

**Dimanche 30 aout 2020**

**RÃ©gionale 1 LIFCO**

**ForÃ¢t de Coye**



Course au classement national  
infos au 04/09





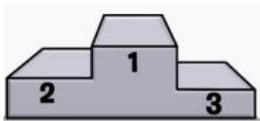
Prochaines RÃ©gionales : 4 octobre, 11 octobre et 15 novembre

---



## Les RÃ©sultats

[Classements provisoires](#) [DÃ©tails SI](#) Merci au traceur, Ã l'arbitre, au contrÃ´leur, ainsi qu'aux participants.



RÃ©sultats au [classement national](#)

---

Ã



Organisation Ã AC Beauchamp CO Ã Ã



**Directeur de course : Eric Boudy**

**Traceur : Stéphane Druzetic (RO Paris)**

**Département arbitre régional : Philippe Perse (Balise 77)**

**Contrôleur des circuits : Bertrand Paturet (CO Compiègne)**

**GEC : Etienne Philippot**

---

À



**CONTACT**

**Eric Boudy**

☎ : 06.76.57.31.47

✉ : [eric.boudy@wanadoo.fr](mailto:eric.boudy@wanadoo.fr)

À



**Parking ouest de la gare RER Orry-la-Ville-Coye (60)**

**Coordonnées GPS : 49.138853, 2.488833**

Lien [Google Maps](#)

📍 pour l'accueil à partir du parking

À

Distance parking-accueil : 0 m

Distance : accueil-départ : 250 m

Distance arrivée-accueil : 50 m

Distance de la gare : sur place



## INSCRIPTIONS

**Une inscription en ligne est demandée pour garantir au mieux tirage des cartes, jusqu'au 25/08. [Le lien](#)**

Inscription possible sur place, dans la limite des cartes disponibles.

À



**Le Pain de Sucre 3 (n° 2017-D95-81) À À À À**

**Échelle : 1/10 000 ; agrandie au 1/7500 pour les circuits vert et blanc**

**Relevés de mars 2016 À mars 2017, par Bertrand Pellin**

Des ronces ont pu pousser depuis sur des terrains découverts (symboles 403, 404)





## CIRCUITS

Voici le choix des circuits :



Choix libre, sauf pour les licences Découverte-compétition, H/D16, H/D14, H/D12, H/D10

Catégories Circuits	HD 18 +	HD 16	HD 14	HD 12	HD 10	Découverte Compétition
Violet-Noir long	Oui	NON	NON	NON	NON	NON
Violet-Noir moyen	Oui	Oui	NON	NON	NON	NON
Violet-Noir court	Oui	Oui	NON	NON	NON	NON
Violet-Noir très court	Oui	Oui	Oui	NON	NON	NON
Orange long	Oui	Oui	NON	NON	NON	NON
Orange court	Oui	Oui	Oui	NON	NON	NON
Jaune court	Oui	Oui	Oui	Oui	NON	Oui
Bleu	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
Vert	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui

Le circuit "blanc" est lui aussi ouvert à tous, aux enfants accompagnés.

## Chronométrage électronique Sportident

À

Descriptif

<b>circuit</b>	<b>violet long</b>	<b>violet moyen</b>	<b>violet court</b>	<b>violet très court</b>	<b>orange long</b>
<b>Echelle carte</b>	<b>1/10000</b>	<b>1/10000</b>	<b>1/10000</b>	<b>1/10000</b>	<b>1/10000</b>
<b>Format carte</b>	<b>A3</b>	<b>A3</b>	<b>A3</b>	<b>A4</b>	<b>A3</b>
<b>distance (km)</b>	10,040	6,880	5,520	3,050	7,23
<b>dénivelé (m)</b>	240	210	130	80	165
<b>km effort *</b>	12,440	8,980	6,820	3,850	8,880
<b>nombre de postes</b>	15	10	9	8	13
<b>circuit</b>	<b>orange court</b>	<b>jaune court</b>	<b>bleu</b>	<b>vert</b>	<b>blanc</b>
<b>Echelle carte</b>	<b>1/10000</b>	<b>1/10000</b>	<b>1/10000</b>	<b>1/7 500</b>	<b>1/7 500</b>
<b>Format carte</b>	<b>A4</b>	<b>A4</b>	<b>A4</b>	<b>A4</b>	<b>A4</b>
<b>distance (km)</b>	3,970	3,440	2,670	2,120	2,120
<b>dénivelé (m)</b>	130	80	35	25	25
<b>km effort *</b>	5,270	4,240	3,020	2,370	2,370
<b>nombre de postes</b>	8	8	10	9	9

*Les distances sont données en vol d'oiseau.*

*Le nombre de postes est celui des balises à trouver.*

\* "km effort" indique la distance cumulée au niveau



LIGUE D'ÎLE-DE-FRANCE  
COURSE D'ORIENTATION

Règlement du challenge LIFCO 2019

---



## BUVETTE

Boissons uniquement (canettes, bouteilles).

