

# La balise du FINO

L'édit' O (Par Fred.): Je rentre, tu rentres, nous courons

C'est la rentrée! Après un été qui n'a pas été de tout repos pour tous (efforts verticaux ou horizontaux), c'est la reprise! De quoi me direz vous chers lecteurs assidus de nouvelles orientesques du Figeacois et d'ailleurs? Et bien par exemple de la C.O. Le programme de cette fin d'année sera plus chargé qu'au 1<sup>er</sup> semestre, surtout pour les manifestations de proximité, y compris les entraînements que nous devons relancer. Enfin n'oublions pas qu'un événement National se déroulera sur nos terrains à la Toussaint et que nous serons mis à contribution.

Cette Balise est riche des évènements qui nous ont marqués individuellement ou à travers le club, au printemps et au début de cet été. Nos expériences sont variées mais toutes enrichissantes sportivement et/ou humainement. Preuve que la C.O. peut se décliner vers tous, compétiteurs ou loisirs, seul ou à plusieurs, jeunes et toujours jeunes ... et sûrement aussi vers certains de vos proches qui nous rejoindrons peut-être une fois qu'ils auront lu ce N° 45 ?

Quoi de neuf? La rubrique qui mélange les pinces, les balises et les cartons de contrôle.

- ✓ L'équipe composée de Loïc et Théo -accompagnés de Cédric Maziéro et Maxime Bonal- a remporté successivement les titres de Champion du Lot puis Champions Midi-Pyrénées UNSS en catégorie minimes. Malheureusement, du fait d'erreurs dans l'organisation des championnats d'Académie, leur équipe n'a pas pu être inscrite au championnat de France... Bravo à eux 4!
- Michèle a animé une activité C.O. pour le centre aéré de la Fédération Partir pendant les vacances de Pâques sur la carte de Lissac
- Le club s'est vu attribuer une subvention de 500€ par le Conseil Régional pour l'achat de matériel sportif.
- ☐ Fred a mis à jour la carte du stade de londieu pour les besoins du conseiller pédagogique du secteur de Figeac qui organise des séances de Course d'orientation pour les cycles 3 (CM1-CM2) des écoles primaires de Figeac.
- ✓ Le FiNO a contribué à la réussite du Raid des Cazelles (brillament organisé par le club Raid'O Cazelle fin juin au dessus de St Pierre-Toirac). Michèle a nottamment étendu la carte "Autour de Marmont" qu'elle agrandit progressivement depuis plusieurs années, et Philippe B. a tracé le VTT'O.
- Auvergne, Slovénie, Pays Basque ... les FiNoliens ont mangé du kilomètre cet été, pour le plaisir des courses à étapes et autres grands championnats. On attend impatiemment leurs impressions et leurs articles!



Laure au départ du O'VTT du Raid des Cazelles

Bienvenu à Rémi Mounier, fils de Coralie et Seb, né le 18 juillet.... soit donc quelques semaines seulement après le Raid des Caselles. Au vu du programme de ses parents ces dernières années, nul doute que Rémi a dans les gènes (dans la peau ?) le goût certain de l'effort sportif, mais laissons lui le temps de grandir un peu... En attendant leurs retours dans les bois et sur les chemins, félicitations aux heureux parents.



#### DERNIERE NOUVELLE ... LAST MINUTE

Loïc Marty sacré VICE CHAMPION de FRANCE de longue distance (catégorie H16) à St Pée Sur Nivelle (64) le 28 août dernier!!!!

### **Stage jeunes de la Ligue** (par Carole et Fred)

Destination le parc des volcans d'Auvergne pour ce stage annuel organisé par la Ligue durant les vacances de Pâques. Les jeunes étaient répartis en 3 groupes suivant leur niveau. Du groupe 1 composé pour moitié de jeunes du groupe France, aux débutants et jeunes enfants du groupe 3. La bonne ambiance du groupe 1 et son remarquable niveau s'est vite propagé à l'ensemble des participants.

Ce stage s'est déroulé dans une très bonne ambiance, ce qui assure aussi la cohésion des bénévoles des différentes structures de la ligue. L'organisation technique était assurée par 3 Midi-Pyrénéens en cours d'évaluation pour leur diplôme de moniteur, d'où des exercices techniques, ludiques, variés et très bien préparés : Papillon, train bavard, pose-dépose ficelle, mémo case, suivi d'itinéraire, circuit étoile, vrai-faux, pose-dépose classique, carte sans chemins...

5 séances d'entraînement en 3 jours avec deux ou trois exercices par séance. Et le soir, débriefing pour le groupe 1 avec projection des cartes pour analyser les itinéraires.

La structure d'accueil était idéale : vue sur le Puy de Dôme de la salle de restaurant, repas copieux et variés, salle de baby-foot et de ping-pong... et dortoirs avec des polochons (et ronfleurs ?).

Le FiNO était représenté par 4 jeunes Théophile, Martin, Théo et Loïc, encadrés par Carole, Annie, Michel et Fred. Tout le monde est revenu enchanté!







Le stage ligue: le plaisir de progresser en courant, et la convivialité des échanges

# Le Championnat de France des Clubs (CFC) (par l'équipe !)

Faute de jeune fille en âge de courir à ce niveau (entre 11 et 18 ans), le FiNO n'a pu défendre sa place en nationale 2, et sera de fait inscrit en Nationale 3 l'an prochain. Cette année, notre participation au plus bas niveau (Nationale 4) était donc avant tout... pour le sport.

