



RAID HIVERNAL D'ORIENTATION A Fontrieu (Ferrières) en Forêt de Montagnol

Dimanche 17 février 2019

RAID D'ORIENTATION, EN EQUIPE DE 2 ou en SOLO

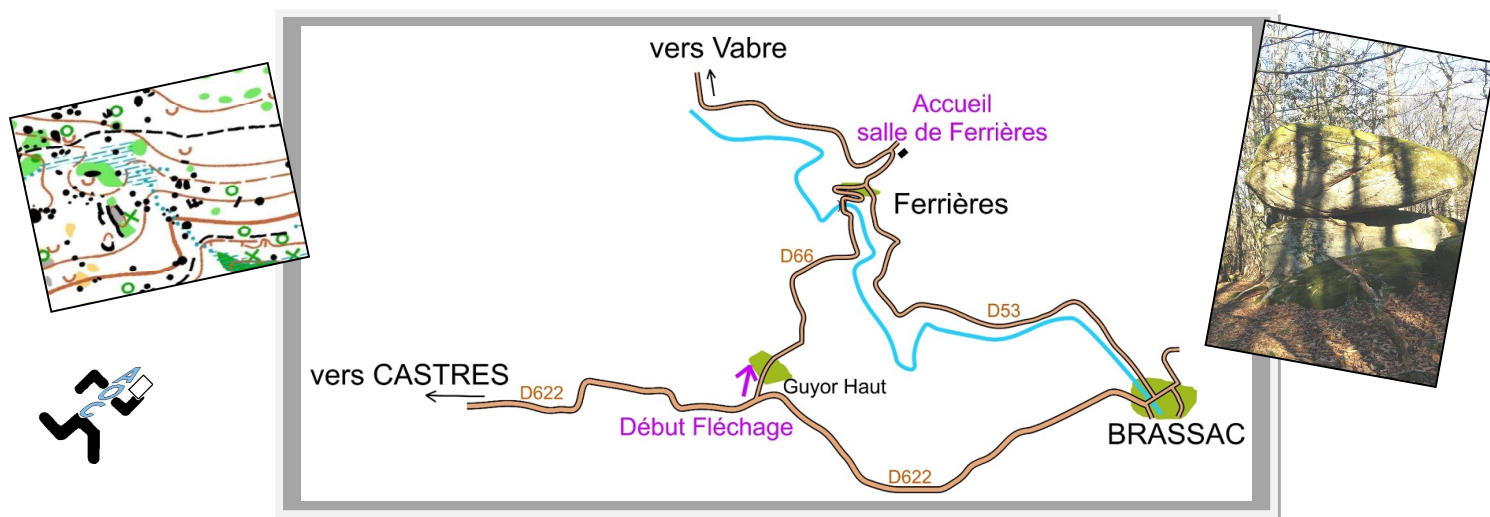
Circuit A: 14.5 km et 800 m de dénivelé, très technique. (distance réelle 20km)

Circuit B: 11.5 km et 500 m de dénivelé, technique. (distance réelle 14km)

Circuit C: 8 km et 350 m de dénivelé, assez technique. (distance réelle 10km)

Circuit D : 5.5 km et 250 m de dénivelé, Moyen à facile - Pour coureur peu confirmé et randonneur

Circuit E: 4 km et 150 m de dénivelé, facile, Famille et découverte.



→ Fléchage depuis carrefour D622 – D66 (entre Castres et Brassac)



<https://azimut-orientation-castres.jimdo.com/>

**Cette année inscription sur adéorun.com
Ne tardez pas!**

RAID HIVERNAL D'ORIENTATION de Ferrières - Forêt de Montagnol

L'EPREUVE:

Ce raid est une course d'orientation par équipe de 2. Le centre de course se situe à la salle du village de Ferrières (81)- commune de Fontrieu. Les cartes de course d'orientation à l'échelle 1/10 000 aux normes IOF sont fournies au départ (Carte faite par A Pellegruy 2015 + reprise et extension vers le sud en 2018 par L. FRAYSSINET), avec les points de passages déjà reportés par l'organisation, (poinçonnage électronique Sport Ident, location possible de puce sur place 3 euros par équipe).