---



## TARIFS

Licenciés FFCO, FFSU, UNSS\*\*, UGSEL\*\* :

---

H/D 20 et + : 8 h,

H/D 10 à 18 : 5 h,

Circuit Blanc : 3 h,

À

■ Pour être chronométrés, les non licenciés doivent obligatoirement présenter l'original ainsi qu'une copie (conservée par l'organisation)

d'un

**certificat médical**

daté de moins d'un an et comportant la mention

« non-contre-indication la pratique du sport en compétition

(ou de la course d'orientation en compétition)

».

La présentation d'un certificat sur smartphone sera absolument refusée. ■

À

**Non licenciés :**

Né avant 2000 : 11 h, \* sur les circuits vert, bleu, jaune.

Né avant 2000 : 17 h, \* sur les circuits orange, violet.

Né en 2000 ou après : 8 €, \*

Circuit Blanc : 6 €, \*

**Famille : 18 € (+ 4 € par carte supplémentaire à partir de 4 participants)**

Famille = inscriptions individuelles de 3 personnes ou + vivant dans le même foyer

L'adulte qui accompagne, sans carte, un enfant sur le circuit blanc : gratuit

**\* comprend un supplément d'assurance obligatoire**

■ *Pour être chronométrés, les non licenciés doivent obligatoirement présenter l'original ainsi qu'une copie (conservée par l'organisation)*

*d'un*

***certificat médical***

*daté de moins d'un an et comportant la mention*

*« non-contre-indication à la pratique du sport en compétition*

*(ou de la course d'orientation en compétition)*

*».*

La prÃ©sentation d'un certificat sur smartphone sera absolument refusÃ©e. 

 **Location puce SIÃ© : 2 â¬,â¬ (prÃ©voir une piÃ©ceÃ© Ã©  
dÃ©TMidentitÃ© ou une caution de 30 â¬,â¬)**



## Informations / recommandations liÃ©es au covid 19

- Il nÃ©my aura **pas dÃ©TMaffichage des rÃ©sultats** : vous les trouverez en ligne sur notre site.
- Il nÃ©my aura **ni gobelets, ni eau en libre-service Ã© lÃ©TMarrivÃ©e** : nous vous remercions dÃ©TMapporter et dÃ©TMutiliser votre eau.
- Le port du masque sera obligatoire pour les inscriptions, prises dÃ©TMhoraires et pour vider votre puce Ã© la GEC. **Nous vous remercions par avance de bien vouloir amener vos masques personnels** et de respecter ces recommandations pour le bien-Ã©tre de tous et pour que les courses puissent continuer dans la saison.
- **Pensons aux gestes barriÃ©re et respectons la distanciation** quand nous ferons la queue aux inscriptions, au vidage de puces et Ã© la buvette.

Ã©

---

**CORONAVIRUS**  
Ce qu'il faut savoir

LES INFORMATIONS UTILES  
0 800 130 000 (appel gratuit)  
gouvernement.fr/info-coronavirus

**COMMENT SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES ?**

- Limiter les déplacements non nécessaires
- Eviter les lieux publics fermés
- Eviter les rassemblements
- Eviter les contacts étroits
- Eviter les déplacements à l'étranger

**COMMENT SE TRANSMET LE CORONAVIRUS ?**

- Par la propagation de gouttelettes
- Face à face pendant au moins 10 secondes
- Touche

**QUELS SONT LES SIGNES ?**

- Fébrile
- Fatigue
- Toux et écoulement de gorge
- Difficultés respiratoires
- Plaques de tige
- Courbatures

**PLAN DE PRÉVENTION ET DE GESTION DES RISQUES**

<b>STADE 1</b> Cas isolés sur le territoire → Objectif Eviter l'introduction de virus	<b>STADE 2</b> Entrée de cas groupés sur le territoire français → Objectif Limiter la propagation de virus	<b>STADE 3</b> Le virus circule sur tout le territoire → Objectif Limiter les conséquences de la circulation de virus	<b>STADE 4</b> Accompagnement du retour à la normale
--	---	--	---