



INVITATION COURSE D'ORIENTATION REGIONALE N° 9 COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL DIMANCHE 4 Décembre 2016



Lieu : Léguevin – l'Isle-Jourdain, forêt de Bouconne Bois de l'Isle
Organisation : TOAC
Contact : Alain SERRAND, alain.toacco@gmail.com
Inscriptions : Sur [le site FFCO](#) avant le **mardi 29/11/2016 minuit** pour les licenciés.
Lien pour les non licenciés : <http://doodle.com/poll/n9yfm3yxwmzs3caa>
Seuls les préinscrits seront sûrs d'avoir une carte sur leur circuit.

Règlement : Suivant le [Règlement des courses régionales en Midi-Pyrénées](#)

| | | | |
|-----------------|-----------------|----------------------|---------------------------|
| Tarifs : | 19 ans et plus | licenciés 7 euros | non licenciés 11 euros |
| | 18 ans et moins | 4 euros | 7 euros |
| | Famille | | 22 euros |

Location de puce: 3 euros - caution: 40 euros ou carte d'identité
Taxe pour inscriptions tardives, ou absence non justifiée : 2€

Accueil : Parking Bois-de-l'Isle Nord sur la D42 entre Léguevin et Lasserre
Distances : Parking / Accueil : 0 m
Accueil / Départ: 70 m
Accueil / Arrivée: 100 m

Horaires : Accueil à partir de 9h. Prise des horaires de départ sur place.
Départ au boîtier entre 10 h et 12h,
Mais pas moins de 4 mn entre deux coureurs d'un même club sur le même circuit, les coureurs ne remplissant pas cette condition seront disqualifiés.
Remise des récompenses à 13h30 (par circuits, hommes et femmes séparés)
Fermeture des circuits à 14h

Fléchage : Rond-point au Centre de Léguevin (prendre la D42 direction Lasserre)

Terrain : Légèrement vallonné, forêt mixte, avec zones de coupes présentant une végétation basse parfois dense.

Carte : "Bois-de-l'Isle" relevés 2011, mise à jour partielle 2016 - équidistance 5 m –
échelle 1/10 000^{ème} (circuits Violets à Jaunes), 1/5000^{ème} (circuits Vert et Bleu)

Circuits: 8 circuits de couleurs suivant le [Cahier des charges des courses régionales en Midi-Pyrénées](#) et le [Guide de choix des circuits de couleur Ligue MP](#) (*Violet pour coureurs confirmés !*)

| CIRCUIT | MOYENNE DE TEMPS DES 3 PREMIERS | DISTANCES INDICATIVES POSTES A POSTES |
|------------------|---------------------------------|---------------------------------------|
| Violet long | 70' | 9 km |
| Violet moyen | 60' | 6,6 km |
| Violet court | 50' | 5,2 km |
| Violet court bis | 40' | 3,5 km |
| orange | 40' | 4,6 km |
| Jaune long | / | 8,3 km |
| Jaune | 35' | 3,4 km |
| Bleu | 25' | 2,6 km |
| Vert | 20' | 2 km |
| J (Jalonné) | 20' | 1,9 km |

Organisateur : Patrick CAPBERN
Cartographe : Patrick CAPBERN (M.A.J.)
Traceur : Laurent MALLEM
Contrôleur : Sébastien MENA
Délégué fédéral Arbitre : Jean-Louis BLEIN
Responsable GEC : Pierre GAUFILLET

Restauration : Buvette, boissons chaudes, Sandwichs

