

3ème Multi-sprints du Val d'Oise

organisé par l'A C BEAUCHAMP Course d'Orientation
le 19 juin 2016

à SAINT-OUEN L'AUMÔNE (95)

(Accès rapide et facile par A15 ou La Francilienne N184)



Principes du Multisprints :

Une variante de l'Orient'Show

Un terrain de jeu en très grande partie visible depuis la zone d'accueil

Carte au 1/1500ème réalisée en avril , mai 2016 par Bertrand PELLIN et Eric BOUDY

Un labyrinthe matérialisé par piquets et rubalise

Tous les coureurs participent à 4 courses et visiteront 95 postes

- 3 sprints de "classement" (3x1300m, 3x23 postes pour Adultes et Juniors ; 3x0,6km, 3x14postes pour les Jeunes : H/D 10-12)
- 1 sprint "Finale" avec départs échelonnés en fonction du classement des 3 premiers sprints

Pénalités : 2 minutes par poste manquant ou faux , 1minute par poste "en trop"

Classement général sur l'ensemble des 4 sprints

Lieu - Accès :

Parc Le Nôtre , Accès par rue du Parc ou Avenue de Verdun à SAINT-OUEN L'AUMÔNE

Accueil (GPS : 49,040609°N, 2,106912°E) à partir de 9h.,

Premier départ 9h30, dernier départ pour les 3 sprints de classement : 11h00

Pas de fléchage, pas de parking spécifique.

Accès possible par le RER C ou Transilien H, gare de SAINT-OUEN L'AUMÔNE à 600m

Accès possible par Transilien J gare de SAINT-OUEN L'AUMÔNE Quartier de l'Église à 300m

Inscription :

De préférence à l'avance sur formulaire disponible sur le site du club (limite vendredi 17juin 24h00)

Inscription à la compétition possible sur place dans la limite des cartes disponibles. Nombre de participants limité à 120 coureurs

Possible pour les non-licenciés à condition de joindre, **obligatoirement**, au formulaire d'inscription un **certificat médical de non contre indication à la pratique de la course d'orientation en compétition.** Sans ce certificat médical, les non-licenciés pourront découvrir notre activité sur un réseau de postes. Un atelier "Découverte" leur sera particulièrement réservé.

Passage obligatoire à l'accueil pour paiement et retirer les dossiers

Tarif licenciés:

Adultes : 8€ ; Jeunes (jusqu'à H et D18 compris) : 5€

Tarif non-licenciés

Compétition (avec certificat médical) : Adultes 11€, Jeunes (jusqu'à 18ans compris) : 8€

Réseau Découverte : 5€

Location de SportIdent : 2€ (caution de 30€ ou carte d'identité)

Pour tout renseignement :

Bulletin d'information complet et bulletin d'inscription sur le site du club : www.acbeauchamp-orientation.net

par mël : abcotresorier@gmail.com

Gérard LEFRANÇOIS : 06 77 96 11 88