



FEDERATION FRANCAISE DE COURSE D'ORIENTATION



**Le 21 & 22 mars 2020**  
**Moyenne distance et Longue distance CN**  
**à La Tremblade 17390**  
**Charente Maritime**

Courses d'Orientation pédestres comptant pour le classement national  
Ouvertes à tous, licenciés et non licenciés

**Organisation :** CHARENTE-MARITIME ORIENTATION - [www.club-co17.com](http://www.club-co17.com)

**Directeur de course :** Patrick ROBIN

**Traceurs LD :** Page Philippe // Traceur MD : Prunier Jean Marc

**Arbitre :** MD Brousse Isabelle // LD Lortolary A.

**Contrôleur :** MD Sepans D // LD Zanatta Clotaire stagiaire, Parrain Colleter Jean Claude, Poitiers.

**Cartes :** 1/10000° -Terrain LD végétation très dense

**Circuits :** Tous les circuits sont ouverts aux licenciés et non licenciés présentant un certificat médical d'aptitude à la compétition en course d'orientation daté de moins d'un an. Le circuit jaune/IC est proposé aux non licenciés non titulaire d'un certificat médical.

**Moyenne Distance : Départ à partir de 13h à 15h fermeture 16h30// carte le Pavillon Samedi 21 mars**

Violet VXL 5.7      Violet long 5      Violet Moyen 4.5      Violet court 3.8  
Orange 4      Jaune/IC 3.5      Vert 2,5 km      Bleu 3 km      Jalonné 2,3 km

**Longue distance Régionale : Départ de 10h à 11 h 30// carte le Volcan Dimanche 22 mars**

Violet VXL 11km      Violet long 9      Violet Moyen 6.5 km      Violet court 4.5 km  
Orange 5,8 km      Jaune/IC 3,85km      Vert 2,5 km      Bleu 3,2 km      Jalonné 2,3 km

**Fléchage :** Ronce les bains D25

**Distances :**

MD : parking/accueil 300 m, accueil/ départ 300 m

Accueil : à partir de 11h Fermeture des circuits : 16h30

LD : parking/accueil 300 m, accueil/ départ 300 m Accueil à partir de 9h Fermeture circuit à 13h30

**Compétition respectant la Charte Environnementale :**

1/ Le covoiturage est une nécessité

2/ au ravitaillement les verres sont non jetables

3/ aucun déchet sur les lieux de course ne doivent signaler notre passage, mise à disposition tri sélectif

Buvette :

**Chronométrage :** utilisation du système de gestion électronique SPORT Ident

**Tarifs :**

Licenciés : 19 ans et plus : 9,00 € - 15 à 18 ans : 6,00 € - 14 ans et moins : 4,00 €

Non licenciés : 19 ans et plus : 11,00 € - 15 à 18 ans : 9,00 € - 14 ans et moins : 6,00 €

**Date limite des inscriptions** 15 mars Inscriptions en ligne : [www.club-co17.com](http://www.club-co17.com)

<http://liguenouvelleaquitaine-co.fr/inscription/>

Formulaire d'inscriptions (téléchargeable) à adresser, accompagné d'un chèque à l'ordre de CMO, à :

Patrick Robin  
4 rue du Stade  
17250 Beurlay

[patrick.robin1@free.fr](mailto:patrick.robin1@free.fr) 07.81.02.90.23  
[jlavalade@aol.com](mailto:jlavalade@aol.com) ou 06 14 02 27 57