

CHAMPIONNATS DES LIGUES PACA LD

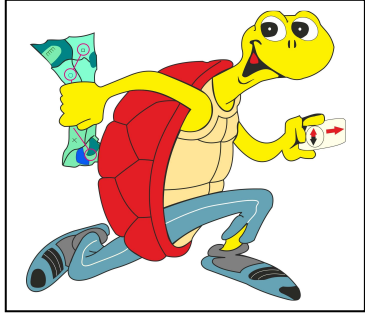
Rien ne sert de courir...

organisation
MARSEILLE COURSE D'ORIENTATION

DIMANCHE 15 AVRIL 2012

CASTILLON

Carte 1/10 000°/ 15 000° élites ?



Dans la mauvaise direction !

Réalisation février- mars 2012 Pierre Delenne
Forêt méditerranéenne, guêtres conseillées...

Directeur de course : Bourdarie Pascal

Traceur : Visca Paul contrôleurs : Pierre Delenne arbitre : Daniel André

Parking - accueil : 100 m accueil - départ 300 m, accueil- arrivée : sur place

Départs imposés par l'organisateur 10 -12h horaires sur co-paca : jeudi 12 avril

Résultats récompenses : 14h30 3 premiers de chaque catégorie IOF

Petite restauration sur place

Renseignements : paul.visca@wanadoo.fr 06 87 49 57 65

tarifs licenciés : FFCO, UNSS, FFSU : 9 € + 18 ans, 6 € - 18 ans, 3 € jalonnés

inscriptions sur co-paca avant dimanche 8 avril 20 h.

inscription sur place dans la limite des cartes disponibles + 1 € et sur horaires vacants

coureur inscrit absent le jour de la course 1 € de taxe

non licenciés circuits chronométrés sur présentation certificat médical de « non contre indication à la pratique de la CO en compétition » + 3 € pass'Orientation + 3 € location puce électronique, caution 40 €

non licenciés non chronométrés + 8 € pass'Orientation famille (à partir de 3 personnes)

circuit court 3 kms, long 6 kms + 3 € pass'orientation individuel

Autoroute A55 direction Fos-Arles après viaduc Martigues vers port de Bouc

sortie 16 direction St Mitre les remparts- St Jean

suivre forêt Castillon.

Fléchage sortie autoroute

Inscriptions sur : <http://co-paca.info/>

avant dimanche 8 avril 20h

Rappel : sur classements non autorisés des circuits plus courts sont possibles

Les horaires de départ :

Seront publiés jeudi 12 avril après validation de l'arbitre.

Les changements ne seront acceptés que pour des raisons importantes et en aucun cas après le

vendredi 13 20h

NOS PARTENAIRES:



LIGUE DE PROVENCE DE
COURSE D'ORIENTATION

Place du Ventoux, 13770 Venelles

<http://liproco.ouvaton.org>

Chpt de Ligue PACA LD 2012

* Le championnat de Ligue Longue distance sera intégré au challenge PACA avec la répartition circuit/catégories indiquée dans le tableau ci-dessous.

* Les coureurs ne sont pas autorisés à se sur-classer et doivent courir, soit dans le circuit correspondant à leur catégorie, soit dans un circuit plus court (sous-classement autorisé)

* les H/D21 ont le choix de s'inscrire dans la classe E (Elite) , la classe A ou la classe C (plus court mais aussi technique que le A). La sélection pour le championnat de France LD se fait uniquement sur la classe Elite

* les H/D40-45-50-55 ont le choix de s'inscrire sur un circuit plus court (mais aussi technique) H/DVC

* les H/D18 ont le choix de s'inscrire sur un circuit plus facile , dans la classe B (H/D18B)

* les H/D16 ont le choix de s'inscrire sur un circuit plus facile , dans la classe B (H/D16B)

nom Circuit Chpt Ligue	noms circuit Nationale	temps course vainqueur	niveau tracé	Hommes			Dames		
				Categ FFCO	Categ PACA	Points PACA par rapport au	Categ FFCO	Categ PACA	Points PACA par rapport au
Asup	A	100'	6	H21E	H20-35	1er H du circuit			
A	Abis B	75'	6	H20E	H20-35	1er H du circuit	D21E	D20-35	1ère D du circuit
				H21A	H20-35	1er H du circuit			
				H20A	H20-35	1er H du circuit			
				H35	H20-35	1er H du circuit			
B	Bbis C	70'	6	H18A	H18	1er H du circuit			
				H40	H40-45	1er H du circuit			
				H45	H40-45	1er H du circuit			
Bbis	D	60'	5				D20E	D20-35	1ère D du circuit
							D21A	D20-35	1ère D du circuit
							D20A	D20-35	1ère D du circuit
							D35	D20-35	1ère D du circuit
C	I E	55'	4 - 5	H16A	H16	1er H du circuit			
				H18B	H18	1er H du circuit * 0,8			
				H50	H50-55	1er H du circuit			
				H55	H50-55	1er H du circuit			
				H21C	H20-35	1er H du circuit * 0,6			
Cbis	F	50'	5				D18A	D18	1ère D du circuit
							D40	D40-45	1ère D du circuit
							D45	D40-45	1ère D du circuit
D	G	40'	5	H60	H60+	1er H du circuit	D50	D50-55	1ère D du circuit
				H65	H60+	1er H du circuit	D55	D50-55	1ère D du circuit
				H70	H60+	1er H du circuit	D21C	D20-35	1ère D du circuit * 0,6
				H40C	H40-45	1er H du circuit * 0,6			
				H40C	H50-55	1er H du circuit * 0,8			
Dbis	K	40'	4				D16A	D16	1ère D du circuit
							D18B	D18	1ère D du circuit * 0,8
E	H	40'	5				D60	D60+	1ère D du circuit
							D65	D60+	1ère D du circuit
							D70	D60+	1ère D du circuit
							D40C	D40-45	1ère D du circuit * 0,6
							D40C	D50-55	1ère D du circuit * 0,8
F	L Lbis	35'	3	H14		1er H du circuit	D14		1ère D du circuit
				H16B	H16	1er H du circuit * 0,6			
							D16B		1ère D du circuit * 0,8
G	M	30'	2	H12		1er H du circuit	D12		1ère D du circuit
H	N	20'	1	H10		1er H du circuit	D10		1ère D du circuit

* (en bleu) différence de circuit par rapport au règlement FFCO sur les courses Nationales

** (en rouge) catégorie pour sélection championnat de France LD (critère de temps en % par rapport au 1er)
tableau_parours-categ_Chpt_LigueLD2012