



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE

**REGIONALE 3**  
**03 OCTOBRE 2021**  
**FORET DE NEMOURS**



## INFORMATION GÉNÉRALES

**Organisation :** US MELUN CO  
**Directeur de course :** Philippe DUBOIS  
**Délégué :** Alain ROULLEAUX  
**Arbitre :** Alain ROULLEAUX  
**Contrôleur des circuits :** José RORA/stagiaire Benoit SOL  
**Traceur :** Thierry ESTIVAL  
**GEC :** Jean Luc ESTIVAL/Laurent CARRIE

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



## CARTE

**Nom :** LE MONASTERE  
**Relevés :** 2016  
**Cartographe :** J.M. DELAUME

Échelle : 1/10 000 et 1/7500

Équidistance : 5m

Type de terrain : Typique Forêt de Fontainebleau



## ACCÈS

**Fléchage :** A6 – Sortie NEMOURS  
**Distance parking-accueil :** 50 à 200 m  
**Distance accueil-départ :** 500 m  
**Distance arrivée-accueil :** 300 m



## HORAIRES

**Accueil :** 9h00  
**Départ :** 9h30 – dernier départ 12h00

**Fermeture des circuits :** 14h00



## CIRCUITS

**Nombre de circuits compétition :** 10 circuits selon règlement LIFCO  
**Nombre de circuits initiation :** Voir Pass découverte et familial ci-dessous



## RÉSULTATS

[www.lifco.fr](http://www.lifco.fr)



## SERVICES

Buvette pour vous désaltérer après course (prévoyez de la monnaie pour faire l'appoint)



## TARIFS

**Licenciés FFCO :** 19 ans et + 8,00 € ; 18 ans et – 5,50€

**NON-licenciés FFCO :** Pass compétition (circuits orange à violet) 14,00€, Pass découverte (jaune maximum) 10,00€

**Familles :** Pass familial (jaune maximum) 16,00€ avec une carte (2€ par carte supplémentaire)

**Location de puce :** 2,00€



## INSCRIPTIONS

**Pour les licenciés :**

- Sur le site de la FFCO avant le 25 septembre 2021 délai de rigueur
- ou sur place le jour de la course (sans l'assurance pour ces derniers de courir sur le circuit de leur choix mais en fonction des cartes disponibles).

Une facture sera envoyée « à postériori » à chaque club pour le paiement des inscriptions sur la base des noms des inscrits enregistrés à l'accueil le jour de la course.



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE



## Pour les NON licenciés :

Possibilité de s'inscrire sur place (sans l'assurance de courir sur le circuit de leur choix mais en fonction des cartes disponibles).

Chacun devra impérativement venir avec de la monnaie pour faire l'appoint (pas d'échange de monnaie à l'accueil).

## NB :

**/!\ Pour être chronométré vous devrez obligatoirement fournir un certificat médical datant de moins d'un an à la date d'inscription à la compétition et permettant d'établir l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la course d'orientation, en compétition. Vous pourrez récupérer votre certificat à l'issue de votre course.**



## CONTACT

Philippe DUBOIS : [amavic@free.fr](mailto:amavic@free.fr)

## ATTENTION ! CONSIGNES COVID :

**Toute personne qui ne sera pas en mesure de présenter un pass'sanitaire valide ne sera pas autorisée à prendre le départ.**

Détail des circuits proposés :

	DISTANCE	DENIVELEE	Nombre de postes	Echelle	Format
VIOLET LONG	9,7 km	170 m	21	1/10000	A4
VIOLET MOYEN	7,1 km	130 m	17	1/10000	A4
VIOLET COURT	4,8 km	90 m	11	1/10000	A4
VIOLET TRES COURT	3,2 km	70 m	11	1/10000	A4
ORANGE LONG	6,3 km	100 m	15	1/10000	A4
ORANGE COURT	4,3 km	95 m	12	1/10000	A4
JAUNE COURT	3,5 km	85 m	10	1/10000	A4
BLEU	2,8 km	50 m	9	1/7500	A4
VERT	2,2 km	45 m	11	1/7500	A4
BLANC	2,1 km	40 m	9	1/7500	A4

