

LE FAUCON AZIMUTÉ

Numéro 9

Décembre 2005

Venise 2005

Un inscrit - Un podium pour l'A.C. BEAUCHAMP

Depuis que j'ai la chance d'avoir plus la possibilité de prendre de vacances puisque j'y suis perpétuellement, une bonne partie de mes déplacements sont liés à des compétitions de course d'orientation.

J'ai ainsi pu participer, cette année, à 5 jours en Angleterre liés à l'étape de Coupe du Monde au 1er mai, aux 5 jours de France dans les Causses (dont nous avons eu un brillant compte-rendu dans le numéro précédent), aux 6 jours d'Ecosse début Août, aux Championnats de France fin Août.

Au printemps, lorsque j'ai recherché, en surfant sur le Web (moderne!), les courses à étapes auxquelles je pourrai participer, je suis tombé, par hasard, sur l'existence d'une course dans les rues de Venise qui en était à sa 26ème édition. Étant déjà allé visiter avec ma petite famille cette ville il y a bien longtemps, j'ai tout de suite été emballé à l'idée d'y participer à une course d'orientation.

Début Septembre dès que le site 2005 a été ouvert, je me suis précipité pour m'inscrire. Surprise, on pouvait s'inscrire sans payer les droits d'inscription immédiatement et ne les régler qu'à son arrivée sur place au centre de course (sympa ! , on économise les frais bancaires toujours importants). Après l'inscription à la course, au diable mes varices !!, achat du transport en avion et du séjour en hôtel (en plein centre, à 150m de la Place St Marc et 200m du pont Rialto) .

Pour patienter, Hélier me fait part de l'existence de la mise en ligne par Éric VANNIER sur le forum de CO-news d'une carte avec un circuit Élite sur laquelle il a tracé son cheminement. Je l'imprime et en fait mon livre de chevet. Je comprends tout de suite la difficulté principale: il ne faudra jamais se laisser influencer par le trait rouge joignant deux postes, il faudra choisir son parcours à l'envers du poste auquel on veut aboutir au poste duquel on part en se basant sur les ponts (seul moyen de traverser les canaux).

La course a lieu le dimanche 13 novembre, mais une carte d'entraînement est disponible dès l'ouverture du centre de course le samedi à 10h et une course "en parc" est organisée le samedi après-midi. Bien décidé à en profiter au maximum, je pars donc le vendredi après-midi, arrive en début de soirée et suis donc ainsi fin prêt dès 10h pour l'entraînement.

Il s'agit d'un réseau de 13 postes à parcourir à son

aise. La carte au 1/5000 ème est celle de l'île de San Elena située le plus à l'Est de Venise; C'est le seul endroit où il y a un peu de verdure sous la forme de deux petits parcs. On trouve également un réseau de rues typiquement vénitien-nes même si celles-ci sont moins piégeantes car avec moins d'impasses, de rues débouchant sur un canal sans pont. Une bonne découverte cependant, même si le temps est brouil-lardeux et frais.



Un repas composé d'un bon plat de pâtes aux "vongoles" (sorte de palourdes de la lagune vénitienne), un minuscule café expresso (je saurai qu'il faut demander un café longo pour avoir une petite tasse pleine !!) et me voilà prêt pour prendre le départ de la course en parc.

3km, 11 postes sur une carte au 1/5000 ème située entre la place St Marc et l'Arsenal où se trouve le Palais des Sports qui servait de centre de course.

Cette fois-ci , je rentre dans le vif du sujet avec une course chronométrée (au carton seulement) dans une Venise typique. J'applique à la lettre mes résolutions. Ainsi je suis de balise en balise exactement l'itinéraire que je me définis au fur et à mesure en prenant soin de savoir à tout moment où je suis. Cela me paraît indispensable car je ne vois pas comme me resituer rapidement s'il m'arrivait d'être dans le noir. Un moyen cependant qui me paraît possible c'est de chercher à se rendre sur une place, la plus vaste possible, d'apprécier sa "forme" et les rues qui y débouchent et de rechercher sur la carte la place qui répond à ces deux caractéristiques. Résultat : 32 minutes

pour 3km topo, 4,320km réels et 23 ponts traversés, 62ème sur 86 toutes catégories Hommes confondues.

Retour à l'hôtel. Bain. Pizza. Tiramisu. Promenade .

