



# FIGEAC NATURE ORIENTATION

Contacts :  
Fred : 05 65 34 18 80 / 06 73 46 19 61  
Carole : 05 65 11 41 19 / 06 72 81 20 02  
Michel : 05 65 34 62 78 / 06 25 61 59 61

<http://www.fino46.org/>  
<https://www.facebook.com/FINO4601>

# CALENDRIER 1<sup>er</sup> Semestre 2017

Édition: 04/01/2017

Où irons-nous nous échauffer avec une veste coupe-vent top deSign?

	Dates	Course	Lieu	Organisateur	Horaire
<b>JANV.</b>	Ven. 13 janvier	A.G. du Comité Départemental du Lot	Figeac (OIS)	CDCO46	20H30
	S&D 14-15 janv.	Stage RDE jeunes	Puymirol (47)	PSNO	-
	Dim 15 janvier	Raid Méridienne verte	Naucelle (12)	CVO12	9h
	<b>Dim 29 janvier</b>	<b>Départementale</b>	<b>Cabrerets (46)</b>	<b>FiNO</b>	<b>14h30</b>
<b>FEV.</b>	<i>Dim 5 février</i>	Raid orientation hivernal	Lac de St Peyres (81)	AOC	10h
	<b>Dim 12 février</b>	<b>Régionale LD Nouvelle Aquitaine</b>	<b>Sainte-Féréole (19)</b>	<b>BCCO</b>	<b>10h</b>
	<i>Dim 12 février</i>	Raquette'O	Font-Romeu (66)	CCIO	10h
	<i>Dim 19 février</i>	Raid orientation hivernal	Mezens (81)	BOA	10h
	<b>Dim 26 février</b>	<b>Champt Occitanie LD</b>	<b>Serenac (81)</b>	<b>RESSORT</b>	<b>10h</b>
<b>MARS</b>	S&D 4-5 mars	Stage RDE jeunes	Voutezac (19)	BCCO	-
	<b>S&amp;D 11-12 mars</b>	<b>Régionales MD n° 2 + n°3 (Champt Occitanie MD)</b>	<b>Le Caylar (34)</b>	<b>MSO</b>	<b>-</b>
	S&D 18-19 mars	Nationales NW et SE	Régusse (83) / Sillé (72)	CD83/LPLCO	-
	S&D 25-26 mars	Régionales LD n°4 + n°5	Le Caylar (34)	MUC	-
	<b>Dim 26 mars</b>	<b>Stage FiNO (entraînements)</b>	<b>Causse de Gramat</b>	<b>FiNO</b>	<b>-</b>
<b>AVRIL</b>	<b>Sam 1 avril</b>	<b>Régionale O'VTT LD</b>	<b>Théminettes</b>	<b>FiNO</b>	<b>15h</b>
	<b>Dim 2 avril</b>	<b>Départementale LD</b>	<b>Livernon</b>	<b>FiNO</b>	<b>10h</b>
	<i>S-L 15-17/04/16</i>	Stage Ligue Jeunes	Larzac (12)	LOCCO	-
	<b>Dim 16 avril</b>	<b>Régionales MD + sprint Nlle Aquit.</b>	<b>Monceaux+Argentat (19)</b>	<b>Dordogne Ani.</b>	<b>-</b>
	<b>V&amp;D 21-23 avril</b>	<b>France Relais Sprint+MD+des Clubs</b>	<b>Lot et Garonne (47)</b>	<b>LAQCO</b>	<b>-</b>
	<i>V-S 28-30 avril</i>	Raid Infernou	Bruniquel (81)	BOA+SCOR	-
<b>MAI</b>	<i>S-D 13-14 mai</i>	Régionale LD n°7 Champt Occitanie sprint (Rég. n°8)	Montlaur(11) Narbonne (11)	COORE	-
	<i>S-D 20-21 mai</i>	Régionale MD n°9 + LD n°10	Lavelanet (09)	BOA	-
	<b>S&amp;D 27&amp;28 mai</b>	<b>France Relais + France LD</b>	<b>Côte d'Or (21)</b>	<b>2101+2104</b>	<b>-</b>
<b>JUIN</b>	<b>Dim 4 juin</b>	<b>Régionale n°11</b>	<b>Bruniquel (82)</b>	<b>SCOR</b>	<b>-</b>
	<i>S-D 3-4 juin</i>	Raid O'Bivwak	La Toussuire (73)	Ligue RA	-
	<b>S&amp;D 18-19 juin</b>	<b>Régionale MD n°12 Nationale Sud-Ouest</b>	<b>Reilhac (46) Quissac (46)</b>	<b>FiNO</b>	<b>-</b>
	<i>Sam 24 juin</i>	Trail semi-urbain	Figeac	FAC	18h

*Dates en italique* : vacances scolaires

**Courses en gras** : Les rendez-vous du club !

**En rouge** : organisations FiNO

La plupart des courses sont ouvertes aux non-licenciés et proposent tous niveaux.

Les inscriptions aux courses Nationales se font **15 jours mini** avant la course.

#### RAPPEL :

**Entraînement physique** (course) pour adultes **tous les mardi et vendredi soir de 18h30 à 20h** au stade de Londieu, en collaboration avec le FAC (athlétisme).  
**Entraînement C.O.** pour tous. **tous les jeudis de 18h30 à 20h** (lieu variable).



Course d'Orientation  
Fédération Française