



## Régionale longue distance

### Course d'orientation ouverte à tous, organisée par les jeunes du TAD Forêt de Mormal – dimanche 5 octobre à partir de 9h

Coupe de la ligue n°14 - Course inscrite au classement national

Circuits : selon les règlements FFCO et LNPCCO, ouverts à tous

Circuit	Catégories	Distance	Temps du vainqueur
A	H20-H21-H35	11,5 km	70'
B	H18-H40-H45 - D20-D21-D35	9,5 km	60'
C	H16- H18B-H50-H55 - D18-D40-D45	7,5 km	50'
D	HC-H60 et + - D16- D18B – D50 et +	5,5 km	40'
E	H14- H16B - D14- D16B		
F	H10-H12-H14B – D10-D12-D14B - Initiation		
	Jalonné		

Carte : Forêt de Mormal Relevés : 2013 Echelle : 1/10000ème, jambes couvertes conseillées

Fléchage : à partir du rond point de l'intersection de la D932 et D33

#### Inscriptions :

- jusqu'au mercredi 1er octobre à minuit :

Licenciés FFCO : sur le site fédéral <http://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/> via son club.

Non-licenciés FFCO : par courriel (mercier.agnes@gmail.com) en précisant Nom, Prénom, Année de Naissance, circuit choisi, numéro Sport Ident. (le certificat médical et/ou la licence seront à présenter à l'accueil).

- après le mercredi 1er octobre à minuit pour tous : sur place, en fonction des cartes et places disponibles, avec supplément d' 1€ dans le coût d'inscription.

Départs : Départs libres toutes les 2 minutes (4 minutes entre 2 coureurs d'un même club) avec inscription à l'accueil.

Premier départ : 9h30 Dernier départ : 12h30 Fermeture des circuits : 14h

Tarifs : Licenciés : LNPCCO : **Gratuit** Licenciés UNSS/USEP : **1€** Licenciés FFSU : **2€**

Licenciés FFCO hors ligue/étrangers : Adulte : 5€ moins de 18 ans : **3€**

Familles : **12€**

Non licenciés : Adultes **6€** moins de 18 ans **4€**

Assurance et licence : Les non-licenciés ne pourront être chronométrés qu'après présentation d'un certificat médical de non contre-indication de la pratique de la Course d'Orientation en compétition, qui sera conservé à l'accueil, et la délivrance d'un Pass'Orientation. Les non-licenciés sans certificat médical pourront participer sans chronométrage.

Organisation : Tous Azimuts Douai Directeur de course : Mélissa Girard Traceur: Louis Haltz

Contrôleur : Jean-François Loterie Arbitre : Richard Clairet (O<sup>2</sup>)

Buvette sur place après la course Résultats Régulièrement affichés sur place et sur le site du club : <http://www.tadouai.fr>

Informations et contacts : <http://www.tadouai.fr> ou [mercier.agnes@gmail.com](mailto:mercier.agnes@gmail.com) ou 0673768488

