

Joindre le règlement à l'ordre de MENDE ORIENTATION, le certificat médical pour les non-licenciés, une autorisation parentale pour les mineurs

Mercredi 11 Novembre 2009

Causse de Sauveterre(48)

Combiné Orientation de Lozère (9^{ème} EDITION) CO -VTT'O



BULLETIN D'INSCRIPTION

Code des épreuves :

Combiné : **COMB (A, B ou C)**
VTT seulement : **VTT'O**
C.O à pied seulement : **CO**

Nom prénom Club	Sexe	Numéro Du doigt	Numéro licence	Code épreuve	Tarif

Combiné CO-VTT'O

**Organisé par le Comité Départemental de C.O
et
le club MENDE ORIENTATION 48-02**



Epreuve : Course individuelle qui « combine » deux épreuves :
- une course au score d'orientation à pied (CO) durée limitée
- un parcours de VTT- Orientation (VTT'O)

Il est possible de s'inscrire à une seule des deux épreuves.

Description de la CO au score : A l'aide d'une carte au 10000^{ème} (fond de carte IGN + un zoom aux normes FFCO au 5000^{ème}) et d'une boussole, il s'agit d'aller poinçonner le plus de balises définies sur la carte dans le temps maximal imparti. L'ordre de passage aux différents postes est au choix des concurrents. Le classement s'effectue à partir du nombre de balises poinçonnées. Les ex-aequo sont départagés par le temps de course. Un poste est retiré au décompte final pour chaque tranche de 3 minutes au dessus du temps de course imparti. Un dépassement de plus de 30 minutes du temps maximal imparti entraînera le déclassement.

Description de la VTT'O : A l'aide d'une carte au 15000^{ème} aux normes FFCO VTT, il s'agit de poinçonner les balises situées sur les chemins ou sentiers dans l'ordre du parcours défini sur la carte. C'est une course contre la montre, le classement s'effectuant au temps. Un concurrent n'ayant pas poinçonné une balise sera classé après ceux qui ont tout trouvé. Le poinçonnage sera électronique, le doigt **étant attaché au vélo** (prévoir si possible un zip pour forfait et un porte carte vélo).

Classement du combiné : Il sera établi à partir de la somme des places obtenues dans chacune des deux épreuves. Les ex-aequo seront départagés au temps total de l'épreuve.



Lieu: La Bazalgette à 20 minutes de Mende sur la D 31 entre Balsièges et Ispagnac
Fléchage depuis La Bazalgette.

Horaires : - Accueil à partir de **8 H 30**.

- Remise des définitions de postes des différentes précisions techniques.

- Départ en masse du combiné (tous les circuits) à **10 heures précises**.
Passage au parc à vélo pour le départ instantané* du VTT'O entre 10h et 12 H.

Zone de course

* : 5 minutes sont accordées à chaque concurrent pour se changer, boire ou se restaurer entre les deux épreuves.

Premier départ pour les participants à une seule épreuve : **10 H 30**.

Remise des prix Combiné : 14 heures sur place.

Circuit Elite (A): (1 seul classement)

Attention, circuit difficile en VTT.

CO à pied: 1 h 30 maxi **VTT'O :** temps moyen de course 120 min

Circuit Longue Distance (B): (2 classements : Dames, Hommes)

CO à pied: 1 h 30 maxi **VTT'O :** temps moyen de course 90 min

Circuit Découverte (C): (1 seul classement)

Ouvert aux débutants :

CO à pied : 1 h 00 maxi **VTT'O :** temps moyen de course 60 min

RENSEIGNEMENTS DE DERNIERE MINUTE SUR NOTRE SITE : <http://mende.orientation.free.fr>