

Mazaugues (83)

COURSE d'orientation



21//10//12

Championnat de ligue

Moyenne Distance



Circuits ouverts et adaptés à TOUS... viendez ! Toutes les infos sur le site du Pradet Orientation

Infos course

Lieu : Mazaugues (83)

Carte : "Le Petit Gaudin" // éch : 1/7500e éq : 5 m
relevés et dessin : Marian Cotirta (mars 2012)
corrections partielles Matthieu Puech (été 2012)

Fléchage : depuis Aix-Marseille, sur D64 en approche du parking.
depuis Toulon, dans le village de Mazaugues.

point GPS parking :
43.364802,5.914147

Accueil : Sur le lieu de course à partir de 8h.

Départs : à partir de 9h30, et jusqu'à 12h30.

Catégories : regroupement des catégories conformément au RS PACA (voir tableau ci-dessous).

Loisirs et entraînement : plusieurs circuits loisirs et parcours ludiques "fun" proposés aux licenciés et non-licenciés (circuits classiques, exo technique, anim'O, circuit ficelle, etc... voir détail ci-dessous).

Inscriptions : en ligne sur le serveur dédié (<http://co-paca.info/inscription/>) jusqu'au mercredi 17/10.
sur place dans la mesure des cartes disponibles, et avec surtaxe conformément au RS PACA.

Tarifs : licenciés: 19 ans et +: 8€ // 18 ans et - : 5€ // circuit jalonné 2€
circuits loisirs et fun : 1 à 4 € selon le circuit.
non licenciés : +3€ par coureur.

Accès aux circuits chronométrés possible
à toute personne présentant une licence
sportive ou un certificat médical.

Distances : parking - accueil = de 200 à 400 m
parking - départ = de 500 à 700 m
accueil - départ = 300 m

Ravitaillement : offert aux coureurs à l'arrivée.

Buvette : petite restauration sur place.

Récompenses : sur place à partir de 14h30.

> 3 premiers Hommes et Dames par circuits sur les circuits A à D.

> 3 premiers Garçons et Filles par catégories sur les circuits E, F et jalonné.

Contact, organisation

Le Pradet Orientation (8311)

website : 8311.free.fr

contact coureur :

Richard Heyriès (06.08.91.26.75)



Tableau des catégories/circuits

nom Circuit	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
A	30' - 35'	5 - 6	H21	H20-35	1er H du circuit			
			H20	H20-35	1er H du circuit			
			H35	H20-35	1er H du circuit			
B	30' - 35'	5	H18	H18	1er H du circuit			
			H40	H40-45	1er H du circuit			
			H45	H40-45	1er H du circuit			
Bbis	30' - 35'	5 - 6				D20	D20-35	1ère D du circuit
						D21	D20-35	1ère D du circuit
						D35	D20-35	1ère D du circuit
C	25'	5	H16	H16	1er H du circuit	D18	D18	1ère D du circuit
			H50	H50-55	1er H du circuit	D40	D40-45	1ère D du circuit
			H55	H50-55	1er H du circuit	D45	D40-45	1ère D du circuit
D	25'	4 - 5	H60 et+	H60+	1er H du circuit	D16	D16	1ère D du circuit
						D50	D50-55	1ère D du circuit
						D55	D50-55	1ère D du circuit
E	20'	3	H14	H14	1er H du circuit	D14	D14	1ère D du circuit
						D60 et +	D60+	1ère D du circuit
F	20'	2	H12	H12	1er H du circuit	D12	D12	1ère D du circuit
			H10	H10	1er H du circuit	D10	D10	1ère D du circuit

Attention : course non qualificative pour le Chpt de France Moyenne distance cette année.
Pas d'horaires de départ imposés à l'avance donc.
 Inscription classique (type challenge PACA) sur place.

Caractéristiques des circuits

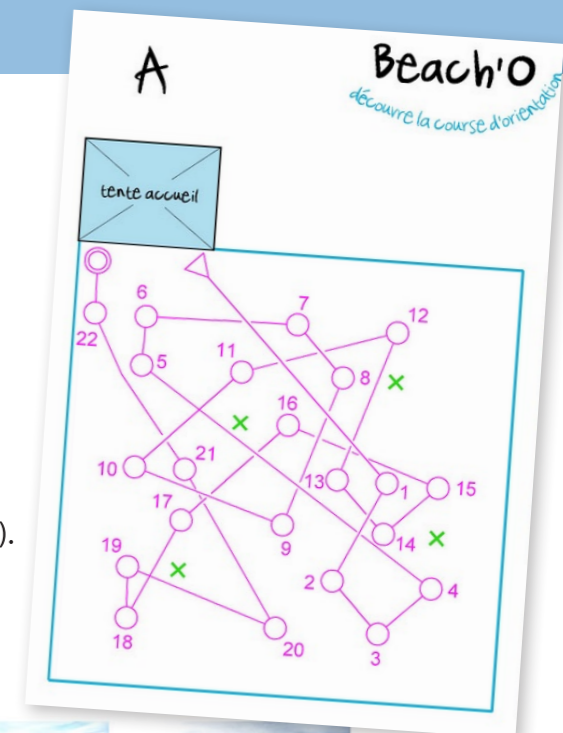
Circuit	Distance (km)	Dénivelée (m)	Balises	Tps du 1er
A	4,6	100	25	35'
B	4,3	90	24	35'
B bis	3,2	70	16	33'
C	3,1	60	15	30'
D	2,7	50	11	27'
E	2,6	40	12	22'
F	2,4	45	12	20'
jalonné	2,6	30	8	

Circuits "fun" et entraînement ludique

En plus du Championnat de ligue Moyenne distance, le club du Pradet vous invite à participer aux animations proposées à côté de la course. Plusieurs circuits "pour le fun" vous permettront ainsi d'éteindre votre soif de balises !

Au menu :

- > Plusieurs circuits loisirs (faciles ou techniques).
- > Une animation ludique (beach'O) avec de nombreux circuits (GEC).
- > Un circuit technico-ludique "à la Tero" (couloir, fenêtre, multi, etc.)
- > Un circuit ficelle (gratuit).



Caractéristiques du terrain

Carte : **Le Petit Gaudin**
 Échelles : 1/7 500e
 Équidistance : 5 m

Relevés : Marian Cotirta (printemps 2012)
 Corrections partielles : Matthieu Puech (été 2012)
 Carte de base : Alain Pellegru, (2006)



La carte du "Petit Gaudin" est située au cœur du massif de la Sainte Baume, à proximité immédiate du village de Mazaugues.

Sa principale caractéristique est l'abondance d'éléments rocheux pouvant rendre difficile la course, et l'orientation. Affleurements calcaire parfois creusés de profondes entailles, falaises, grottes ou trous rocheux parsèment en effet un terrain par moment ouvert, ou couvert d'une garrigue provençale souvent dense. Un terrain technique et difficile qui ne se laisse pas facilement apprivoiser. À vous de jouer...