Lecture des consignes de courses pour le lendemain:

Parcours H55, 5030m . 8 postes seulement. J'aurai ,le lendemain par des ''anciens'', la confirmation d'un changement de ''politique'' du traceur en mettant moins de postes que les années précédentes, ce qui impliquera des inter-postes plus longs donc des itinéraires à trouver plus fouillés, moins évidents, plus délicats, il faudra être encore plus concentré ! Tiens, dans la colonne suivante, il n'y est pas indiquée la dénivelée mais le nombre de ponts (40). Je ne comprends pas tout de suite l'importance de ce renseignement, je le ressentirai réellement le lendemain pendant la cours, car avec un moyenne d'au moins 3 m par pont cela représente quand même un minimum de 120m de dénivelée !!.

Je remarque également le paragraphe 5 : Il est strictement interdit de traverser les canaux à la nage ou d'utiliser les bateaux !! Précisions importantes !!

A noter également le point 10 : nous prions les concurrents de respecter les habitants et touristes de Venise, j'en ai déjà eu l'expérience cet après-midi dans certaines rues centrales, le passage est délicat (cela m'arrange en me donnant une bonne raison de ralentir le rythme de course !!)

Repos

Le lendemain temps gris, frais . Vaporetto jusqu'à l'Arsenal . 200m pour revenir au centre de course. Pour se changer nous disposons d'une grande salle de sport au sous-sol, il est très difficile de trouver un petit espace pour y déposer ses affaires, il y a 3610 inscrits sans compter les nombreux scolaires pour lesquels une course est organisée sur la partie Est de Venise.



Dans les escaliers, je croise Mathias pour qui c'est la 12ème participation, échange rapide d'impressions car il doit se changer vite pour son départ tout proche. J'ai le temps de flâner un peu, de prendre quelques photos, de sentir un peu l'atmosphère du départ et de l'arrivée.

11h42 c'est l'heure de mon départ. Carte au 1/7500ème ,

tout Venise sur une page de journal A3.



La première balise est dans la partie déjà parcourue la veille dans la course Park-O.

La deuxième se trouve aussi dans cette partie mais plus vers le centre , il faut parcourir sur la fin des rues étroites bourrées de touristes.

3ème balise plus au Nord.

Mais c'est le cheminement 3-4 qui me surprend : balise 3 sur la rive gauche du Grand Canal, balise 4 sur la rive droite de ce même Grand Canal, distance topo environ 600m . Mais qui connaît un peu Venise, sait qu'il n'y a que 3 ponts pour traverser le Grand Canal un au Nord près de la gare, un au centre le pont Rialto avec ses boutiques, ses touristes, et le troisième plus au Sud celui de l'Académie. C'est le Rialto que je dois prendre, je suis donc obligé de reprendre le cheminement 2-3 à l'envers sur près de trois-quarts du chemin, je retrouve donc la zone très touristique. Il y est plus difficile de se concentrer sur sa carte, car il faut bien regarder devant afin de ne pas bousculer les touristes. Si bien qu'à un moment je ne ressens plus exactement ma position, heureusement je me situe alors très proche du Rialto dans un coin que je reconnais pour y avoir flâner vendredi et samedi soirs puisque mon hôtel n'était pas loin . Je rejoins donc le Rialto sans regarder la carte, en analysant mon parcours après la course, je m'aperçois que j'ai toujours suivi le chemin que je souhaitais prendre, je ne me suis donc pas égaré comme je l'avais craint.. Je traverse le Rialto sur le côté comme me l'avait conseillé Éric Vannier car le passage central est très souvent bouché par les visiteurs. Une bonne montée , les marches 2 à 2, puis la traversée du marché, cheminement en ligne droite mais le problème reste le monde. La 4ème se trouve accrochée à la balustrade d'un charmant petit pont pour 600m topo, j'aurai parcouru 1200m réels.

Oh! surprise, même problème pour aller à la 5 qui se trouve sur l'autre rive du Grand canal, plus au SE, distance topo 750m (mais il faudrait traverser le Grand Canal à la nage) , le trait rouge passe parfaitement au milieu du Rialto et du pont de l'Académie, malin ce traceur !! Je fais le choix ''touristique'' de descendre jusqu'au pont de l'Académie au Sud quitte à devoir remonter un peu au Nord en-



suite. J'y vois sur le moment quatre intérêts : passer par le Rialto m'obligerait à rebrousser chemin sur plus de la moitié de l'itinéraire (peu amusant, je viens déjà de donner entre 3 et 4), je vais retomber dans la foule sur presque tout le trajet, la première partie de l'itinéraire est proche du trait rouge, même si ensuite je dois m'en éloigner beaucoup et enfin je ne connais pas le quartier que je vais devoir traverser par mon choix.