5 circuits de course (de longueur et de difficulté variées) sont prévus. Toutes les équipes d'un même circuit prennent le départ simultanément (Départ "en masse") à 10h puis toutes les 3 mn selon le circuit.

Circuit A: 14.5 km et 800 m de dénivelé, très technique. (distance réelle 20km)

Circuit B: 11.5 km et 500 m de dénivelé, technique. (distance réelle 14km)

Circuit C: 8 km et 350 m de dénivelé, assez technique.(distance réelle 10km)

Circuit D : 5.5 km et 250 m de dénivelé, Moyen à facile - Pour coureur peu confirmé et randonneur

Circuit E: 4 km et 150 m de dénivelé, facile, Famille et découverte.

L'accueil sera assuré à partir de 8h30 à la salle de Ferrières.

Une buvette (chaude et froide) avec petite restauration sera à votre disposition, dès 9 h, et jusqu'à la fin de l'épreuve.

ORGANISATION TECHNIQUE:

Organisation : Azimut Orientation Castres
Traçage: Laurent FRAYSSINET
Contrôleur : Christophe MAZAN – Christian SEGONNE
Arbitre : Laurent AUDOUIN

REGLEMENT RAID (Circuits "A" à "E"):

- 1- Les équipes sont constituées de 2 concurrent(e)s qui doivent effectuer leur parcours en restant toujours associés. Sur les parcours "D"et "E", un(e) 3ème équipier (e) ou plus est toléré(e). Les engagements sont limités à 30 équipes par circuit, dans l'ordre d'arrivée des demandes. Les inscriptions sur place ne seront possibles que dans la limite des places disponibles. Dans ce cas, comme pour toute inscription après 12 février 2019, les droits d'engagement seront majorés de 2 € par concurrent.
- 2- Pour les coureurs **non-licenciés FFCO**, un **certificat médical de non-contre indication à la pratique de la course d'orientation en compétition est obligatoire.**
- 3- **Les licenciés UNSS doivent également fournir un certificat médical** mais ils ne payent pas la licence journée.
- 4- Les mineurs ne peuvent concourir que s'ils sont licenciés à la FFCO depuis plus d'un an ou s'ils sont accompagnés par une personne majeure. Ils ne peuvent courir que sur les circuits D ou E.
- 5- Le départ sera donné, "en masse" à 10h pour le circuit A, 3 min plus tard pour le circuit B, 3 min plus tard pour le circuit C , à 10h30 pour le circuit D et 3 mn plus tard pour le circuit E. La carte, avec le circuit pré imprimé par l'organisation, sera donnée après un parcours commun.

- 6- Les postes (balises) doivent obligatoirement être poinçonnés à l'aide de la puce SI dans l'ordre spécifié sur la carte. Tout manquement à cette règle sera sanctionné par la disqualification de l'équipe. Le choix de l'itinéraire pour aller d'un poste à l'autre est laissé à l'initiative des coureurs.
- 7- Pendant toute la durée de la course, chaque équipe doit porter sur elle au moins une boussole, un sifflet, une couverture de survie, de la nourriture et une réserve d'eau. Dans la mesure du possible, l'organisation installera un ravitaillement en eau sur chaque circuit (Attention, par temps froid, l'eau gèle !).
- 8- Tout abandon devra être signalé à l'organisation.
- 9- Le temps de course est limité à 5 heures. Toutes les équipes doivent rejoindre l'arrivée avant 15h. Les équipes arrivant après cette limite seront disqualifiées. A partir de l'heure de fermeture, l'organisation se réserve le droit de relever les balises.
- 10- Les équipes arrivant avant la limite et n'ayant pas la totalité des poinçons seront classées après celles ayant effectué la totalité du parcours et en fonction du nombre de postes consécutifs poinçonnés (les postes poinçonnés après un -ou plusieurs- manquant ne seront pas comptabilisés).
- 11- Récompenses aux premiers H, F Mixte de chaque circuit.
- 12 – Le raid hivernal d'orientation est **ouvert aux individuels mais ils doivent avoir une bonne expérience des raids , car la course se situe en zone montagne et en hiver seul les appels secours passent dans cette zone.** Seul le 1^{er} individuel par circuit sera récompensé.
- 13 – Possibilité de faire un circuit en marche - orientation, non chronométré, non classé. Départ libre avec une carte après 10h30.

