

Dimanche 30 aout 2020

Régionale 1 LIFCO

Forêt de Coye



Course au classement national
infos au 04/09



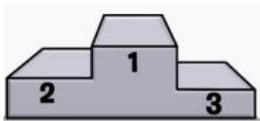


Prochaines Régionales : 4 octobre, 11 octobre et 15 novembre



Les Résultats

[Classements provisoires](#) [Détails SI](#) Merci au traceur, à l'arbitre, au contrôleur, ainsi qu'aux participants.



résultats au [classement national](#)



Organisation AC Beauchamp CO



Directeur de course : Eric Boudy

Traceur : Stéphane Druzetic (RO Paris)

Délégué arbitre régional : Philippe Perse (Balise 77)

Contrôleur des circuits : Bertrand Paturet (CO Compiègne)

GEC : Etienne Philippot



CONTACT

Eric Boudy

 **tél : 06.76.57.31.47**

 **courriel : eric.boudy@wanadoo.fr**



ACCÈS

Parking ouest de la gare RER Orry-la-Vile-Coye (60)

Coordonnées GPS : 49.138853, 2.488833

Lien [Google Maps](#) 

Fléchage pour l'accueil à partir du parking

Distance parking-accueil : 0 m

Distance : accueil-départ : 250 m

Distance arrivée-accueil : 50 m

Distance de la gare : sur place



INSCRIPTIONS

Une inscription en ligne est demandée pour gérer au mieux tirage des cartes, jusqu'au 25/08. [Le lien](#)

Inscription possible sur place, dans la limite des cartes disponibles.



Le Pain de Sucre 3 (n° 2017-D95-81) □ □ □ □

Échelle : 1/10 000 ; agrandie au 1/7500 pour les circuits vert et blanc

Relevés de mars 2016 à mars 2017, par Bertrand Pellin

Des ronces ont pu pousser depuis sur des terrains découverts (symboles 403, 404)



CIRCUITS

Voici le choix des circuits ☐ ☐



Choix libre, sauf pour les licences Découverte-compétition, H/D16, H/D14, H/D12, H/D10

Catégories Circuits	HD 18 +	HD 16	HD 14	HD 12	HD 10	Découverte Compétition
Violet-Noir long	Oui	NON	NON	NON	NON	NON
Violet-Noir moyen	Oui	Oui	NON	NON	NON	NON
Violet-Noir court	Oui	Oui	NON	NON	NON	NON
Violet-Noir très court	Oui	Oui	Oui	NON	NON	NON
Orange long	Oui	Oui	NON	NON	NON	NON
Orange court	Oui	Oui	Oui	NON	NON	NON
Jaune court	Oui	Oui	Oui	Oui	NON	Oui
Bleu	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
Vert	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui

Le circuit "blanc" est lui aussi ouvert à tous, aux enfants accompagnés.

Chronométrage électronique Sportident

Descriptif

circuit	violet long	violet moyen	violet court	violet très court	orange long
Echelle carte	1/10000	1/10000	1/10000	1/10000	1/10000
Format carte	A3	A3	A3	A4	A3
distance (km)	10,040	6,880	5,520	3,050	7,23
dénivelé (m)	240	210	130	80	165
km effort *	12,440	8,980	6,820	3,850	8,880
nombre de postes	15	10	9	8	13
circuit	orange court	jaune court	bleu	vert	blanc
Echelle carte	1/10000	1/10000	1/10000	1/7 500	1/7 500
Format carte	A4	A4	A4	A4	A4
distance (km)	3,970	3,440	2,670	2,120	2,120
dénivelé (m)	130	80	35	25	25
km effort *	5,270	4,240	3,020	2,370	2,370
nombre de postes	8	8	10	9	9

Les distances sont données à vol d'oiseau.

Le nombre de postes est celui des balises à trouver.

