



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation :** BALISE77  
**Directeur de course :** ALEXANDRA TONDU  
**Délégué – Arbitre régional :** GILBERT MARTIN  
**Contrôleur des circuits régional CO à pied :** ALAIN GUILLON  
**Traceur régional CO à pied :** JULIEN GARDEUR  
**GEC :** Fabrice VANNIER, Florence LAGRANGE

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



### CARTE

**Nom :** MONT PIERREUX-USSY  
**Relevés :** 2021  
**Cartographe :** Jean Marc Delaume

**Échelle :** 1/7500  
**Équidistance :** 5 mètres

**Type de terrain :** forêt de Fontainebleau



### ACCÈS

**Fléchage :** depuis D606 48.422241, 2.710223  
et depuis le carrefour  
sur RD607/RD409 48.408555, 2.686642

**Distance parking 1** ROUTE DE LA FONTAINE -  
**accueil :** 400 m 48.415554 2.697175  
**Distance parking 2** ROUTE LOUIS PHILIPPE-  
**accueil :** 1100 m 48.412384 2.691032

**Distance accueil-départ :** 200 m  
**Distance arrivée-accueil :** 0 m



### HORAIRES

**Accueil :** 8h45 à 11h45  
**maison forestière des huit routes**  
48.418239 2.694649

**Départ :** 9h30 à 12h00

**Fermeture des circuits :** 14h00



### CIRCUITS

**Nombre de circuits compétition :** 9  
**Nombre de circuits découverte :** 4



### RÉSULTATS

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



### SERVICES

**Buvette :** Merci d'apporter votre gobelet réutilisable ; la buvette ne fournira pas d'eau.  
Les règlements se feront en espèces ou chèque uniquement.



### TARIFS

**Licenciés FFCO :** 19 ans et + 10 € ; 18ans et- 6 € ; circuit blanc 3 €  
**Non-licenciés FFCO :** \*pass'compétition : (tous les circuits sont possibles, avec conditions d'accès, voir plus loin)  
Tarif adultes= 16 €  
\*pass'découverte : (accès limité aux circuits jaune, bleu, vert et blanc) Tarif = 12 €



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE



et blanc) \*pass'loisir-santé (non chronométré, pas de compétition, accès limité aux circuits jaune, bleu, vert  
Tarif 10 € ; Tarif famille : 3 personnes minimum avec 1 carte=18€ et 2 €/carte sup.

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



## INSCRIPTIONS

Inscriptions LICENCIÉS en ligne sur site fédéral: <https://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/> jusqu'au 23 novembre 23h59 dernier délai

### Pour les NON licenciés :

Pré-inscription fortement conseillée. Remplissez le formulaire via le lien ci-dessous jusqu'au 23 novembre 23h59 délai de rigueur :

[https://docs.google.com/forms/d/1fzorkLRcoL06\\_cVimGlyBbH2uDnInnlzpeftRkzIU00/edit](https://docs.google.com/forms/d/1fzorkLRcoL06_cVimGlyBbH2uDnInnlzpeftRkzIU00/edit)

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

Nous vous conseillons de réserver un horaire dans le fichier ci-joint :

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/175hY8tcTENnccYUtgx4qg6502KfGLxNv1dmSGnGrTHM/edit?gid=1335708890#gid=1335708890>



## CONTACT

Alexandra TONDU [alextondu@orange.fr](mailto:alextondu@orange.fr) 06 85 22 90 66



## CIRCUITS

circuits	longueur	dénivelé	Nombre de postes
VIOLET LONG	4750 m	180 m	24
VIOLET MOYEN	3900 m	145 m	18
VIOLET COURT	3150 m	105 m	15
VIOLET TRES COURT	2550 m	90 m	9
ORANGE	3750 m	120 m	13
JAUNE	2650 m	90 m	10
BLEU	2500 m	60 m	9
VERT	1900 m	20 m	9
BLANC	1700 m	20 m	8



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE



## REGLEMENTATION :

### Contraintes dans le choix des circuits :

LICENCIES COMPETITION : HD18ans et + : peuvent s'inscrire sur tout circuit de leur choix

HD16 : inscription au maximum sur circuit VIOLET MOYEN

HD14 : inscription au maximum circuit VIOLET TRES COURT

HD 12 : inscription au maximum circuit JAUNE

HD 10 : inscription au maximum circuit BLEU

Nb : Les jeunes sur liste ministérielle, en pôle ou appartenant au groupe GRIFCO Performance peuvent courir sur le circuit de leur choix sur validation du CTRS. (La liste sera fournie aux organisateurs et arbitre des compétitions)

Licencies « DECOUVERTE COMPETITION » peuvent courir sur circuit « JAUNE » AU MAXIMUM

Licencies « LOISIR-SANTE » ne peuvent pas participer aux compétitions

### POUR LES NON-LICENCIES :

*L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux non-licenciés titulaires d'un titre de participation ad hoc respectant les conditions médicales d'accès : vous devez présenter votre attestation de prise de connaissance du questionnaire médical fédéral et des recommandations des cardiologues du sport pour les majeurs, questionnaire médical ou certificat médical de moins de 6 mois pour les mineurs.*

1 : modèle pour les majeurs : [https://www.ffcorientation.fr/media/cms\\_page\\_media/6118/questionnaire\\_de\\_sante\\_FFCO.pdf](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\\_de\\_sante\\_sportif\\_mineur.pdf](https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/questionnaire_de_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\(FRAnglais\).pdf](https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/6118/10reglesd'or(FRAnglais).pdf)

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

**Événement accueilli par l'ONF, charte des bonnes pratiques en forêt :** <https://www.onf.fr/vivre-la-foret/+19c::charte-du-promeneur-jagis-pour-la-foret.html>

**Assurez-vous de vous protéger des tiques et des chenilles processionnaires.**

**Merci et nous vous souhaitons bonne course.**