Sous l'impulsion d'un Loïc avide de courir, une équipe s'était donc constituée pour participer à cette grande fête de la C.O. organisée cette année en Bourgogne. Après une moyenne distance... moyenne... dans les travers d'un flanc de colline rocailleux et boisé, nous sommes hébergés par les cousins de Carole dans les environs de Beaune. Sonia et Hervé nous reçoivent royalement et nous avons plaisir à enrichir la pasta partie de jambon mariné au vin et jambon persillé, tout en dégustant du Gevray-Chambertin!



L'équipe FiNO aux CFC 2010

Après une nuit courte, chaude et difficile pour certains (à 6 dans la même chambre.. et après un repas copieux et arrosé...) réveil à 6 heures pour rejoindre plus de 2000 orienteurs successivement coureurs et supporters. Quelle ambiance! Départ à 8 heures pour les premiers relayeurs de la Nationale 4. Nos analyses de course:

*Joël*: Départ en masse massif (116 coureurs). La pression! Circuit assez roulant pas difficile mais qui pousse à la faute. Presque un sprint. Je suis assez content de ma course, ça aurait pu être pire, je suis à mon niveau!

*Michel*: 2 erreurs soit 2 à 3 minutes de perdu au total. Pas d'originalité sur la carte (petit espace d'utilisation de la carte). Je cours beaucoup de balises en pack. Bonne ambiance!

**Théo:** Une erreur à la 1 (rentrée difficile dans la carte) puis une grosse à la 8 (180° en suivant quelqu'un...). J'ai préféré cette carte par rapport celle de la veille, car il y avait plus de champs. Globalement, je suis content de ma course.

*Carole :* Je suis très contente de ma course. Prise de carte laborieuse (elle était sur la grille alors que je la cherchais au sol!). Des chemins s'étaient formés du fait des nombreux coureurs partis avant : cela m'a rendu le 1<sup>er</sup> poste

difficile. Bons encouragements de mes co-équipiers avec la crécelle à la balise spectacle. Circuit plutôt facile pour moi.

*Loïc*: J'ai fait trop d'erreurs. Le poste 13 ne m'a pas porté chance : 7' d'erreurs à peu près, car la limite de végétation n'apparaissait pas sur la carte. Dernière boucle parfaite.

Fred: Dernier relai mais pas trop de pression car je croyais que l'on était aux alentours de la 30ème place sur 50... Très bon début de course jusqu'à l'approche de la 4 où je me suis rendu compte que j'avais oublié la 3... 4 à 5' de perdus... J'enchaîne pas trop mal la suite et accélère sur la balise spectacle. Juste après un grand malotru à barbichette (ndlr: le champion du monde Thierry Georgiou) me bouscule en me dépassant. J'essaye en vain de le suivre, mais il m'a lancé vers une seconde boucle très rapide finie au sprint.

Classements successifs après chaque relayeur: 41, 28, 30, 27, 27, 25 sur 116 équipes.



Carole au poste spectacle

# Raid O'Bivwak (par Yanis)

Bon O'biwak sur le Vercors. 2300 personnes (!).

Peu de représentants FINO, les Trémoulet sur le circuit C, et moi-même parti avec Vincent Albagnac, son frère et un ami à lui.

Inscrit donc sur le circuit D (réservé aux hommes, à priori technique, 40 KM 1200md+). Cela ressemble au C.

#### Première journée:

Après une liaison de 4 km (qu'il faut faire en moins d'une heure) on arrive à la première distribution de coordonnées. La CO est peu intéressante avec de longs postes, et des balises pas trop techniques. La difficulté est d'analyser la carte pour éviter ou prendre le dénivelé. Globalement l'ensemble des concurrents sera allé

relativement vite. On finit 5<sup>ème</sup> / 85 dans un temps de 2H48 à 1mn 20 du second.

La nuit fut très froide... du givre dans l'herbe le matin et quelques névés restants, ceux qui n'avaient pas trop prévu s'en souviennent encore et je m'en souviens ....

Deuxième journée bien plus intéressante avec une CO bien plus technique, au profil descendant. Beau temps, des postes bien techniques, et encore beaucoup de monde par les chemins, c'est rigolo. On réalise encore un cinquième temps en 2H51.

Au final, on loupe le podium de peu et on termine à une belle quatrième place.



Miam Miam, le bon plat déshydraté pour Yanis!

Vincent et son frère finissent 16/160 sur le circuit E (long mais pas trop technique), et Carole et Joël 21/196 sur le circuit C.

Le repas d'arrivée encore fameux, le beau temps et les paysages nous ont permis de passer un bon WE.







Moment fort du O'Bivwak, son campement géant en pleine nature

# Merell Oxygène (par Yanis)

Nouveaux formats avec 3 épreuves qui comptent pour les "Series" (un genre de challenge sur 3 jours).

Jeudi : un sprint de 2 km dans la station du lioran, belle carte nouvellement cartographiée, une trentaine de participant sur le circuit A.

Carte entre piste de ski et téléphérique (attention de ne pas se tromper de piste).

Classement Yanis: 6/31

Samedi: Enduro CO

Format sympathique où on va de carte en carte en liaison sur suivi d'itinéraire IGN non chronométré pour prendre le départ de 3 sprints d'environ 2 km. 1 en profil ascendant, 1 sur les montagnes du Lioran assez haut en altitude et l'autre profil descendant pour revenir à la station ou le choix du dénivelé est primordial.

