



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Course d'Orientation régionale MD

& Chpt de l'Yonne

Dimanche 27 novembre 2022

PARON (89)



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : Comité de l'Yonne de Course d'Orientation / CDCO 89

Directeur de course : Francis MOINE (23 131).

Délégué / Arbitre : Christophe JACOTOT (13 973).

Contrôleur des circuits : Fabrice THOMASSIN (2499).

Traceur : Emmanuel AGOSTINI (14 780).

GEC : Francis MOINE (23 131).

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : La Côte de Paron. Carte 2021-D89-185

Relevés : 2020/2021- Mise à jour Oct-2022

Cartographes : Jacques SELLIER ; Fabrice THOMASSIN

Échelle : 1/7500 ou 1/5000 selon circuits

Équidistance : 5 m

Type de terrain : Plateau riche en détails. Flancs escarpés comportant vignes, anciennes carrières et zones semi-ouvertes. Jambes couvertes conseillées.



ACCÈS

Fléchage : Paron. Jonction D660/D72 (Rond-point de la Galette Chicouet).

Coordonnées GPS : 48°10'45.2"N 3°15'30.0"E

<https://goo.gl/maps/n26AknuiX7Rr1MTU7>

Distance parking-accueil : 50 m

Distance accueil-départ : 50 m

Distance arrivée-accueil : 50 m



HORAIRES

Accueil : A partir de 9h30

Départs : échelonnés de 10h30 à 12h00

Remise des récompenses du Chpt Yonne : 14h00

Fermeture des circuits : 14h30



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 8

Nombre de circuits initiation : 3 (vert, bleu, jaune).



RÉSULTATS

Sur le site de la Ligue LBFCO <https://www.lbco.info/>



SERVICES

Parking et toilettes sur place.



TARIFS

Licenciés FFCO : 6 euros (19 ans et +) et 5 euros (18 ans et moins).

Non-licenciés FFCO : Pass' découverte individuel : 7 euros ; Pass' découverte famille. 15 euros. Pass'compét : 10 euros

Location de pointeur : prêt gratuit contre dépôt d'un chèque de caution de 30 euros ou d'une pièce d'identité valide.



INSCRIPTIONS

Inscriptions en ligne **avant le 24 nov 2022**. Sur le site FFCO pour les licenciés.

Lien : <https://licences.ffcorientation.fr/inscriptions/2534/>

Inscription par mél pour les non-licenciés. Contact Francis MOINE cdco89@free.fr

Inscriptions sur place acceptées dans la limite des cartes disponibles et uniquement sur les circuits vert, bleu ou jaune.

!/ \ La présentation d'un certificat médical n'est plus obligatoire. Pour être chronométrés, les non-licenciés doivent désormais signer (à l'accueil) un document attestant qu'ils ont bien pris connaissance des « 10 règles d'or édictées par les cardiologues du sport » [Lien](#) et complété le questionnaire de santé dédié [Lien QS adulte](#) ; [Lien QS mineurs](#)



CONTACT

Renseignements, inscriptions. Francis MOINE cdco89@free.fr



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE



Circuits de couleur Course d'Orientation

Caractéristiques des parcours : **distances indicatives (contrôle des tracés en cours).**

Nom du circuit	Niveau Couleur	Chrono' du vainqueur (selon règlement-sportif Ligue BFC 2022)	Distance minimale (à vol d'oiseau)	Dénivelée positive minimale ↗	Nombre de balises
A	Noir	35'	4000 m	200	22
B	Violet long	35'	3800 m	180	20
C	Violet moyen	30'	3500 m	150	18
D	Violet court	25'	3000 m	60	16
E	Orange moyen	30'	3000 m	80	15
F	Orange court	25'	2500 m	60	14
G	Jaune	25'	2200 m	60	13
H	Bleu	20'	1800 m	30	12
I	Vert	15'	1500 m	15	10

Rappels de la réglementation relative aux inscriptions :

1-Pour les licenciés FFCO :

Les HD18 et + peuvent s'inscrire sur le circuit de couleur de leur choix. Les organisateurs déconseillent cependant fortement de s'engager sur les circuits A-B-C-D à toute personne qui ne serait pas en parfaite condition physique et articulaire, du fait des fortes pentes et des sections en dévers. A ce titre, les HD70 et + sont invités à s'inscrire sur le circuit Orange court qui leur est dédié. La licence annuelle « Découverte compétition » permet de s'inscrire uniquement sur les circuits vert, bleu ou jaune. La licence annuelle « Loisir santé » ne permet pas l'accès aux circuits de compétition. Inscription possible sur les circuits dédiés loisir (vert, bleu ou jaune), hors classement.

Pour les jeunes, le règlement ligue (RS 2022. Page 17) impose les restrictions suivantes :

- HD10 : inscription sur le circuit vert. Circuit bleu accessible uniquement si le jeune est titulaire de la balise verte.
- HD12 : inscription sur le circuit bleu. Circuit jaune accessible uniquement si le jeune est titulaire de la balise bleue.
- HD14 : inscription sur le circuit jaune. Circuits orange accessibles uniquement si le jeune est titulaire de la balise jaune.
- HD16 : inscription sur le circuit orange. Circuits violet accessibles uniquement si le jeune est titulaire de la balise orange.

2-Pour les non-licenciés-FFCO :

La licence à la journée dite « Pass'découverte » individuelle ou famille permet de s'inscrire sur les circuits vert, bleu, jaune. La licence à la journée dite « Pass'compétition » est individuelle et permet de s'inscrire sur tous les circuits.

Un grand merci à nos partenaires :

