

COURSE D'ORIENTATION

Dim. 14 oct. 2012

Parc de la Valmasque – Le Carton
Mougins (06)

8 ème manche du Challenge PACA

7 circuits de 3 à 9 km (dont 1 jalonné)

Organisée par **les clubs de Mougins Orientation et
Valbonne Sophia Antipolis Orientation**

- ✓ **Traceur** : Frances Stone **Contrôleur** : Olivier Benevello
- ✓ **Arbitre** : Pierre Delenne (course inscrite au CN)
- ✓ **Carte** : Parc de la Valmasque - Le Carton échelle 1/10000
réalisation Fran et Giles Stone avril 2012 (mise à jour sep 2012)

- ✓ **Circuits** :

6 circuits compétitions :

	Longueur (à vol d'oiseau)	dénivelée	Niveau technique	Catégorie licenciés
Circuit A	7,7 km	380 m	difficile	H20-21- 35
Circuit B	6,7 km	330 m	difficile	H18 H40-45 D20-21-35
Circuit C	4,5 km	190 m	difficile	H16 H50-55 D40-45
Circuit D	3,1 km	180 m	moyen/difficile	H60+ D16 D50-55
Circuit E	2,4 km	145 m	facile	H14 D14 D60+
Circuit F	1,9 km	90 m	très facile	H12 H10 D12 D10

✓ **Circuit Découverte**

2 circuit loisirs ouvert à tous :

- circuit Jalonné 2 km (convient aux jeunes enfants)
- circuit Découverte 5 km

✓ **Inscription**

- **licenciés** : sur le site <http://co-paca.info> **avant le mercredi 10 oct.**
à minuit et sur place (dans la limite des cartes disponibles) .
- **non-licenciés** : sur place (pré-inscription souhaitée sur le site
<http://co-paca.info>)

✓ **Accueil** : dans l'école de Mougins School à partir de 8h30.

Parking au centre sportif situé à proximité - distance parking accueil 500 m

✓ **Départ entre 9h30 et 12h**

Le choix de l'horaire se fait sur place à l'accueil (tableaux en self-service)

✓ buvette et petite restauration

✓ **Accès lieu de course**

Fléchage « Course d'orientation » sur la D3, à la sortie « Valbonne »
de la pénétrante Cannes – Grasse (1 ère sortie en direction de Grasse),
Parking Allée des Ormes (complexe sportif) 06250 Mougins
voir plan sur le site Internet

Renseignements : E-mail : vsao@free.fr

site internet : www.vsaorientation.com