55 partants.

On a fait une petite course d'équipe avec Sebastien, on finit 9 et 10 (vous remarquerez sur les listings que Sébastien ne porte pas son nom, il avait pris un dossard d'un collègue, il ne faut rien dire.....)

Dimanche : Moyenne distance à Prat de Bouc

Je vous conseille la carte pour un entrainement. Terrain très varié, avec du dénivelé, des ravines, des gros cailloux, du dégagé, pleins de petits ruisseaux et de grosses montagnes en limite de carte que l'on ne voit même pas. Du coup, un bon plantage pour ma part....

Classement 14/30 sur circuit A

Au final, pour une première la CO au Merrel, une participation moyenne mais de très belles cartes, un joli format de course, franchement de la vraie CO....

Classement "Séries" de Yanis: 7/16

Je vous invite à y venir l'année prochaine. Location facile en station, bonne ambiance et belle animation.

# CNE et championnat de France de sprint : M − 2 mois

Toutes les cartes ont été livrées par Marian Cotirta, mais celle de la qualification du sprint n'est pas satisfaisante en l'état. Elle doit être retouchée ou une autre zone sera retenue.

Les circuits sont tracés et le contrôleur s'est déjà déplacé sur le terrain pour voir ceux des sprints (ainsi que les cartes correspondantes).

L'hébergement des bénévoles de la ligue extérieurs au Figeacois se fera à l'internat du lycée Jeanne d'Arc.

Les responsables d'atelier (accueil, GEC, départ...) travaillent à identifier le matériel dont ils auront besoin.

Un appel à bénévoles sera fait dès la rentrée. Nous comptons sur votre participation!

Et toujours les dernières nouvelles sur : <a href="http://cne2010.free.fr/">http://cne2010.free.fr/</a>

# Une balise, Un mot: Thalweg ou Talweg

Nom masculin (de l'allemand *Tal*, vallée et *Weg*, chemin) Ligne joignant les points les plus bas d'une vallée.

# Week-End club en Cerdagne (par Françoise et Fred)



La Cerdagne, ça vous gagne!

En ce début Juillet, la famille Vergé avait invité les FiNOliens à un week-end "famisportif" dans leur nouveau pays d'accueil. 3 familles avaient répondu présent.

Le samedi, les Vergé nous accueillaient à proximité de la station de ski de Bolquère pour un parcours d'orientation à la carte, préparé par Philippe. Les postes étant de difficulté croissante, les circuits étaient adaptés à tous les niveaux. La forêt parcourue est typique de la région : grands pins, végétation basse abondante mais presque toujours pénétrable; nombreux



Echanges d'avant entrainement

blocs rocheux et relief moyennement marqué. La principale surprise venait des sentes qui étaient beaucoup moins visibles mais plus nombreuses sur le terrain que sur la carte...

Le dimanche, l'orage nous réveillait, puis les SMS pour annuler la longue randonnée initialement prévue. A partir de midi, le temps se dégage enfin, et nous avons pu randonner en famille jusqu'à l'étang de Font-Vive, sur le flanc ouest du massif du Carlit. En fin d'après-midi, autres joies: shopping au pas de la case en Andorre!



Le lundi, grande randonnée dans la vallée d'Eyne aussi appelée "vallée des fleurs". Grâce à Evelyne nous avons pu découvrir de nombreuses fleurs dont certaines endémiques de la Cerdagne ou des Pyrénées avec en final la montée



Le somptueux Lys des Pyrénées

au col de Nuria à la frontière espagnole (2683m).

Encore merci à Evelyne, FleurAnne et Philippe pour cette organisation et leur accueil chaleureux. Une expérience à renouveler!



Le FiNO au sommet!

Figeac Nature Orientation Saint-Georges 46100 Figeac Tel 05 65 34 16 12 (Philippe Bailly) http://www.fino46.org/ Secrétariat FINO Tel 05 65 34 18 80 (Frédéric Ramblière)

# Mon premier O'Camp (par Théo)

La Balise du FiNO: Théo, quel est le principe d'un O'Camp?

*Théo*: le principe d'un O'Camp est d'approfondir ou d'apprendre la CO tout en faisant des jeux et autres activités.

LBF: Peux-tu nous décrire une journée type sur un O'Camp?

*Théo*: Une journée type commence par un levé tout en douceur (ça c'est génial...), le petit déjeuner. Puis, la matinée est souvent consacrée à la CO et l'après-midi consacrée à des jeux, des activités. Il y a ensuite le repas puis une veillée avant d'aller se coucher.

LBF: D'où venaient les O'Campeurs, et quelle était la proportion filles/garçons?

*Théo :* Les O'campeurs venaient de toute la France et même certains de l'étranger. Il y avait moitié filles moitié garçon. Les deux tiers étaient licenciés C.O.

LBF: Et avec 50% de filles, as tu réussi à conclure ?

Théo: Oui, j'ai conclu à 50%!

*LBF* : Cette année O'Camp était organisé à Carcans dans les Landes Girondines. Peux-tu nous décrire les cartes utilisées ?

Théo: Peu de grand relief mais beaucoup de micro relief, de grandes forêts de pins...

LBF: Quels ont été ton pire et ton meilleur souvenir ?

