



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Championnat de Ligue Longue distance

Dimanche 9 Février 2025
Forêt de Fontainebleau



INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation :Orientation Plein Air Montigny / Loing
Directeur de course :Eloïse Louvet
Délégué Arbitre :Frédéric Fischer
Contrôleur des circuits : Bruno Lejeune
Traceur :Vincent Peker
GEC :Camille Gire

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom :Desquinemare
Relevés : Jean-Marc Delaume
Cartographe :Jean-Marc Delaume

Échelle :1/10 000 et 1/7500(petits circuits)
Équidistance :5 m
Type de terrain :typique Fontainebleau.



ACCÈS

Fléchage : [Carrefour de l'ObélisqueFontainebleau](#)
Distance parking-accueil : 100 à 200m
Distance accueil-départ : 1400m
Distance arrivée-accueil : 500m



HORAIRES

Accueil :9H00 à 12H00
Départ :9H30 à 12H15

Fermeture des circuits :14H00



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition :13
Nombre de circuits initiation :5



RÉSULTATS

<http://opamontigny.free.fr>
<http://cd77if.free.fr/>
<http://www.lifco.fr/>



SERVICES

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



TARIFS

Licenciés FFCO, UNSS et FFSU :+ de 18 ans:10€00 - 18 ans et moins: 7€Circuit Blanc : 3€

Non-licenciés FFCO:

Pass'Découverte :accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et Jalonné **Tarif =8 €**

Pass'Compétition : tous les circuits sont possibles **Tarif = 12 €**

Pass'Loisir santé : accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et Jalonné **et sans chronométrage Tarif = 8 €**

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



INSCRIPTIONS

-Inscriptions en ligne sur le site fédéral avant le 31 Janvier 2025 : <https://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions>

-Pas d'inscriptions sur place



CONTACT

Eloïse Louvet :eloise.l@orange.fr- 0680955108



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE



Circuits:

Circuit	Difficulté	Catégorie	Longueur:	Dénivelé	Nombre de contrôles:
A	Violet	H21	11,36	120	24
B	Violet	D21	9,59	110	19
C	Violet	H20, H35	10,23	105	21
D	Violet	D20, D35	8,39	105	20
E	Violet	H18, H40, H45	10,37	110	21
F	Violet	D18, D40, D45	7,48	110	16
G	Violet	Open Violet, H50, H55	7,45	80	19
H	Violet	D50, D55	5,30	70	15
I	Violet	H60, H65	5,19	55	13
J	Violet	D60, D65	4,30	50	10
K	Violet	H-D70, H-D75, H-D80 et +	3,49	45	10
L	Orange	H16	6,39	45	14
M	Orange	Open Orange, D16	5,34	40	11
N	Jaune	Open Jaune, H14	4,76	45	11
O	Jaune	D14	4,21	45	11
P	Bleu	H12, D12	3,74	45	9
V	Vert	H10, D10	1,93	40	6
I Jalonné	Blanc	Jalonné	1,86	15	6

NB pour les non licenciés : pour être chronométrés vous devez obligatoirement consulter et répondre à ce formulaire de santé

-1° modèle pour les majeurs : https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/questionnaire_de_sante_FFCO.pdf

-2° modèle pour les mineurs : https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/questionnaire_sante_sportif_mineur.pdf

-3° Prendre connaissance des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport :

[https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/10reglesd'or\(FRAnlais\).pdf](https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/10reglesd'or(FRAnlais).pdf)

- Enfin compléter, signer puis envoyer ou présenter votre attestation de santé (modèle pour les majeurs, modèle pour les mineurs)

Nous vous souhaitons bonne course soyez très vigilants aux abords ou lors de la traversée de la chaussée.

Vous devez impérativement céder le passage aux véhicules, soyez fair-play vis à vis des usagers de la route : Ils sont prioritaires.

«Soyez respectueux» :

des règles essentielles à la protection du milieu naturel et de la propriété forestière (piétinement, érosion, feu, ordures) et des autres usagers.