En chemin, au détour d'un pont, un "Allez BEAU-CHAMP" me parvient, c'est Éric Vannier qui me croise, je lui lance un "Allez Melun" même si , je l'ai su après, il s'était inscrit sous un club italien.

Pas de problèmes d'orientation, je passe exactement où je le veux, je me repère bien à chaque place comme je l'avais prévu.

Le pont de l'Académie, ça monte. Pas de problème pour trouver la 5 mais 1920m réels pour 750m topo. Tant pis je me suis bien amusé.

5 à 6 : choix proche du trait rouge et dernière partie dans un coin que je connais, je passe devant mon hôtel j'aurai dû y déposer du ravitaillement !!

6 à 7 : une distance plus raisonnable pour cet interposte. Pointe NE de la place St-Marc. Je suis me retrouve dans la foule de "japonais" et même, emporté par leur élan, je manque de rentrer avec eux dans la visite du Palais des Doges, Halte là !, je dois tourner à droite pour prendre le pont derrière le fameux Pont des Soupirs .

7 à 8 : c'est la fin. Je retrouve rapidement le même chemin que pour aller la dernière de samedi. Un dernier virage à gauche, traversée de la terrasse d'un café, peu de monde à cette terrasse vue la température. Plus que 300m sur le grand quai en bordure Sud de la ville et 3 ponts mais quels ponts , hauts! Heureusement, la ville a lancé depuis peu une campagne pour le cheminement des handicapés et ces trois ponts sont équipés de rampes, plus douces que la montée par les marches, tous les orienteurs en profitent. Arrivé en haut du dernier pont j'entends un grand "Allez, Gérard" c'est Abi qui, déjà arrivée, m'encourage en attendant l'arrivée de Mathias. Ca fait plaisir !!

Dernière balise , couloir d'arrivée de 150m. Les jambes sont dures, mais quel pied! C'est déjà fini. Dommage !

59 minutes tout rond!

Malheureusement nous devons déposer les cartes, cela ne permettra pas de commentaires précis à chaud entre nous tout de suite. Autre déception, nous devons rendre nos dossards, je l'aurai bien encadré chez moi en souvenir de cette course si particulière et tellement enthousiasmante.

Un thé chaud et des petits gâteaux pour se refaire un peu.

Mathias arrive bien vite. Nous échangeons nos impressions, Mathias a trouvé la course "trop facile du fait du plus petit nombre de balises". Abi trouve que 6 minutes derrière la championne du monde c'est bien, mais

qu'elle aurait pu faire mieux, jamais contente Abi !!



Mais alors le titre de cet article !! Eh, oui il y avait bien un inscrit de Beauchamp, moi mais vous doutiez bien que le podium ça ne pouvait être moi. Cependant il y a bien eu un podium, la troisième place d'Abi qui avait choisi de s'inscrire sous les couleurs de son club anglais, mais en tant que licenciée aussi chez nous, on prendra aussi pour nous cette magnifique performance.

Et moi, eh bien une 36ème place sur 64 classés. C'est pas mal mais ça aurait pu être mieux (tiens, comme Abi !!). Peut-être le choix 5-6 m'a coûté un peu de temps mais je ne regrette pas, je m'y suis mieux amusé.

J'ai peut-être été un peu long, mais je tenais à vous faire partager l'immense plaisir (c'est même encore plus que ça) que m'ont procuré ces deux jours très particuliers d'orientation.

Si vous voulez en savoir plus, consultez le site 2005 du meeting: <http://www.orivenezia.it/mov/movbase.asp?lang=enq&page=info>

Vous pouvez aussi vous reporter au forum de co-news.com en lançant une recherche sur « Venise »

N'hésitez pas à m'en parler.

Rendez-vous le 11 novembre 2006 à 10h au Palais des Sports de Venise pour l'entraînement et le 12 pour la grande course. J'y serai car comme le dit Abi on devient vite "addict"

Ca y est, Étienne tu l'as ton article.

Gérard L.