*Théo :* Le pire : il y avait trop de « compétition » pour tous les jeux et activités. Le meilleur : Tout le reste du séjour, en particulier le raid sur une journée qui était terrible !

LBF: Un mot sur l'ambiance...

Théo: Superbe, aucune embrouille, tout le monde s'appréciait

LBF: Serais-tu prêt à repartir pour O'Camp 2011?

Théo: Sans aucun doute OUI!!





Echanges après une course sprint

Figeac Nature Orientation Saint-Georges 46100 Figeac Tel 05 65 34 16 12 (Philippe Bailly)

#### Le Tour de France ... des cartes

Pour ce numéro 45 de la balise, ... Le Loiret est à l'honneur.

Région : Centre Chef lieu : Orléans

1 seul club de C.O.mais quel club! L'ASCO d'Orléans, où notre trésorière

Magali a fait ses premières armes d'orienteuse. (<a href="http://www.asco-orleans.com/">http://www.asco-orleans.com/</a>) Merci l'ASCO!

Les cartes couvrent principalement les grandes forêts de feuillus. Le relief y est peu marqué, et les chemins et layons d'exploitations sont en grande majorité rectilignes. Magali nous en dit un petit peu plus :

« Dans le Lot, l'orienteur suit et compte les murets.

Dans le Loiret, l'orienteur suit et compte les layons.

Dans le Lot, il y a les cazelles, très visibles.

Dans le Loiret, il y a les charbonnières, généralement introuvables.

Les limites de végétations, les chemins et les fossés sont bien souvent les seuls éléments de la carte... ».



Extrait de carte Orléanaise

# CR de réunion du Comité Directeur du FiNO - Faycelles 30/08/10

Présents: Michèle Barral, Carole Trémoulet, Magali Moulènes, Philippe Bailly, Frédéric Ramblière

#### 1. Calendrier

Le calendrier du second semestre a été finalisé.

#### 2. Point sur les comptes

Subventions : OIS : 1305€

Conseil régional (petits équipements) : 500€

Pour le paiement de cette dernière : déjà acheté 40 balisettes (180€).

Le reste est à acheter (banderoles départ/arrivée+ horloge+ ticket prébalisage). Action : Philippe/Fred après annonce au club, à la fin 2010

Pour le stage jeune, le décompte des coûts à la charge des licenciés doit être établi. Action : Fred

~3300€en caisse à ce jour.

Vestes: Softshell noire à manches longues (fournisseur Pub&Co à Figeac). Rappel : faire une demande aux licenciés (Carole).

#### 3. Forum des associations

Le samedi 4 septembre. Fred-Magali 9h-12h

Philippe: 14h-16h00 Carole: 11h-15h Michèle: 15-18h

Tirer flyer. Action: Fred

#### 4. Départementale du 19/09

Formule one-man relay.

Circuit 3, 2 ou 1 boucles, avec 1 seul carton de contrôle.

Lancer Publicité : Action : Fred Vérif zone de parking : action Philippe

Traçage : Action : Philippe Vérif & Prébalisage : à déterminer

Déclaration à la sous-préfecture : Action Philippe

#### 5. CNE et championnat de France de Sprint

Photos de Figeac : voir avec la ville. Action : Fred Photos du causse : voir avec le parc. Action : carole

Transmettre l'appel à bénévoles de Jean-Louis Blein : action Philippe

Vérif du terrain & recherche des propriétaires sur Combelongue: action : Michèle

# Quelques résultats :

Rappel: tous les résultats disponibles en lien sur le toujours-à-jour site de la ligue <a href="http://limipyco.free.fr/">http://limipyco.free.fr/</a>.

<u>Régionale N°2 Championnat Longue Distance Midi-Pyrénées– La Grésigne – 21/03/10</u> (par Joël)

En ayant dormi 4 heures la nuit précédente, je n'avais pas une préparation de futur Champion de Ligue... même si nous n'avions bu que du Bordeaux ! Et comme nous remettions ça le midi, Carole et moi sommes partis (mais pas arrivés !) parmi les premiers. J'ai apprécié la carte où pourtant la représentation des sentiers est pour le moins discutable. Avec deux 180°, et près de deux heures de course cette course ne restera pas dans ma mémoire.

Résultats: Circuit C: 1- CAPBERN Loic (TOAC, H18) 1:04:16 ... 3-MARTY Michel 1:23:50 (1er H45) ... 9- RAMBLIERE Frédéric 1:36:11 ... 19- TREMOULET Joel 1:59:13 ... 29 départs, 15 classés

Circuit D: 1- CLASQUIN Marie (YAKO, D21) 1:42:14 2-TREMOULET Carole (1ère D35) 2:29:08 ... NC: DESANGLES Laure (p.m.) ... 9 départs, 4 classées

Circuit F: 1- SERRAND Helene (TOAC, D40) 1:39:38 ... 5- CAZELLE Aline (1ère D45) ... NC: TEMPLIER Françoise (p.m.) ... 7 départs, 6 classées



Les médaillés du FiNO au Championnat de Ligue Longue Distance

Circuit I: 1- MARTY Loic (1er H16) 59:32 ... 8 départs, 7 classés

Circuit Lbis: 1- COTTRET Victor (COQ, H10) 50:54 ... 3- RAMBLIERE Martin (3ème H10) 1:12:23 ... 5 départs, 5 classés

