



Ouvert à tous ! COURSE D'ORIENTATION à PIED

Départementale

en FORET DE FONTAINEBLEAU

dimanche 27 septembre 2009

Site internet : <http://opamontigny.free.fr/>

- ORGANISATEUR :** Orientation Plein Air Montigny / Loing
TRACEUR : Roxane MAINE parrainée par Jean SIMONET
ACCUEIL : à partir de 9h00 sur les lieux de course
FLÉCHAGE: Obélisque de Fontainebleau
DEPARTS : De 9H30 à 12 h00 **Attention fermeture des circuits à 14 heures ne partez pas trop tard si vous êtes débutant**
CARTE: Le Carrosse au 1/7500^{ème}. ou au 1/5000^{ème} pour les circuits courts
CIRCUITS PROPOSES :

Circuits	Niveaux techniques	Dénivelé	Longueur	Postes
Circuit A	Difficile	En attente	9230m	24
Circuit B	Difficile	"	7390 m	19
Circuit C	Difficile	"	5410 m	20
Circuit D	Difficile	"	4240 m	15
Circuit E	moyen	"	3100 m	13
Circuit F	facile	"	2360 m	8
Circuit Jalonné	pour les jeunes enfants	"	1950 m	7

INSCRIPTIONS :

■ **Licenciés:**

- Attention pour les nouveaux licenciés : Seuls les coureurs présents dans l'archive fédérale 3 jours avant la course pourront être inscrits sur un circuit compétition. Assurez-vous que votre responsable club a bien effectué votre demande de licence.
- Inscription sur place à partir de 9H30

■ **Non Licenciés :**

Inscriptions sur place à partir de 9h30

TARIFS :

- Licenciés : + de 18 ans : 5 €, moins de 18 ans : 3,50 €, jalonné : 2,50 €
- Non licenciés FFCO compétition (délivrance d'un Passp'orientation):
 - Individuels : 19 ans et plus : 8.00 euros - 18 ans et moins : 6.00 euros
 - Famille: Adulte : 6.00 euros - Enfant : 2.00 euros
- Location du pointeur sportident: 2,00 euros (caution 25 euros).

Le passp'Orientation est obligatoire pour les licenciés raid et tous les non licenciés FFCO compétition. A l'exception des licenciés UNSS (présentation obligatoire de la licence)

-Les non licenciés souhaitant être chronométrés, devront fournir un certificat médical (ou photocopie certifiée conforme) de non contre-indication à la pratique de la course d'orientation de moins de un an, ou encore présenter une licence UNSS.

Pour les autres, circuit libre, sans chronométrage.

Possibilité de courir sans pointeur, mais avec un carton de contrôle, dans ce cas vous ne serez pas chronométré

RENSEIGNEMENTS:

Par mail: opa.montigny@free.fr

Philippe TESTOUD: 01 64 45 98 47

Maryvonne GOFFRE: 01 64 78 37 19

Odile Vardanéga: 01 64 45 70 43

DIVERS :

Buvette