Merci GG. Ça m'a l'air sympa. J'essaierai de me libérer l'année prochaine pour participer à cette course unique. EP

CHALLENGE LIFCO 2005

Le challenge LIFCO s'est terminé le 3 décembre avec la Régionale au Bois Rond. Bravo Martine, Gaël et Clarissa

Circuit A

- 1 RICARD Gael 9502IF HSe 377,27**
 16 WAMSTER David 9502IF HSe 283,11
 43 BARDOUILLE Serge 9502IF HV1 152,69
 48 CASTAING Olivier 9502IF HSe 146,22
 57 PASTOR Philippe 9502IF HSe 122,33

Circuit B

- 47 LAURENT Michel 9502IF HV1 148,54
 49 CHIRAUX Anthony 9502IF HSe 145,91
 58 THURIOT Kevin 9502IF HSe 105,19
 73 NOBILI Jacques 9502IF HV1 75,71
 74 BOURRET Claude 9502IF HSe 74,32
 83 PELLIN Bertrand 9502IF HV1 65,31

Circuit C - Dames

- 3 BORCHORST Clarissa 9502IF DSe 293,55**

Circuit C - Hommes

- 6 DEROME Gerard 9502IF HV2 294,65
 9 COUTURIER Claude 9502IF HV2 265,76
 15 BOITEL J-Marc 9502IF HV2 225,34
 19 LEFRANCOIS Gerard 9502IF HV2 207,46
 31 PHILIPPOT Etienne 9502IF HV1 147,84
 36 GROC Alain 9502IF HV1 90,31

Circuit D - Dames

- 1 WIBART Martine 9502IF DV1 400,00**
 20 GROC Claire 9502IF DV1 128,42
 21 RENAUT Sylvie 9502IF DV1 113,01
 30 COQUET Christelle 9502IF DSe 70,00
 33 LECLAIRE Sarah 9502IF DSe 63,08
 37 BORCHORST Clarissa 9502IF DSe 56,77

- 39 BOUCHER Lucie 9502IF DSe 52,98
 43 AILLOT Annie 9502IF DV2 48,69

Circuit D - Hommes

- 20 LEFRANCOIS Gerard 9502IF HV2 47,15
 24 RENAUT J-Claude 9502IF HV2 35,84

Circuit E - Dames

- 12 AILLOT Annie 9502IF DV2 212,20
 23 GROC Claire 9502IF DV1 63,06

Circuit E - Hommes

- 8 AUVERLOT Ludovic 9502IF HMi 137,62
 10 DUPUIS Theo 9502IF HMi 71,96

Circuit F - Dames

- 18 DUPUIS Lea 9502IF DBe 26,99

Circuit F - Hommes

- 17 DUPUIS Simon 9502IF HBe 25,95



Le raid des Forêts du Val d'Oise

Réflexions d'une débutante.

Honnêtement, quand vous m'avez demandé la première fois si je voulais participer activement au raid dans l'équipe féminine du club, je pensais « 70 km... mais comment c'est possible ?? », mais il faut jamais dire jamais et vu que j'aime bien tenter l'impossible...j'ai dit oui. Et quelle belle expérience !



Nous étions 4 - Martine, Christelle, Sophie et moi. On s'est retrouvé à la Mayotte samedi après-midi ; Martine enrhumée depuis une semaine et moi sans casque... ça commençait bien... mais Franck a été très gentil et m'a prêtée non seulement un casque mais aussi des gants pour qu'on puisse entamer la première épreuve : 10 km de VTT Orientation. Me voilà pour la première fois de ma vie sur un VTT en forêt. J'étais avec Christelle et Sophie qui maîtrisent ça à la perfection et je devais monter des côtes de fou sur mon nouveau vélo (acheté pour l'occasion) dont les vitesses étaient mal réglées.... Je pense que je n'exagère pas en disant que j'ai vraiment galéré ! ☺ Merci à Christelle et Sophie d'avoir été si indulgentes et patientes... ☺

J'avoue que j'étais plus que contente d'avoir quelques heures et un dîner avant de reprendre les étapes.