#### <u>3 Jours du sud-ouest -Agen (47) – 03 au 05/04/10</u>

Résultats (entre parenthèse le classement à chaque étape):

H50: 1- Beat KUMSCHICK (OLG Herzog Suisse)  $24:06(1) + 44:13(2) + 41:48(3) = 1:50:07 \dots 23$ - Didier CAZELLE  $35:09(26) + 54:15(21) + 57:11(23) = 2:26:35 \dots 55$  départs, 50 classés

D45: 1- Brigitte HOWALD (OLG Herzog Suisse) 33:06(1) + 52:54(1) + 56:10(1) = 2:22:10... 14- Aline CAZELLE 49:58 (13) + 1:26:59 (16) + 1:31:50 (15) = 3:48:47... 23 départs, 21 classées

#### Championnat Aquitaine Midi-Pyrénées – Neuvic (24)- 11/04/10 :

Peu de coureurs ... et encore moins de Figeacois à cette course au titre pompeux. Michel abandonne à l'échauffement sur blessure au mollet. Carte sympa avec des bois et des champs.

Résultats: H16: 1- BREMAUD, Titouan (VO12) 40:54 ... 2- MARTY, Loic 41:22 .. 8 départs, 8 classés

#### Course de sélection Elite - Sprint - Besse - 24/04/10

Résultats: H16: 1- BREMAUD, Titouan (VO12) 14:06 ... 2- MARTY, Loïc 14:11 ... 21 départs, 20 classés

#### Course de sélection Elite - Moyenne distance - Lac Pavin - 24/04/10

Résultats: H16: 1- RAUTURIER, Maxime 30:15 ... 9- MARTY, Loïc 37:47 ... 21 départs, 20 classés

#### Moyenne distance – Lac Pavin (63) – 24/04/10 (Par Carole)

Pour cette première course à la suite du stage jeunes, les Cazelle (avec Françoise) nous ont rejoint ... sans camping-car!

Nous avons pu mettre à profit ce que nous avions appris ou révisé durant le stage, notamment la mémorisation des éléments importants et les points d'arrêts, et ne pas s'obstiner sur une zone mais se recaller de suite.

Carte intéressante sur les flancs du lac Pavin avec passage enneigé surprenant pour une fin Avril. Certains y cherchent encore leur chaussure! A noter le couloir d'arrivée étroit et cassant ou la prudence était de mise.

Je suis partie blessée au tendon d'Achille et pensais faire la course en marchant. Après la 1 je me suis mis à trottiner puis ai poursuivi à fond tant les balises s'enchaînaient étonnamment bien.



Didier avant la Moyenne Distance du Lac Pavin

Résultats: D35: 1- CHAMPTIAUX Isabelle 44:52 ... 8- TREMOULET Carole 1:08:36 ...27 départs, 24 classés

H40: 1- ELIAS Pierre (Aix) 35:46 ... 34- RAMBLIERE Frederic 57:46 ... 52 départs, 51 classés

H45: 1- PAGE Philippe (Colmar) 34:19 ... 27- MARTY Michel 53:33 ... 65 départs, 62 classés

H50: 1- CACHARD Christian (CSMRilleux) 36:01 ... 6- CAZELLE Didier 41:06 ... 49 départs, 46 classés

D40: 1- BACHER Edith (OTBesançon) 43:31 ... 26- TEMPLIER Françoise 1:20:07 ... 38 départs, 33 classées

D45: 1- BERGER-CAPBERN Valerie (TOAC) 39:25 ... 24- CAZELLE Aline 1:20:09 ... 34 départs, 30 classées

H14: 1- DELENNE Adrien (Aix) 17:03 ... 12- RAMBLIERE Théo 24:53 ... 51 départs, 49 classés

H10: 1- ELIAS Guilhem (Aix) 12:48 ... 4- RAMBLIERE Martin 18:52 ... 19 départs, 17 classés

Jalonné: 1- CHABANOL Corentin (NOSE) 11:58 ... 29- TREMOULET Theophile 27:13 ... 38 départs, 36 classés

#### Nationale Sud-est – Vulcania (63) – 24/04/10 (par Carole et Fred)

Les Cheyres! Nous en avions tant entendu parler, nous les avions dégustés pendant le stage. L'heure était au plat principal. Une carte couverte de trous de bosses et de rocailles, sans axes directeurs. Ici rien ne sert de courir, il faut orienter à point. ? La preuve en est les écarts de temps très important entre les coureurs qui font peu d'erreurs et ceux qui ont jardiné... Thierry Georgiou lui même (qui gagne le circuit A) dira au micro que sur ce terrain c'est 70% orientation et 30% course. A ce petit jeu, Loïc brille avec une 3ème place ...

Et oh surprise, Françoise finit avec la patate et un grand sourire!

Résultats: H45: 1- PAGE, Philippe (COColmar) 1:06:00 ... 38- MARTY, Michel 2:08:58 ... 69 départs, 60 classés

H40: 1- PERRIN, Eric (NOSE) 1:11:51 ... 26- RAMBLIERE, Frederic 1:56:29 ... 62 départs, 54 classés

D35: 1- PARIGOT, Virginie (ASQuetigny) 1:25:55 ... 8- TREMOULET, Carole 1:54:03 ... 22 départs, 19 classées

H50: 1- COX, Anthony (COLE) 1:01:26 ... 27- CAZELLE, Didier 1:35:22 ... 58 départs, 49 classés

D40: 1- PERRIN, Odile (NOSE) 54:51 ... 29- TEMPLIER, Françoise 2:09:05 ... 37 départs, 32 classées

D45: 1- DERMINE, Isabelle (DAUPHINE O) 1:02:25 ... 27- CAZELLE, Aline 1:59:50 ... 33 départs, 32 classées

H16: 1- RIO, Nicolas (OE42) 37:17 ... 3- MARTY, Loic 40:21 ... 55 départs, 52 classés

H14: 1- RAUTURIER, Quentin (GO78) 30:57 ... 19- RAMBLIERE, Théo 46:22 ... 62 départs et classes.

H10: 1- ELIAS, Guilhem (Aix) 19:29 ... 8- RAMBLIERE, Martin 22:55 ... 19 départs, 18 classés

Jalonné: 1- SIMON, Alban (Non Licencié) 14:31 ... 32- TREMOULET, Theophile 33:52 ... 49 départs, 43 classés



Carole dans les travers de la Moyenne Distance d'Arcey

#### Moyenne distance – Arcey (21) – 08/05/10

Voir article sur les CFC par ailleurs.

Résultats : H14: 1- Quentin RAUTURIER (GO78) 16:17 ... 79: Théo RAMBLIERE 34:04 ... 97 départs, 95 classés

H16: 1- Florentin BODY (ECHO 73) 17:29 ... 6- Loic MARTY 19:43 ... 95 départs, 86 classés

H40: 1- Stephane PEYRIN (Balise 63) 25:17 ... 53- Joel TREMOULET 37:00 ...

103- Frederic RAMBLIERE 52:33 ... 133 départs, 129 classés

H45: 1- Philippe PAGE (COColmar) 27:33 ... 66- Michel MARTY 47:28 ... 113 départs, 110 classés

D35: 1- Nadine PEREIRA (BONO) 29:55 ... 23- Carole TREMOULET 49:03 ... 41 départs, 38 classées

#### Championnat de France des Clubs - Bouilland (21) – 09/05/10

Voir article par ailleurs.

Résultats : Nationale 4 : 1- PSNO 26:32 (10) + 38:35 (5) + 13:56 (1) + 16:56 (9) + 40:45 (7) + 26:27 (5) = 2:43:11 ... 25- FiNO Joël 31:13 (41) + Michel 48:00 (26) + Théo 22:40 (62) + Carole 17:49 (15) + Loïc 49:55 (31) + Fred 36:03 (49) = 3:25:40 ... 119 équipes au départ, 90 classées

#### Raid O'Bivwak – Vercors (26) – 22 et 23/05/10

Voir article par ailleurs.

Résultats : C - Mixte : 1- Alizee GAILLARD - TREZEGUET Nicolas 2:40:31 (1) + 3:02:25 (1) = 5:42:56 ... 10- Carole TREMOULET - TREMOULET Joël 3:01:12 (5) + 3:35:55 (13) = 6:37:07 ... 96 départs, 87 classés (au scratch 21/196 équipes)

D- Hommes: 1- V&L ARNOULD 2:39:03 (1) + 2:41:54 (2) = 5:20:57 ... Yanis DESANGLES – Laurent BOIREAU 2:48:50 (5) + 2:51:17 (5) = 5:40:07

#### Championnat Midi-Pyrénées de sprint – Massat (09) – 29/05/10

Résultats: H20+: 1- SYLLA, Amadou (TOAC) 14:03 ... 9- VERGE, Philippe 16:15 ... 10-MARTY, Michel 16:43 ... 38 départs, 32 classés

H14-18: 1- BREMAUD, Titouan (VO12) 11:57 ... 2- MARTY, Loic 12:31 ... 8 départs, 7 classés

Figeac Nature Orientation Saint-Georges 46100 Figeac Tel 05 65 34 16 12 (Philippe Bailly) http://www.fino46.org/ Secrétariat FINO Tel 05 65 34 18 80 (Frédéric Ramblière)

#### Championnat Midi-Pyrénées de moyenne distance – Massat (09) – 30/05/10

Résultats: H16-18: 1- MARTY, Loic 32:10 ... 6 départs, 5 classés

H20-45: 1- HULSE, Raymond (RDPA) 42:11 ... 6- MARTY, Michel 50:02 ... 13- VERGE, Philippe 54:59 ... 38 départs, 29 classés

D50-55: 1- VERGE, Evelyne 1:14:17 ... 6 départs, 5 classées

#### Moyenne distance – La Teste (33) – 12/06/10

Résultats: H16: 1- Loïc MARTY 22:37 ... 15 départs, 15 classés

H45: 1- Jon MUSGRAVE (Ecosse) 26:10 ... 20... Gilles TREMOULET 40:07 ... 41- Michel MARTY 44:25 ... 25 départs, 24 classés

H50: 1- Philippe POGU (SCAPA Nancy) 26:52 ... 3- Didier CAZELLE ... 19 départs, 17 classés

D45: 1- Clotilde MORVAN (BRBO) 34:43 ... 5- Aline CAZELLE 42:55 ... 10 départs, 10 classées

#### Nationale sud-ouest – La Teste (33) – 13/06/10

Résultats: H16: 1- Loic MARTY 41:08 ... 20 départs, 19 classés

H45: 1- Philippe BOULESTREAU (Quimper) 1:09:59 ... 17- Michel MARTY 1:52:49 ... NC: Gilles TREMOULET (p.m.) ... 27 départs, 25 classés

