



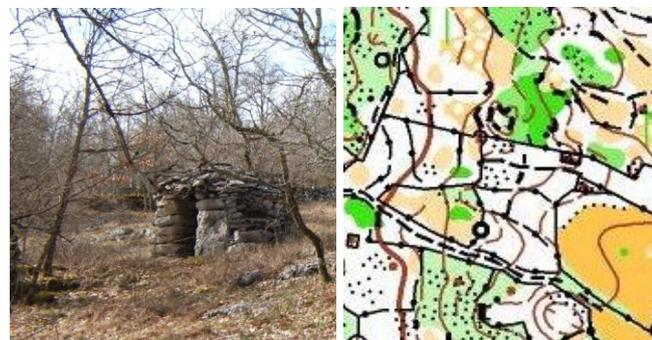
# Course d'Orientation Régionale Midi-Pyrénées Championnat de Ligue Longue Distance Dimanche 07 avril à Reilhac (46)

LIGUE MIDI-PYRÉNÉES  
DE  
COURSE D'ORIENTATION



- **Organisation :** Figeac Nature Orientation
- **Type de course :** Course fédérale (C.N.) - Championnat Midi-Pyrénées Longue Distance  
Course ouverte aux non licenciés FFCO sous couvert d'un justificatif médical.
- **Responsables :** Organisateur: Frédéric RAMBLIERE  
Traceur : Philippe BAILLY  
Contrôleur : Frédéric RAMBLIERE  
Délégué Fédéral/Arbitre: Daniel MARUEJOULS (SCOR)
- **Carte :** Carte du CNE 2010 : " Lac des Fargues " n° 46-46-10 - Marian Cotirta 2010  
Echelles 1/10000 (circuits A à E), 1/5000 (circuits F, G et Jalonné)
- **Circuits :** 8 circuits suivant cahier des charges des compétitions Régionales Midi-Pyrénées
- **Terrain :** Terrain caussenard partiellement boisé
- **Catégories :** Toutes catégories FFCO + loisir (découverte)
- **Horaires :** Accueil : le jour même à partir de 9h, à Reilhac  
Prise des horaires de départ sur place.  
Au moins 4 mn entre deux coureurs d'un même club sur un même circuit.  
Remise des récompenses à 13h30.  
Fermeture des circuits à 14h
- **Distances :** Parking – Accueil - Arrivée : 0 à 200 m  
Accueil – Départ : **1500m**
- **Fléchage :** Depuis l'entrée sud de Reilhac (entre Labastide-Murat et Figeac, Lot)
- **Ravitaillement :** Buvette, sandwiches, soupe sur le lieu de course
- **Inscriptions :** En ligne sur le site FFCO jusqu'au 31 mars
- **Tarifs :**

Licenciés :	19 ans et plus :	6 €
	18 ans et moins :	4 €
Non licenciés :	19 ans et plus :	9 €
	18 ans et moins :	7 €
- **Renseignements:** Frédéric RAMBLIERE  
Tel. 05 65 34 18 80 – 06 73 46 19 61  
fred.rambliere@wanadoo.fr  
<http://www.fino46.org/>



CIRCUIT	DISTANCES APPROX.	DENIVELE	DIFFICULTE / NIVEAU DE TRACAGE MAX. SUIVANT METHODE FEDERALE	CATEGORIES
A	7700 m	160 m	Très difficile / niveau 6	H20H35
B	6200 m	120 m	Très difficile / niveau 5/6	D20D35, H18, H40H45
C	4400 m	90 m	Difficile / niveau 4/5	D18, D40D45, H16, H50H55
D	3300 m	70 m	Difficile / niveau 4/5	D16, D50D55, D60D70, H60H70
E	2600 m	65 m	Moyen / Niveau 3	D14, H14
F	2000 m	55 m	Facile / niveau 2	D12, H12
G	1500 m	50 m	Très Facile / niveau 1	D10, H10
J Jalonné	2200 jalonné	50 m	Très Facile / niveau 1 – Vrai/faux	/

Circuits « découverte », non chronométrés, et ouverts aux non licenciés : E , J.

A noter :

- le franchissement d'un mur ou d'une clôture infranchissable est motif de disqualification
  - le franchissement d'une limite infranchissable (trait rose continu ep= 0.35) est motif de disqualification.
  - des passages seront indiqués sur la carte, ils seront matérialisés sur le terrain par quelques jalons
- Ces mesures strictes sont édictées pour garantir nos bonnes relations futures avec les propriétaires.

Merci de nous aider à les préserver.