La CO de nuit était pour moi l'une des plus belles expériences du raid. On était Martine, Sophie et moi. Martine - notre leader - avait la frontale du club, mais on n'en a profité que pendant les 5 premières minutes, car la lampe s'est décidée de tomber en panne. Heureusement, Martine avait emmené une torche de réserve... Techniquement la course était relativement facile et c'était un vrai plaisir d'enchaîner poste après poste. On courait bien mais j'avais les jambes comme des spaghettis trop cuits... ! On a fait une belle course mais on a eu 20 (?) minutes de pénalité parce qu'il y avait un poste dont le boîtier était placé sur un autre arbre que la toile. On ne l'a pas trouvé et donc pas pu poinçonner. Pourtant, on avait bien trouvé la balise... ☺

Mais ce n'est pas grave. Le rendez-vous avec Morphée, bien que très bref, était le bienvenu.

Dimanche matin : départ du raid « light » en footing. Martine, Christelle et moi sommes parties à une bonne vitesse pour les 10 (?) km jusqu'au départ des canoës. Ces deux coureuses professionnelles m'ont presque tuée... ☺ c'est là où je me suis vraiment rendu compte qu'au niveau physique j'ai encore du boulot... Dans le canoë j'étais bien contente d'être au milieu et ne pas devoir pagayer. Même si c'était un peu froid, car à chaque fois que Christelle, qui était derrière, changeait de côté, je prenais inévitablement de l'eau. C'était difficile d'éviter de zigzaguer, mais on s'est bien marré et le tour de l'île était très joli. Etant gelée à l'arrivée j'étais bien contente d'enchaîner à pied pour l'épreuve bike and run avec 1 vélo et 2 coureuses. On était Martine, Sophie et moi à essayer de suivre les indications souvent pas très claires en traversant la belle et très pentue forêt de Carnelle. Sur mon vélo, que l'on avait pris, il n'y avait pas de compteur... grosse erreur ! Là on a perdu beaucoup de temps et on s'est tapé plein de montées inutiles. Mais c'était quand même sympa. Arrivées là où nous attendait Christelle on a enchaîné - Christelle, Sophie et moi - après avoir avalé une barre énergétique, avec du VTT sur road book. Avec le compteur de Christelle, cela allait mieux, mais moi je me souviens surtout d'avoir galéré avec mes vitesses qui maintenant ne voulaient rien entendre de mes ordres.



Ensuite c'était la CO. J'ai failli dire que j'avais besoin d'être remplacée parce que j'avais vraiment plus de jus dans les jambes. Mais en même temps c'était la CO que j'adorais le plus et je savais que Christelle préférerait épargner son genou de cela, donc j'ai continué. On avait trois cartes mais c'était encore surtout Martine qui guidait, ce qu'elle faisait très bien. C'était plaisant et on a réussi à tout faire sans trop d'erreurs en 1 h 05 je crois. Pendant cette course on a vu l'équipe masculine du club qui faisait du bike and run, à la vitesse de la lumière d'ailleurs. A la fin j'avais tellement mal aux jambes que Sophie m'a pris la main pour m'encourager à donner les dernières forces pour la balise d'arrivée. Là, j'ai succombé. On avait prévu que je continue avec Christelle et Sophie pour le VTT road book mais je n'en pouvais plus. Martine m'a remplacée et je me suis bien re-

posée dans la voiture en allant au prochain rendez-vous. Là j'ai repris le vélo de Martine, et Christelle, Sophie et moi avons fini jusqu'au stade de Beauchamp en suivant une carte pas facile à lire où il fallait trouver 4 balises d'après mes souvenirs. Nous étions bien contentes d'arriver à la fin et de pouvoir finir le raid. Ne restaient que 9 flèches à tirer. Il y en avait 3 chacune. C'était Christelle, Sophie et Martine qui ont suivi le cours intense de quelques minutes d'instructions, et qui ont testé leurs talents. Je n'avais pas cru possible de parcourir une telle distance avant de le faire, et c'est principalement grâce à l'esprit d'équipe et la bonne atmosphère motivante que j'ai réussi. Merci à tous les organisateurs et à l'équipe pour cette expérience magnifique que je n'hésiterai pas à refaire l'année prochaine si l'occasion se présente.

