



Figeac Nature  
Orientation

# INVITATION COURSE D'ORIENTATION

## Championnat Midi-Pyrénées Longue Distance

### COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL

### DIMANCHE 03 AVRIL 2016

LIGUE MIDI-PYRÉNÉES  
DE  
COURSE D'ORIENTATION



- ❑ **Lieu :** Saint-Pierre Toirac (46)
- ❑ **Organisation :** Figeac Nature Orientation
- ❑ **Contact :** Frédéric RAMBLIERE Tel. 06 73 46 19 61  
[fred.rambliere@wanadoo.fr](mailto:fred.rambliere@wanadoo.fr) <http://fino46.org/>
- ❑ **Inscriptions :** En ligne sur le site FFCO **jusqu'au 28 mars**  
Ou par mèl (non-licenciés seulement).  
Seuls les préinscrits seront sûrs d'avoir une carte sur leur circuit.
- ❑ **Règlement :** Suivant le [Règlement des courses régionales en Midi-Pyrénées](#)

- ