



# Championnat de Ligue PACA

## Moyenne distance

### Dimanche 25 mars 2018

### La Bastide des Jourdans (84)

Course au Classement National

**Attention : changement d'heure dans la nuit du samedi 24 au dimanche 25 mars !**

**Organisation :** Club Sportif Pertuisien Course d'Orientation (CSP CO)

**Directeur de course :** Pierre SCIORA  
**Traceur :** Frédéric GIBIAT

**Contrôleur des circuits :** Jérôme MONCLARD  
**Arbitre :** Pierre DELENNE

**Carte :** La Carabelle - La Bastide des Jourdans - extension 2018 - échelle 1 / 7500 - équidistance 5 m

**Terrain :** méditerranéen et raviné !

#### Catégories et Circuits (licenciés compétitions) :

Catégories	Circuit	Temps du vainqueur	Echelle	Niveau technique
H21 - H20 - H35	A	35 min.	1 / 7 500	Violet
H18 - H40 - H45	B	35 min.	1 / 7 500	Violet
H50 - H55 D20 - D21 - D35	C	35 min.	1 / 7 500	Violet
D18 - D40 - D45	Cbis	35 min.	1 / 7 500	Violet
H60 - H65 D50 - D55	D	30 min.	1 / 7 500	Violet
H70+ D60 - D65 - D70+	Dbis	30 min.	1 / 7 500	Violet

Catégories	Circuit	Temps du vainqueur	Echelle	Niveau technique
H16	E	25 min.	1 / 7 500	Orange
D16	Ebis	25 min.	1 / 7 500	Orange
H14 - D14	F	25 min.	1 / 7 500	Jaune
H12 - D12	G	20 min.	1 / 7 500	Bleu
H10 - D10	H	20 min.	1 / 7 500	Vert
Toutes catégories	Vert ACC	20 min.	1 / 7 500	Vert

#### Aucun surclassement et sous classement n'est autorisé sur ce championnat de Ligue MD

Les premiers de chaque catégorie FFCO seront qualifiés pour participer au Championnat de France MD du 21 avril 2018 à Saint Léger en Yvelines (78) :

- H12 à H18 : 3 qualifiés par catégorie
- D12 à D18 : 4 qualifiés
- D20 à D70 : 4 Qualifiés
- H20 à H70 : 3 qualifiés

**Inscription :** En ligne sur le site [co-paca.info](http://co-paca.info) avant le 19 mars - 23h59

Tarifs licenciés compétition FFCO : 18 ans et moins 6€ - 19 ans et plus 9€

Inscription possible sur place dans la limite des cartes disponibles (majoration de 2€)

Inscrit absent le jour de la course 2€

Location de puce 1.5€

**Fléchage :** à partir du village de Grambois ou du croisement entre la D122 et la D42

Coordonnées GPS : 43.767202 ; 5.653013 (cf. plan page 2)

**Accueil :** Sur le site de la course, à partir de 9h

**Départ :** Entre 10h et 12h20 Horaires choisis sur place, en respectant strictement la consigne :

**Pas de départs consécutifs sur le même circuit pour les coureurs d'un même club**

**Distances :** Parking - Accueil : 100m

Accueil - Départ : 500m

Accueil-Arrivée : sur place

## 2<sup>ème</sup> manche l'après-midi :

### « Le Bal des Ravines », dixit le traceur...

(Hors classement, réservée aux coureurs ayant participé à la 1ere course) Tarif 2,5€

Inscription sur co-paca.info - Départ entre 13h et 14h30

3 circuits au choix : Violet long, Violet court ou Jaune-Bleu- Echelle 1/5000

**Restauration :** Menu sur réservation à 5€ à sandrine.grosse@laposte.net

Sandwich moelleux rond au thon + tarte aux pommes

ou pizza + tarte aux pommes

Buvette classique sur place

**Récompenses** (par catégories PACA) à partir de 15h

**Fermeture des circuits :** 16h

## Circuits Découverte ouvert à tous

(Licenciés Sport Santé et non licenciés) :

Départ entre 10h et 12h.

Circuit	Niveau technique	Tarif d'inscription
1 circuit « Découverte » modulable en distance : 19 postes	Avec des boucles à difficultés croissantes : vert-bleu-jaune	<u>Loisirs non chronométrés :</u> 5€ par personne 15€ par famille
		<u>Pass santé chronométrés :</u> 8€ adulte 5€ enfant

Inscription sur site co-paca.info. Possible aussi sur place (dans la limite des cartes disponibles).

Pour les non-licenciés FFCO voulant se faire chronométrer un certificat de non contre-indication à la pratique de la course d'orientation en compétition devra être présenté.

Contact : pierre.sciora@gmail.com