H50: 1- Patrick CHASSEUR (Souston) 54:39 ... 15- Didier CAZELLE 1:24:41 ... 25 départs, 24 classés

D45: 1- Virginie ZEQUES (COL) 1:15:01 ... 6- Aline CAZELLE 1:35:13 ...13 départs, 12 classées

#### 3 Jours O'Cantal – Moyenne Distance – le Lioran (15) – 12/07/10

Résultats: D45: 1- Christine PORTE (Chenôve) 44:19 ... 12- Aline CAZELLE 68:31 ...15 départs, 13 classées

H50: 1- Christian CACHARD (Rilleux) 46:17 ... 7- Didier CAZELLE 51:37 ... 1' départs, 13 classés

#### <u>3 Jours O'Cantal – Sprint – Murat (15) – 13/07/10</u>

Résultats: H50: 1- Eric POMET (TSN83) 20:18 ... 4- Didier CAZELLE 23:17 ... 14 départs, 13 classés

#### 3 Jours O'Cantal – Longue Distance – Chalinargues (15) – 14/07/10

Résultats: D45: 1- Christine PORTE (Chenôve) 74:33 ... 9- Aline CAZELLE 107:58 ... 14 départs, 14 classées

H50: 1- Olivier FLORIOT(Rennes) 73:19 ... 7- Didier CAZELLE ... 114:08 ... 15 départs, 13 classés

#### 5 Jours de Slovénie – 24 au 28/.07/10

Résultats: H40: 1- Mika Ahola (Finlande) 33:38(5) + 39:49(1) + 1:05:25(4) + 25:29(1) + 52:27(1) = 3:36:48... 23- Joël Tremoulet 50:37(26) + 1:03:29(25) + 1:55:29(28) + 45:08(39) + 1:24:54(28) = 5:59:37... 44 départs, 30 classés

D10: 1- Nanna Lysemose (Danemark) 12:13(1) + 21:07(2) + 16:43(5) + 10:43(1) + 21:51(3) = 1:22:37... 11- Jeanne Tremoulet 49:29

(12) + 53:47(12) + 23:03(13) + 24:14(12) + 46:37(12) = 3:17:10...15 départs, 11 classées

D35: 1- Ingela Mattsson (Finlande) 32:28 (1) + 41:27 (1) + 56:16 (1) + 24:25 (1) + 51:07 (1) = 3:25:43 ... 12- Carole Tremoulet 1:08:52

 $(12) + 1:14:29 \ (14) + 2:21:08 \ (15) + 46:42 \ (13) + 1:27:38 \ (12) = 6:58:49 \ \dots \ 17 \ d\text{\'e}parts, \ 12 \ class\'ees$ 

#### <u>Championnat de France de O'VTT Longue Distance – Seignosse – 21/08/10</u>

 $R\'{e}sultats: Circuit \ B: 1-\ GAILLARD\ Christophe\ (H40)\ 1:47:30\ ...\ NC: MARTY\ Michel\ (abandon\ ...\ 110\ d\'{e}parts,\ 56\ class\'{e}s$ 

Circuit C: 1 DENAIX Michel (H50) 1:21:35 ... 10- VERGE Philippe 1:36:00 ... 37- CAZELLE Didier 2:13:09 ... 101 départs, 64 classés

# <u>Championnat de France de relais en O'VTT – Soustons – 22/08/10</u>

Résultats: Hommes 45 ans: 1- NOSE St Etienne 1:46:53 (Pierre LINOSSIER 35:29 + Philippe LAVENNE 37:41 + Eric PERRIN 33:43) 14- FiNO 2:21:44 (Michel MARTY 56:22 + Didier CAZELLE 45:44 + Philippe VERGE 39:38) ... 18 équipes au départ, 15 classées

#### <u>Semaine fédérale - Moyenne distance - Vieux Boucau - 24/08/10</u>

Résultats: H16: 1- MARTY Loïc 19:24 .. 50 départs, 49 classés

H45: 1- HURTAUD J-Yves (CSLG MELUN) 40:30 ... 33- MARTY Michel 52:50 ... 58 départs, 57 classés

H50: 1- DENAIX Michel (CSA-EMHM) 26:35 ... 5- VERGE Philippe 28:13 ... 11- CAZELLE Didier 30:08 ... 50 départs, 48 classés

D45: 1- BERGER-CAPBERN Valérie (TOAC Toulouse) 30:44 ... 11- CAZELLE Aline 40:32 ... 36 départs, 36 classées

D50: 1- PREVOST Pascale (OPA MONTIGNY) 28:02 ... 10- VERGE Evelyne 37:58 ... 25 départs, 25 classées

#### <u>Semaine fédérale – Qualification Championnat de France Moyenne Distance – St Pée sur Nivelle – 26/08/10</u>

Homme élite (H21 à H50) Série N°3 : 1- FLEURENT, Théo (ASO) 26:02 ...15- MARTY, Michel 39:30 ... 26 départs, 221 classés Hommes Jeune (H16+H18) série N°3 : 1- MARTY, Loïc 20:59... 19 départs, 19 classés

#### Semaine fédérale – Finale Championnat de France Moyenne distance – St Pée sur Nivelle – 27/08/10

Hommes Jeunes – Finale A: 1- DUBOIS, Remi (T.A.Douai) 21:44 ... 8- MARTY, Loic 26:02 ... 21 départs, 21 classés Hommes élites – Finale B: 1- VIEILLEFOSSE, Bertran (C.O. AMBERIEU) 34:43 ... 16- MARTY, Michel 43:06 ...

