

DIMANCHE 20 NOVEMBRE

PLAN D'AUPS

COURSE D'ORIENTATION
Finale du challenge PACA
Course en relais de 3 équipiers d'un même club



La Sainte Baume.

Traceur: Françoise Deli Contrôleur: Georges Deli
Arbitre: Olivier Benevello

- Carte : Forêt domaniale de La Sainte Baume mise à jour en 2009 et 2011
- Echelle 1/10 000 ° (1/ 5 000° pour circuit D et mini relais)
- Lieu de course : Hôtellerie de la Sainte Baume
<http://g.co/maps/effjp>
- Parking au Nord de l'Hôtellerie
- Accueil ouvert à partir de 9h
- Relais :
 - Départs par circuits de 10h00 à 10h30 ;
 - Inscriptions obligatoires avant lundi 14/11 par mail
 - Tarifs : 18€ par équipe (6€ par coureur si équipe incomplète)
 - Non licenciés : ajouter 2.50€ et prévoir un certificat médical.
 - Hors classement : Mini-relais pour les plus jeunes et les débutants: 1000m
Départ à 10h45
12€ par équipe de 3 relayeurs.

organisée par le club : Pradet Orientation Loisir Et Sport

rappel du règlement PACA pour les relais

Les équipes sont constituées de 3 coureurs.

Pour constituer une équipe, les coureurs peuvent se surclasser. Pour être classable et marquer des points l'équipe doit courir sur le circuit du représentant de la catégorie la plus élevée.

Seules les équipes de 3 coureurs d'un même club seront classées; toutes les autres équipes (« open ») peuvent participer mais ne seront pas classées.

▪ Catégories et circuits

A: 4800m H20-35

B: 3500m H18, H 40-45, H50-55

C: 2800m H16, H60et +, D18, D20-35, D40-45

D: 1800m HD10, HD12, HD14, D16, D50-55, D60et +



○ **A l'atelier Loisir :**

2 Circuits proposés : 2500m et 4000m
non chronométrés, départs après les relais.

inscriptions sur place

Licenciés : 5€, non licenciés : 7.50€

Circuit ficelle gratuit

○ **Buvette, petite restauration sur place**
(Sandwichs, gâteaux, boissons chaudes et froides)

Renseignements : **04 98 01 00 83**

poles8311@free.fr

<http://8311.free.fr>

