



Informations

○ Circuits

6 circuits différents sont proposés (NB : les dénivelés et distances sont calculées par **l'itinéraire idéal**)

EXPERT : CO ultra longue distance, Orienteurs expérimentés et bien entraînés (orientation fine), temps moyen 3h30.

CHALLENGER : CO longue distance, Orienteurs confirmés (orientation fine), temps moyen 2h45.

OUTSIDER : CO principalement hors chemins et sentiers. Circuit destiné aux jeunes orienteurs ou aux orienteurs à court d'entraînement. Temps moyen 1h30

TRAIL ORIENTATION LONG : Trail-Orientations sur chemins et sentiers. Circuit adapté aux coureurs de trail n'ayant jamais réalisé un parcours d'orientation, temps moyen 2h45.

TRAIL ORIENTATION COURT : Randonnée Orientation sur chemins et sentiers, temps moyen 2h30.

TRAIL ORIENTATION DÉCOUVERTE : Randonnée Orientation sur chemins et sentiers. Circuit particulièrement adapté aux familles avec enfants, temps moyen 2h30.

Distances et dénivelés (en mètres)

	Expert	Challenger	Outsider	Trail long	Trail Court	Trail découverte
Trait rouge (ligne droite en chaque balise)	14700	11800	7100	15800	9500	5500
Meilleur itinéraire	20700	16200	11000	23000	13100	6900
Dénivelé	700	600	80	740	450	200

- 📌 Le circuit doit être réalisé dans l'ordre imposé. La Gestion Electronique de Course est infaillible !
- 📌 L'épreuve est organisée avec la Gestion Electronique de Course (Sport Ident). L'organisateur fournit aux participants non équipés un « doigt sport ident ». Ce matériel doit être rendu à l'arrivée. A défaut, 30€ seront réclamés.
- 📌 Si une balise venait à manquer (malveillance), vous trouverez au sol des confettis qui matérialisent l'emplacement prévu de la balise
- 📌 **Le circuit est long. Prévoyez eau et vivres de course !**

- 📌 **Carte au 1/15 000 ème** pour les circuits **EXPERT**, **CHALLENGER**, **TRAIL ORIENTATION LONG**
Equidistance 5 mètres aux normes IOF
- 📌 **Carte au 1/10 000 ème** pour **TRAIL ORIENTATION COURT**, **OUTSIDER**, **TRAIL ORIENTATION DÉCOUVERTE**
Impression sur Prêtex résistant à l'eau. Définitions des postes imprimées sur la carte en symboles IOF et distribuées au départ pour porte définitions (en texte pour circuits Trailer, Randonneur et Découverte).



- 📌 Chaque balise a une porte horaire indiquée sur la feuille de définition.
C'est-à-dire que passée cette porte horaire, la balise pourra avoir été enlevée.

◉ Chronométrage

↳ Chronométré

Utilisation de la Gestion électronique de course (SportIdent).

Les participants ne possédant pas un doigt "sport ident" (à préciser à l'inscription) seront équipés par l'organisation (prévoir une pièce d'identité à laisser à l'accueil ou un chèque de caution de 30€). Ce matériel devra bien entendu être rendu à l'arrivée...

Pour être chronométré, chaque participant devra présenter une **licence sportive** FFCO, UNSS ou FNSU de l'année en cours, ou un **certificat médical** de non contre-indication à la pratique sportive en compétition.

Dans le cas contraire, l'organisation sera contrainte de refuser l'inscription sur un parcours chronométré

↳ Non Chronométré

Possibilité d'effectuer les circuits **TRAIL ORIENTATION COURT** et **TRAIL ORIENTATION DÉCOUVERTE** sans être chronométré. Dans ce cas, aucune licence ni certificat ne vous seront demandés.

[[LIRE LE REGLEMENT DE L'EPREUVE](#)]

◉ Inscription

En ligne uniquement et avant le 23 Janvier à 23H
(date limite de réception des paiements le 28 Janvier)

Pour que votre inscription soit validée, il faut :

- vous inscrire en ligne** en suivant ce lien : <http://co-paca.info/inscription/>
- régler votre inscription**
 - par virement (RIB ci-dessous)
 - par carte bancaire (lien direct à partir du site d'inscription)
 - ou par chèque à l'ordre de "Athletic Club Aurélien"
- envoyer votre certificat médical** d'aptitude à la Course d'Orientation en compétition par mail ou par courrier si vous n'êtes pas licencié FFCO.