* "km effort" indique la distance cumulée au dénivelé



Règlement du challenge LIFCO 2019



BUVETTE

Boissons uniquement (canettes, bouteilles).



TARIFS

Licenciés FFCO, FFSU, UNSS**, UGSEL** :

H/D 20 et + : 8 €

H/D 10 à 18 : 5 €

Circuit Blanc : 3 €

■ *Pour être chronométrés, les non licenciés doivent obligatoirement présenter l'original ainsi qu'une copie (conservée par l'organisation) d'un **certificat médical** daté de moins d'un an et comportant la mention « non-contre-indication à la pratique du sport en compétition (ou de la course d'orientation en compétition) ».*

La présentation d'un certificat sur smartphone sera absolument refusée. ■

Non licenciés :

Né avant 2000 : 11 € * sur les circuits vert, bleu, jaune.

Né avant 2000 : 17 € * sur les circuits orange, violet.

Né en 2000 ou après : 8 € *

Circuit Blanc : 6 € *

Famille : □ 18 € * (+ 4 € par carte supplémentaire à partir de 4 participants)

Famille = inscriptions individuelles de 3 personnes ou + vivant dans le même foyer

L'adulte qui accompagne, sans carte, un enfant sur le circuit blanc : gratuit

***comprend un supplément d'assurance obligatoire**

■ *Pour être chronométrés, les non licenciés doivent obligatoirement présenter l'original ainsi qu'une copie (conservée par l'organisation)*

d'un

certificat médical

daté de moins d'un an et comportant la mention

« □ non-contre-indication à la pratique du sport en compétition

(ou de la course d'orientation en compétition)

».

La présentation d'un certificat sur smartphone sera absolument refusée. 

 **Location puce SI : 2 € (prévoir une pièce d'identité ou une caution de 30 €)**



Informations / recommandations liées au covid 19

- Il n'y aura **pas d'affichage des résultats** : vous les trouverez en ligne sur notre site.
- Il n'y aura **ni gobelets, ni eau en libre-service à l'arrivée** : nous vous remercions d'apporter et d'utiliser votre eau.
- Le port du masque sera obligatoire pour les inscriptions, prises d'horaires et pour vider votre puce à la GEC. **Nous vous remercions par avance de bien vouloir amener vos masques personnels** et de respecter ces recommandations pour le bien-être de tous et pour que les courses puissent continuer dans la saison.
- **Pensons aux gestes barrière et respectons la distanciation** quand nous ferons la queue aux inscriptions, au vidage de puces et à la buvette.

FRANÇOIS MACQUET  Santé
publique
France

CORONAVIRUS

Ce qu'il faut savoir ?

LES INFORMATIONS UTILES  **0 800 130 000** (appel gratuit)
gouvernement.fr/info-coronavirus

COMMENT SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES ?

-  Lavez-vous les mains fréquemment et soigneusement.
-  Tenez-vous à distance d'autres personnes, surtout si elles toussent ou éternuent.
-  Évitez les endroits à forte densité de personnes.
-  Évitez les rassemblements, évitez les lieux publics.

COMMENT SE TRANSMET LE CORONAVIRUS ?

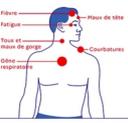
(19/03/2020)

- Par la projection de gouttelettes
- Face à face pendant au moins 10 secondes



-1m-

QUELS SONT LES SIGNES ?



- Fièvre
- Fatigue
- Toux et/ou écoulement du nez
- Œdème respiratoire
- Courbatures
- Fluxus de tête

PLAN DE PRÉVENTION ET DE GESTION DES RISQUES

STADE 1 Cas importés sur le territoire Objectif Eviter l'introduction du virus	STADE 2 Existence de cas groupés sur le territoire français Objectif Limiter la propagation du virus	STADE 3 Le virus circule sur tout le territoire Objectif Limiter la conséquence de la circulation du virus	STADE 4 Accompagnement du retour à la normale
---	---	---	---