Clarissa



Sur le podium avec M. le Maire de Beauchamp et la présidente de l'OMS

BRAVO les filles, j'espère que vous vous préparerez un peu mieux côté matériel l'an prochain, pour rééditer votre exploit. EP

Coupe France 2006

Catégorie : DMi

1 FLAMBEAU Mathilde 8807LO 399.4
34 BOCAUT Gabrielle 9502IF 316.4
58 classés /91 ont marqués des points

Catégorie : HMi

1 BASSET Lucas 6911RA 400
17 WIBART Marc 9502IF 370.17
58/103

Catégorie : HCa

1 RAIMBAULT Just 7715IF 399.4
47 WIBART Patrick 9502IF 256.33
70/109

Catégorie : HJu

1 TRANCHAND Frederic 4203RA 400
GROC Thibault 9502IF 194.65 non classé
ARRIBE Thibaut 9502IF 58.42 non classé
63/101

Catégorie : DSe

1 DODIN Celine 8809LO 500
66 BORCHORST Clarissa 9502IF 312.83
120 WEEDS Abi 9502IF 244.9
146 COQUET Christelle 9502IF 199.39
MOREAU Nathalie 9502IF 106.22 non classé
LECLAIRE Sarah 9502IF 100.11 non classé
VILLET Aurelie 9502IF 58.88 non classé
CHIRAUX Severine 9502IF 28.13 non classé
210/374

Catégorie : HSe

1 GUEORGIU Thierry 4201RA 500
37 RICARD Gael 9502IF 407.92
87 CASTAING Olivier 9502IF 364.06
98 VENON David 9502IF 354.9
126 WAMSTER David 9502IF 330.51

157 MAHR Matthias 9502IF 308.79
212 CHIRAUX Anthony 9502IF 270.4
THURIOT Kevin 9502IF 149.26 non classé
BOURRET Claude 9502IF 69.09 non classé
MOREAU Laurent 9502IF 49.67 non classé
396/800

Catégorie : DV1

1 PREVOST Pascale 7707IF 399.43
5 WIBART Martine 9502IF 386.88
58 GROC Claire 9502IF 293.22
RENAUT Sylvie 9502IF 22.67 non classé
167/266

Catégorie : HV1

1 MONSCHEIN Robert 7306RA 400
92 WIBART Helier 9502IF 310.46
124 NOBILI Jacques 9502IF 286.36
153 PHILIPPOT Etienne 9502IF 266.52
164 GROC Alain 9502IF 258
BARDOUIL Serge 9502IF 117.17 non classé
DEMOISSON J-Luc 9502IF 57.3 non classé
LAURENT Michel 9502IF 50.83 non classé
310/566

Catégorie : DV2

1 VAGNER Christine 5702LO 400
106 AILLOT Annie 9502IF 46.35
109/160

Catégorie : HV2

1 BOUSSER Etienne 7701IF 399.68
110 SAINT-UPERY Patrick 9502IF 269.73
112 LEFRANCOIS Gerard 9502IF 265.62
167 DEROME Gerard 9502IF 190.38
BOITEL J-Marc 9502IF 109.25 non classé
LORETTE J-Loup 9502IF 71.23 non classé
COUTURIER Claude 9502IF 20 non classé
RENAUT J-Claude 9502IF 7.28 non classé
209/310

Nationale 2 à La Bourboule

Pas de compte rendu mais un Énorme Bravo à Martine qui gagne la catégorie HV1



Le mot du Rédacteur :

Enfin un n° où je suis avant tout rédacteur en chef avant d'être journaliste !!!

Merci à Clarissa et Gérard L. qui ont écrit des articles sur leur première expérience respective.

Première CO en ville à Venise ou premier Raid multiactivités, chacun vous la fait vivre passionnément. Cela vous donnera peut-être envie d'essayer ces formes différentes de CO.

J'espère que d'autres les imiterons pour faire vivre ce journal.

Concernant la question posée à la fin du dernier numéro sur le clin d'œil que j'y ai fait :

A toutes les pages vous avez une référence à Thierry Georgiou notre triple champion du Monde... Vérifiez vous même !!

Etienne

ENTRAINEMENTS 1^{er} Semestre 2006

Héliér vous propose des entrainements le samedi après-midi (RDV 14h00).

Ouvert gratuitement à tous les beauchampois nous accueillons des orienteurs de passage (moyennant le paiement de la carte). Merci de lui passer un coup de fil la veille pour qu'il est idée du nombre de participants.

N° de tél d'Héliér : 01.34.69.10.61 et email : h.wibart@libertysurf.fr

Date	Carte	Lieu RDV
Samedi 14 Janvier	Montmorency Camp César	Carrefour 4 Cèdres D192 (étang Godard)
Samedi 28 janvier	Isle Adam Est	Parking Sud D9 sortie Baillet en France.
Samedi 11 Mars	Carnelle	Parking de la Pierre Turquoise par la D78

Bilan Sportif 2005 du club

Les classements sont enfin achevés, nous pouvons déjà faire le bilan de cette année sportive :

Nous devons encore constater la baisse de notre classement club à la Coupe de France 33^{ème} sur 172 (30^{ème} en 2004) malgré 754 points de plus. Plusieurs podiums et surtout la très belle 1^{ère} place de Martine à la Nationale 2 ont cependant récompensé nos déplacements aux courses fédérales.