Les chèques et les certificats sont à adresser à : **Hélène KROL**
325 chemin des mille écus
13190 ALLAUCH

Possibilité de faire parvenir votre certificat médical par mail : ecureuils2017@sfr.fr

Crédit Mutuel

CCM AIX CHAPELIERS
TEL 08-20-88-78-89
4 PLACE DES CHAPELIERS
13100 AIX EN PROVENCE

Identifiant national de compte bancaire - RIB

Code Banque	Code Guichet	Numéro de Compte	Clé RIB	Domiciliation
10278	07963	00032277645	58	CCM AIX CHAPELIERS

Identifiant international de compte bancaire

IBAN (International Bank Account number)	BIC (Bank Identification Code)
FR76 1027 8079 6300 0322 7764 558	CMCIFR2A

TITULAIRE DU COMPTE
ACCOUNT OWNER

ATHLETIC CLUB AURELIEN
MME JOUVE COLETTE
MAISON DES SPORTS VAL DE L ARC
RUE DES INFIRMERIES

13100 AIX EN PROVENCE

Relevé d'identité bancaire-IBAN

Ce relevé est destiné à être remis, sur leur demande, à vos créanciers ou débiteurs, français ou étrangers, appelés à faire inscrire des opérations à votre compte (virements, paiements, etc...)

This statement is intended to be delivered, to those of your creditors or debtors who have transactions posted to account (credit, transfers, payments, etc....)



- Pensez absolument à indiquer lors du paiement à quoi correspond celui-ci (nom et circuit)
- **Une majoration de 5 € par personne sera appliquée pour tout paiement tardif, et vous ne pourrez vous inscrire que dans la limite des cartes disponibles.**
- Nous vous demandons de bien vouloir faire l'effort de valider votre inscription afin d'éviter une attente souvent longue et pénible pour tout le monde à l'accueil. Merci !

► Tarifs

Adulte / Licenciés (FFCO, UNSS, FNSU) **12 €** / Autres **15 €**

Moins de 18 ans / Licenciés (FFCO, UNSS, FNSU) **8 €** / **Autres 11 €**

Equipe : **30 €** / 3 Cartes et un doigt SportIdent (gestion électronique de course), uniquement sur circuits **TRAIL ORIENTATION COURT** et **TRAIL ORIENTATION DÉCOUVERTE**

► Matériel

- » Tenue adaptée à la course à pied ou à la marche en milieu naturel
- » Jambes couvertes (végétation basse)
- » Boussole conseillée.
- » **Attention** : Il n'y a pas de ravitaillement sur les circuits.
Les concurrents sont en autonomie complète en ce qui concerne l'eau et la nourriture.

► Sécurité

En cas d'abandon, nous vous demandons impérativement de le signaler à l'arrivée.

Fermeture des circuits à 15H, vous devez alors impérativement rejoindre l'arrivée

Nous vous conseillons d'avoir un téléphone portable,
Vous pouvez joindre l'organisation au 06 19 15 18 12

► Accueil et accès

- » **Accueil** à partir de 8H30 au centre équestre « Les Ecuries de Begadan » à PEYROLLES
(fléchage routier à partir du centre du village de Peyrolle : Chemin du Loubatas)
- » **Départ** de la compétition en masse à 10h00.

► Divers

- » **Postes de secours** (radio) indiqués sur la carte par une croix violette
- » Les zones interdites indiquées sur la carte (hachures rouges) doivent impérativement être respectées.
- » **Si vous courez avec votre chien**, il doit impérativement être tenu en laisse
(très important pour nos bonnes relations avec les chasseurs !)
- » **Soupe « maison »** offerte à tous les participants à l'arrivée
- » **Buvette** : boissons et petite restauration sur place

► Récompenses

- **Proclamation des résultats et récompenses à 14H30**

- par catégorie aux 3 premiers de chaque circuit chronométré, puis par tirage au sort à l'issue des podiums.
- aux seuls non-licenciés FFCO sur les circuits **TRAIL ORIENTATION COURT** et **TRAIL ORIENTATION DÉCOUVERTE**

- **Tirage au sort** d'un lot parmi les concurrents présents sur la ligne d'arrivée
(en cas d'absence, il sera effectué un nouveau tirage).
Pour participer au tirage au sort, écrire votre nom sur le « Bon Soupe» qui vous sera délivré à l'arrivée.
- **Résultats** sur le site : <http://ac.aurelien.free.fr>

Bonne course, bonne randonnée à tous !

Contact : 06 19 15 18 12 / ecureuils2017@sfr.fr

