



Course d'orientation régionale en forêt de PHALEMPIN

Dimanche 3 Avril 2011

(inscrite au Classement national)

Organisation : A.S.P.T.T. Lille Métropole Course d'Orientation.

Lieu : Forêt de Phalempin; carte IOF au 1/10000è (circuits E, F, IJ au 1/5000è), réactualisée Février 2011.

Directeur de course et contrôleur: Joël Poulain **Traceur**: Jean-Paul Bailleul; **Arbitre**: Fabrice Szymanowski

G.E.C Jean-Paul Bailleul & Yannick Poulain

Accueil : Parking des étangs, sur RD62A **Fléchage routier** : centre ville de Phalempin

Départs : au boîtier de 9 H 30 à 12 H 00. **Clôture des circuits** à 14H.

Terrain: nombreux sentiers et fossés, zones de ronces (jambes couvertes).

Parcours initiation pour débutants (prêt de boussole). **Circuit initiation jalonné** pour les enfants.

6 Circuits compétition (circuits individuels de CO à pied, distances, catégories indicatives, niveau technique) :

A	6,4 kms	(H20 H21)	Long	Difficile
B	6,3 kms	(H18 H35 H40 D20 D21)	Long	Moyen
C	4,8 kms	(H16 H45 D18 D35)	Moyen	Difficile
D	4,3 kms	(H50 H55 D16 D40 D45)	Moyen	Moyen
E	2,8 kms	(H14 H60 et + D14 D50 D55)	Court	Moyen
F	2,3 kms	(H10 H12 D10 D12 D60 et +)	Court	Facile
Jalonné	1,6 kms	2,4 kms par les jalons.	Court	Facile

Circuits de A à D : traversée de la RCD 62A : vous n'êtes pas prioritaires ! Respectez les consignes de prudence.

Gestion de course

* utilisation du système Sport-ident® pour les licenciés (classement CN) ; et les non licenciés présentant un certificat médical de non contre-indication à la course d'orientation en compétition.

Prêt de doigt électronique contre pièce d'identité en caution (facturation de 30€ en cas de perte)

* Parcours au carton de contrôle (pas de chronométrage), en cas de non présentation du certificat médical

Tarifs des inscriptions :

Licencié(e)s de la LNPCCO et UNSS/USEP : gratuit jusqu'au mardi 29 mars (1€ au-delà)- Licencié(e)s FFCO hors Ligue 59/62, FRSO, UFOLEP, non licenciés :

+ de 18 ans = 5€ 15 à 18 ans = 4€ - de 15 ans = 3€

Licencié(e)s FFSU = 2€ (sur présentation de la licence)

Supplément d'1 € en cas d'inscription sur place

Inscriptions:

Avant le mardi 29 mars à 20h par courriel à jpoulain@nordnet.fr

* Pour les licenciés : inscriptions par le « responsable-club » en précisant Nom, Prénom, n°SI et circuit choisi

* Pour les non licenciés : en précisant Nom, Prénom, Année de Naissance et circuit choisi –

Après le mardi 29 mars à 20h :

* Pour tous : sur place, **en fonction des cartes et places vacantes disponibles**

Renseignements : Joël ou Odile POULAIN, 03 20 51 23 25 (journée) ou 03 20 40 65 10 (soir).

site (infos et résultats en ligne): <http://www.asptlilleco.fr>