# Semaine fédérale – Moyenne Distance de Classement Nationale – St Pée sur Nivelle – 26/08/10

H50 : 1- CAPBERN, Patrick (TOAC Toulouse) 22:01 ...... 24- VERGE, Philippe 36:15 ... 45- CAZELLE, Didier 58:06 ... 52 départs, 48 classés

D45: 1- CHAILLAN, Caroline (Balise 04) 35:00 ... 19- CAZELLE, Aline 1:02:39 ... 41 départs, 39 classées

Figeac Nature Orientation Saint-Georges 46100 Figeac Tel 05 65 34 16 12 (Philippe Bailly)

55 départs, 53 classés

http://www.fino46.org/ Secrétariat FINO Tel 05 65 34 18 80 (Frédéric Ramblière) D50: 1 - PREVOST, Pascale (OPA MONTIGNY) 24:53 ... 13- VERGE, Evelyne 41:52 ... 28 départs, 28 classées

#### Semaine fédérale – Moyenne Distance de Classement Nationale – St Pée sur Nivelle – 27/08/10

H14: 1- DELENNE, Adrien (CA AIX) 14:29 ... 7- RAMBLIERE, Théo 19:40 ... 65 départs, 65 classés

H40: 1- LINOSSIER, Pierre (NO St Etienne) 26:42 ... 52- RAMBLIERE, Frédéric 1:06:09 ... 58 départs, 57 classés

H50 : 1- GAULTIER, J-Yves (CEPSCO DINAN) 22:28 ... 5- CAZELLE, Didier 24:55 ... 7- VERGE, Philippe 25:16 ........ 48 départs, 46 classés

D10: 1- VILLAR, Zoe (COSE) 22:09 .... 10- TREMOULET, Jeanne 53:54 ... 24 départs, 20 classées

D35: 1- LAROCHE, Maroussia (ASCO ORLEAN) 35:51 ... 17- TREMOULET, Carole 1:14:43... 21 départs, 20 classées

D40: 1- VILLAR, Aurélie (NOYON CO) 28:30... 27- TEMPLIER, Françoise 51:47 ...42 départs, 42 classées

D45: 1- ZEQUES, Virginie (COL) 26:59 ...19- CAZELLE, Aline 48:43 ...38 départs, 38 classées

D50: 1- PREVOST, Pascale (OPA MONTIGNY) 28:13 ... 24- VERGE, Evelyne 58:05 ... 26 départs, 26 classées



#### <u>Semaine fédérale – Championnat de France Longue Distance – St Pée sur</u> Nivelle – 28/08/10

H14: 1- RAUTURIER, Quentin (GO78) 27:00 ... 14- RAMBLIERE, Théo 35:15 ...76 départs, 74 classés

H16: 1- BODY, Florentin (ECHO 73) 44:27 ... 2- MARTY, Loïc 47:31 (vice champion de France ... 39 départs, 38 classés

 $\rm H40:$  1- PERRIN, Eric (NOSE) 52:47 ... 68- RAMBLIERE, Frédéric 1:53:27 ... 86 départs, 81 classés

 $\mbox{H}45$ : 1- LEJEUNE, Bruno (COLE) 49:56 ... 48- MARTY, Michel 1:13:49 ...87 départs, 82 classés

H50 : 1- LALEVEE, J-Charles (YCONE-Sens) 37:40 ... 11- CAZELLE, Didier 48:51 ... 28- VERGE, Philippe 55:23 ......... 73 départs, 71 classés

D10 : 1- VILLAR, Zoe (COSE) 12:39 ... 18- TREMOULET, Jeanne 27:51 .. 20 départs, 20 classées

D35 : 1- FAIVRE, Julie (C.R.O.C.O) 1:02:38 ... 13- TREMOULET, Carole 1:29:12 ... 26 départs, 24 classées

D40 : 1- OLIVIER, Sandra (BALISE 77) 51:19 ... 59- TEMPLIER, Françoise 2:23:45 ... 66 départs, 61 classées

D45 : 1- PELLETIER, Geneviève (CSMRilleux) 58:14 ... 29- CAZELLE, Aline 1:39:29... 50 départs, 44 classées

D50 : 1- MARCHESIN, Sylvie (CSAG METZ) 39:11 ... 30- VERGE, Evelyne 1:27:11... 27 départs, 26 classées

#### Semaine fédérale – Championnat de France de Relais – St Pée sur Nivelle – 29/08/10

H50: 1- CSMRilleux 1:49:25 (Christian CACHARD 35:51 + Olivier BASSET 38:04 + Christophe VUITTON 35:30) .... 5- FINO 2:07:14 (Michel MARTY 50:48 + Didier CAZELLE 36:09 + Philippe VERGE 40:17) ... 41 équipes au départ, 40 classées H20: 1- T.A.Douai 1:06:42 (Remi DUBOIS 34:38 + François JOLY 32:04) ... 7- FINO/V012 OPEN 1:18:10 (Loïc MARTY 38:29 + Arnaud PEZET 39:41) ... 36 départs, 32 classés

La suite ... au prochain N°...





En cas de doute sur un événement du calendrier, consultez le site du club ... (adresse en pied de page).