur place dans la mesure des cartes disponibles, **pré inscription par email très appréciée !**

TARIFS : Licencié Jeunes (-18ans): 4 €

Licencié Adultes : 6 €

Non licencié : ajouter 3€par personne (inclus Pass'Orientation).

Famille Non Licenciée:16 €pour 4 cartes

Pour être chronométré, il faut obligatoirement :

- Location puce électronique à la journée : 3,00 €en sus (caution de 30 €ou pièce d'identité)
- **Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course d'orientation en compétition de moins d'un an**

RESTAURATION : Buvette disponible sur place (sandwich, boissons, gâteaux,...)

RESULTATS : Remise des récompenses à 13h30

NON-LICENCIÉS : une attention toute particulière a été portée pour l'accueil des non-licenciés. Tous les circuits sont ouverts aux non-licenciés sous réserve de respecter les conditions d'inscription. Des licenciés seront à l'accueil et au départ pour renseigner et expliquer les bases de la CO.

Les circuits Initiation Court et Initiation Long sont spécialement conçus pour découvrir la CO. Les circuits F, G et jalonné sont plus spécifiquement dédiés aux enfants.