Heureusement notre magnifique 5^{ème} place au championnat de France des Clubs à Loches compense largement cette petite déconvenue; elle restera longtemps je crois dans nos mémoires.

Au niveau régional, notre plus grande assiduité et l'excellence de nos meilleurs représentants nous permet d'améliorer grandement notre classement du challenge LIFCO où nous sommes 4^{ème} sur 22 soit un bond de 9 places !! Une place à conserver en 2006...

CALENDRIER 2006

DATE	NIVEAU - TYPE de COURSE	PARTICULARITE	CARTE - LIEU	FLECHAGE	ORGANISATEUR	TELEPHONE
Dim. 8-janv	Départementale	Départs en masse:10h	Fbleau Les Ecouettes	D116-D138	AS Samoisi	06 87 32 22 99
Jeu. 12-janv	Universitaire (ouvert licenciés FFCO)	1er départ 13h30		www.crsuidf.com		06 82 90 90 12
Dim.22-janv	Régionale 1	1er départ 10h	Mont Aiveu	Obélisque Fontainebleau	OPA Montigny	01 64 78 37 19
Sam.28-janv	Course au Score	Dép.14h30 - 16h30	Montigny le Bx	D91/D36	GO 78	01 30 44 13 55
Dim.29-janv	Départ. (CO pedestre + VTT)	1er départ 10h	Beauvais 91	D75-D948	COLE + LOA	01 60 80 38 73
Jeu.2-fev	Universitaire (ouvert licenciés FFCO)	1er départ 13h30		www.crsuidf.com		06 82 90 90 12
Dim.5-fev	Départ. (CO pedestre + VTT)	Départs en masse:10h	Fontainebleau	D409/D301	CD 77	06 87 32 22 99
Dim. 12-fev	Départementale	1er départ 10h00	Fbleau Rocher la Reine	Arbonne (sortie Sud)	EIS	02 38 92 81 36
Dim.26-fev	Régionale 2		Plaisir (St Apolline)	N12 (sortie Neauple le Ch)	LIFCO	06 78 16 30 17
Dim.5-mars	INTER-REGIONALE LD	Inscr. J - 15	Ardennes	Voir O'Mag	CD 08	
Dim. 12-mars	Sprint + Moyenne Dist.	Sprint:9h15;Moy.Dist:10h15	Fbleau La Salamandre	D409/D301	Pôle Espoir	06 87 32 22 99
Jeu.16-mars	Universitaire (ouvert licenciés FFCO)	1er départ 13h30		www.crsuidf.com		06 82 90 90 12
Dim.19-mars	INTER-REGIONALE IF		Montmorency Sapins Brulés	D104 Sortie Chauvry	CD CO 95	06 82 90 90 12
Sam.25-mar	Champ.LIFCO Sprint & Moyenne Dist.	1er départ 14h	Fbleau Grotte Béatrix	Obélisque Fontainebleau	OPA Montigny	01 64 78 37 19
Sam.26-mar	Départementale		Boisses La Bertrand	Les Courtilleraies	CSLG	01 64 39 11 51
Ven.31-mars	Tous azimut (Course à la balise + CO de Nuit)	16h-18h et 20h-22h	Parc Dep. Haras de Jardy (Fausse Repose)	A13 Sortie Vaucresson	Cons.Géné.92	01 41 37 13 17
Dim.2-avr	INTER-REGIONALE (Nord))	Inscr. J - 15	St Gobain (02)	Voir O'Mag	ARO + Noyon CO	
Dim.9-avr	Relais Champ. des Clubs LIFCO	Inscr. J - 15	Fontainebleau	Obélisque Fontainebleau	Balise 77	01 64 24 26 41
Sam.22-avr	Challenge Nat.Ecoles de CO +Sprint LIFCO	Dép. 14h30 - 16h30	Base de St Quentin en Yvelines	N10-D912 entrée Sud Base de Loisirs	GO 78	01 30 44 13 55
Sam.22-avr	CO de Nuit	21h	Voisins le Bretonneux	D36-D91 Voisins le Bretx	PM Team	01 30 44 13 55