14 – Inscription en ligne sur Adéorun.com .

En cas de problème contacter le club par mail azimut.o.castres@gmail.com

ou par ☎ 06.88.15.07.83 ou 05.63.35.91.83

TARIFS (Par équipier) (hors frais de transaction du site Adéorun)

Licenciés FFCO, FFRP, FFTri, UNSS et FNSU	18 ans et moins:	11 €
	19 ans et plus:	15 €
Non licenciés (Licence journée incluse)	18 ans et moins:	14 €
	19 ans et plus:	18 €
<u>Location de puce obligatoire pour chronométrage des inter postes (une par équipe)</u>		3 €
Marche en Orientation (non licencié - non chronométré- non classé)		10 €

Majoration de 2 € par équipier pour les inscriptions après le 12 février 2019.

Pour ceux qui préfèrent s'inscrire « à l'ancienne » bulletin d'inscription page suivante

BULLETIN D'INSCRIPTION

Il est important de s'inscrire à l'avance pour pouvoir préparer et imprimer les cartes nécessaires.

Le premier équipier sera considéré comme le correspondant de l'équipe. C'est lui qui recevra les courriers de la part de l'organisation. Vous pouvez participer sur le circuit de votre choix.

Choix du circuit : (entourer le circuit choisi)				
A	B	C	D	E
1 ^{er} Equipier ou SOLO		2 ^{ème} Equipier + 3 ^{ème} possible pour cir D et E		
Nom _____		Nom _____		
Prénom _____		Prénom _____		
Sexe _____		Sexe _____		
Né(e) en _____		Né(e) en _____		
Licence FFCO _____ N° Club FFCO _____		Licence FFCO _____ N° Club FFCO _____		
Licence FFRP _____ Licence FFTri _____ Club		Licence FFRP _____ Licence FFTri _____ Club		
Licence UNSS		Licence UNSS		
N° Puce SI : _____				
Tél. _____				
Adresse _____				

, Adresse email :		Adresse email :		
		Signature 1 ^{er} Equipier		Signature 2 ^{ème} Equipier
Règlement : Location SI : 3€ 1 ^{er} Equipier : 2 ^{ème} Equipier : Majoration Retard : (2 € x 2)= Total :		Tarifs : Licenciés FFCO, UNSS, FFRP 18 ans et moins : 11 € 19 ans et plus : 15 € Non licenciés : 18ans et moins : 14 € 19 ans et plus : 18 € Marche orientation (non chronométré) : 10€		ATTENTION Pour les non licenciés FFCO : Certificat médical de non contre indication à la pratique sportive en compétition datant de moins d'un an le jour de la manifestation. Pour UNSS, FNSU, FFTri et FFRP photocopie de la licence en cours de validité + certificat médical

A envoyer par courrier à l'adresse:

Stéphane GIMENO
7 Reg du Millénaire
81 290 VIVIERS LES MONTAGNES

Ou par E Mail azimut.o.castres@gmail.com

Avant le 12/02/2019 avec le chèque de règlement (à l'ordre de l'AOC.), les certificats médicaux mentionnant : « *pratique de la course d'orientation en compétition* » pour les non licenciés FFCO.

Pour les licenciés UNSS, FFTri, FNSU et FFRP copie de la licence en cours.

Pour les parcours non chronométrés, pas besoin de C.M. Vous aurez confirmation de votre inscription par mail.



06.88.15.07.83 ou 05.63.35.91.83

Site club : <https://azimut-orientation-castres.jimdo.com/>