



### INFORMATION GÉNÉRALES

**Organisation :** Balise77 fontainebleau Avon  
**Directeur de course :** Sandra OLIVIER

**Contrôleur des circuits :** Julien GARDEUR  
**Traceur :** José RORA  
**GEC :** Florence LAGRANGE

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

NON



### CARTE

**Nom :** Rocher des sablons  
**Relevés :** 2020  
**Cartographe :** Jean Marc Delaume

**Échelle :** 7500<sup>ème</sup>  
**Équidistance :** 5m  
**Type de terrain :** typique Fontainebleau



### ACCÈS

**Fléchage :** D301/D409  
[Parking Isatis](#)  
**Distance parking-accueil :** de 0 à 300m  
**Distance accueil-départ :** sur place  
**Distance arrivée-accueil :** sur place



### HORAIRES

**Accueil :** 9H00 à 12h00  
**Départ :** 9H30 à 12H  
**Remise des récompenses :** 13H30 aux présents  
(prendre son départ en prévision des podiums)  
**Fermeture des circuits :** 14H00



### CIRCUITS

**Nombre de circuits compétition :** 9  
**Nombre de circuits initiation :** 3



### RÉSULTATS

<http://balise77.com/site/>  
<http://cd77if.free.fr/>  
<http://www.lifco.fr/>



### SERVICES

Buvette avec boissons froides et chaudes - sandwiches - gâteaux...



### TARIFS

**Licenciés FFCO :** ≥HD20 : 8€ - ≤HD18 : 6€ Circuit Blanc : 4€

#### Non-licenciés FFCO, 3 formules possibles :

- **Pass'loisir santé: accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et blanc**

Pas de classement, pas de chronométrage.

Tarif = 3 €00,

- **Pass' Découverte Compétition : accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et blanc**

Obligation de fournir l'attestation indiquant la prise de connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport (voir sur le site du club). Chronométrage et classement.

Tarif = 4 €70

- **Pass' Compét: Accès à tous les circuits**

Obligation de fournir l'attestation indiquant la prise de connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport (voir sur le site du club). Chronométrage et classement.

Tarif = 13 €00

**Location de puce :** 2€ (pièce d'identité ou caution de 30€ demandée)





## INSCRIPTIONS

Inscriptions sur formulaire avant le 10 novembre (lien ci-dessous):

<https://forms.gle/RZxXwguz7Ua6HLtk9>

Inscription possible aussi sur place le jour de la course, mais dans la limite des cartes disponibles de 9H00 à 12H pour les licenciés et les non licenciés.

Paiement sur place

Merci aux clubs payant la course à leurs licenciés, de se signaler.

**Pour participer au championnat, choisir le circuit de sa catégorie. Tous circuits possibles hors championnat**

La LICENCE ANNUELLE « DECOUVERTE COMPETITION » permet de courir sur les circuits jaunes au maximum.

La LICENCE ANNUELLE « LOISIR-SANTÉ » ne permet pas de participer aux compétitions

### Championnat 77 Longue Distance

N° du circuit	couleur	Catégories coureurs	Distances
A	Violet long	H21-H20-H35	10 à 12 kms
B	Violet moyen	H40-45-50-H18	7 à 8 kms
		D21-D20-D35	
C	Violet court	H55-H60	4 à 6 kms
		D18-D40-D45	
D	Violet très court	H65 -H70 et +	3 à 4 kms
		D50-D55-D60 et +	
E	Orange moyen	D16	4 à 5 kms
F	Orange long	H16	6kms
G	Jaune	H14-D14	3 à 4kms
H	Bleu	H12-D12	2 à 3kms
I	Vert	H10-D10	2 kms
blanc	blanc		2kms

- «Soyez respectueux» :
- des règles essentielles à la protection du milieu naturel et de la propriété forestière (piétinement, érosion, feu, ordures).
- des autres usagers.



## CONTACT

Sandra OLIVIER [balise77@gmail.com](mailto:balise77@gmail.com) 06 20 58 29 82

