

«On the rocks»
4 et 5 Novembre 2017
2 jours, 3 courses



Combefere 25 octobre

Ou s'inscrire ?

Licenciés FFCO : Samedi 4 Mourèze et course aux scores de nuit : mail à l'organisateur

Dimanche 5 : Combefere : site fcco

Non licenciés : Orienteering Online

Les inscriptions sont ouvertes et ne seront prises en compte qu'après réception du règlement.

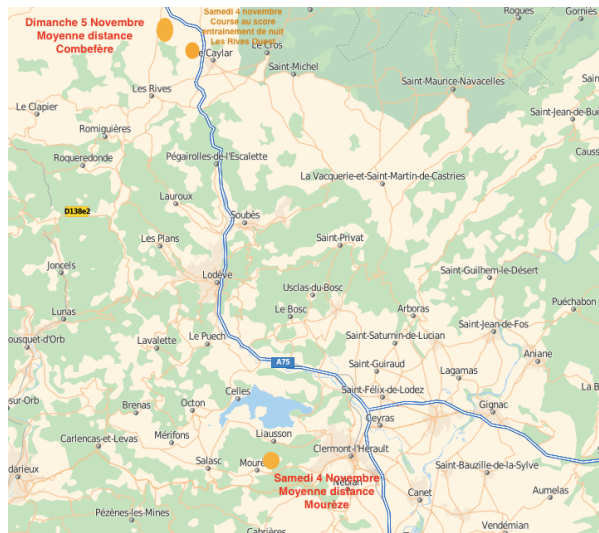
Chèque à envoyer : Christine Ferrand 3 les avants de la deveze 34980 Montferrier sur lez

Virement : IBAN FR76 1350 6100 0039 6096 2600 012

BIC AGRIFRPP835

Pensez à mentionner le nom du coureur ou le club.

Localisation



- Pas de garderie

- Buvette et restauration assurées par la ferme de Malescalier
samedi 4 et dimanche 5 Novembre :

Café, boissons...

Assiette de charcuterie accompagnée de salade verte comprenant : Fromage de tête, pâté de campagne, rillettes, saucisse sèche, salade verte et vinaigrette et pain = 5 €/assiette.

Assiette grillade comprenant : 200 gr de saucisse grillée + pommes de terre à la plancha et sauce blanche + pain = 7€/assiette.

Buvette avec bière, ice tea, coca et eau.

Pour vos hébergements, contactez l'office du tourisme.

Le camping du Caylar sera ouvert uniquement en location bungalows

**1- Départementale MD du samedi 4 Novembre
12H00**



Inscriptions par mail à amso34@yahoo.fr

Départ 12h00-14h00 au boitier. Pas de circuit court bis

Fermeture des circuits : 15h15

Passage obligatoire à l'accueil

Départs selon inscriptions sur la grille de départ. Tous les circuits partiront au boitier départ (pas d'horaires pré-attribués) en respectant l'écart réglementaire entre deux coureurs pour le même club (4 minutes)

Distances des circuits :

MD 1 Juillet	distances	Déni velé	Postes
<i>Violet long</i>	3,0 km		28
violet moyen	2,2 km		21
violet court	1,5 km		15
Orange	1,9 km		15
Jaune	1,7 km		14
Bleu	1,9 km		13
vert	1,5 km		11
Jalonné vrai faux	1,4 km		11

Les récompenses seront à 15h30.

Seront récompensés :

- les 3 premiers (homme et femme de chaque circuit
- tous les jeunes du circuit jalonné.

Pour la sécurité, la puce SI est obligatoire, mais les participants sur les circuits Vert, Bleu, Jaune ne seront chronométrés que s'ils délivrent un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course d'orientation en compétition et devront s'acquitter d'un pass'Compétition à la journée.

2- Course au score de nuit samedi 4 novembre 19H00

Tous les participants sont les bienvenus. Carte du Caylar Ouest.

Lampe frontale obligatoire.

Balises avec pondération de points

Temps max 1h. Dépassement de l'horaire : 1 point déduit par minute commencée.

Prix 4,00 € -

Vin chaud et soupe aux vermicelles à l'arrivée.

Réservation par mail à l'inscription à amso34@yahoo.fr

3- Régionale MD du dimanche 5 Novembre 10h00

Course comptant pour le classement général

[inscription site FFCO](#)

Départs au boitier : 10h00- 12H00

Fermeture des circuits : 14h00

Tous les circuits partiront au boitier départ (pas d'horaires pré-attribués) en respectant l'écart réglementaire entre deux coureurs pour le même club (4 minutes), sinon disqualification des coureurs.

ATTENTION 2 départs : Départ 1 : circuits violet, orange & jaune
Départ 2 : circuits jalonné, vert et bleu

Distances :

Parking- Accueil : 100m

Accueil - Départ1 : **1500m**

Accueil -Départ 2 : 50 m

Distances des circuits :

MD Combefere	distances	Dénivelé	Postes
<i>Violet long</i>	5,0 km	120 m	21
violet moyen	3,9 km	90 m	17
violet court	3,3 km	80 m	14
violet court bis	2,4 km	70 m	14
Orange	2,8 km	60 m	15
Jaune	2,6 km	35 m	11
Bleu	2,0 km	30 m	9
vert	1,9 km	25 m	11
Jalonné	2,5 km	25 m	11

Les récompenses seront à partir de 14h00

Seront récompensés :

- les 3 premiers (homme et femme) de chaque circuit

- tous les jeunes du circuit jalonné.

Les participants sur les circuits Vert, Bleu et Jaune ne seront chronométrés que s'ils délivrent un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course d'orientation et devront s'acquitter d'un pass'Compétition.

Pour tout autre renseignement, vous pouvez nous joindre par mail à amso34@yahoo.fr ou par téléphone 06 34 30 16 57

En complément, les annonces de course sont en ligne et sur le site du club. Un bulletin plus précis sera diffusé un peu avant le week-end de course.