Dim.23-avr	Challenge Nat.Ecoles de CO + Départementale LIFCO		Bois d'Arcy	D11 - D127	GO 78	01 30 44 13 55
Sam.22 & Dim.23-avr	Raid Multi-Orientation		Montigny sur Loing	Obélisque Fontainebleau	OPA Montigny	01 64 78 37 19
Dim.30-avr	Sprint + Moyenne Dist.	Sprint:9h15;Moy.Dist:10h15	Poligny (77) Mer de Sable	A6 Sortie Nemours	US Melun	01 45 70 70 21
Sam.6 & Dim.7-mai	Chal.Orient'Essonne (Sprint + Nuit + Longue Dist.)		Etampes ; Dourdan	Sam: N20 SE Etampes Dim:D5-D836 S Dourdan	CD 91	01 60 80 38 73
Dim.14-mai	Départementale		Isle Adam	D64 entre Nerville & Mafliers	MJC Sarcelles	01 34 19 75 94
Mer.7-14-21-28-juin	Trophée de St Quentin en Yvelines	Départs 18h à 20h	http://perso.club-internet.fr/rautorie/trophee_2005		MSO + GO 78	01 30 44 13 55
Sam20 & Dim.21-mai	Champ.de France des Clubs	+ Moyenne Distance	Voir O'MAG			
Dim.11-juin	Régionale 3		Poligny (Vallée des Chataigners)	A6 Sortie Nemours	US Melun	01 45 70 70 21
Dim.18-juin	INTER-REGIONALE IDF	1er départ 9h	Fbleau Bois Rond	Arbonne (sortie Sud)	EIS + Bal 77	02 38 92 81 36
Dim.25-juin	1ère NATIONALE		Voir O'MAG		LBO	
23-27-août	Champ. De France		Voir O'MAG		LLO	
Dim.3-sept	Départementale Sprint + Moy.Distance	1er départ 9h30	Buthiers (Base de Loisirs)	N152 Base de Loisirs	EIS	02 38 92 81 36
Dim.10-sept	INTER-REGIONALE Nord		Voir O'MAG		TA Douai	
Dim.17-sept	Départementale		Montmorency Nid d'Aigle	D909 entre Montignon & Bouffémont	MJC Sarcelles	01 34 19 75 94
Sam16 & Dim.18-sept	Ch.de Fr. de Nuit + Ch de Fr.par équipes (Jukola)		Voir O'MAG		6803	
Dim.24-sept	Régionale 4		Marly	D98 - D307	GO 78	01 30 44 13 55
Sam.30-sept & dim.1-oct	Raid Forêts du Val d'Oise		Voir O'MAG		ACBeauchamp	06 82 90 90 12
Dim.1-oct	Départementale (Course au Score)		Val d'Oise		ACBeauchamp	06 82 90 90 12
Dim.8-oct	2ème NATIONALE		Voir O'MAG		LAU + FFCO	
Dim.15-oct	Départementale	1er départ 10h	Fbleau Tour Denecourt	Gare Avon - Fbleau	AS IGN	08 70 3796 70
Dim.22-oct	Régionale 5	1er départ 9h30	Monthéry Est	D93 - D3	CDCO 91	01 60 80 38 73
Sam.11-nov	Défi LOA	Raid Multi-Sports	Nainville 91	D75-D948	LOA	01 69 01 34 98
Dim.12-nov	Régionale 6	1er départ 9h30	Fbleau Appremont	Barbizon	CSLG	01 64 39 11 51
Sam.18-nov	Sprint + CO de Nuit	14h-17h + 18h-21h	Beauchamp	A115 Sortie 4 Beauchamp	AC Beauchamp	06 82 90 90 12
Dim.19-nov	Rand'O du Castor		Bois d'Arcy	D11-D127	Guyancourt Orient. 78	01 30 44 13 55
Dim.26-nov	Départementale	1er départ 10h	Larchant	Obélisque Fontainebleau	Balise 77	01 64 24 26 41
Dim.3-dec	Régionale 7		Rambouillet	N10 Sortie Rambouillet	MSO	01 30 44 01 62
Dim.10-dec	Départementale	1er départ 9h30	Fbleau Tour Denecourt	Gare Avon - Fbleau	EIS	02 38 92 81 36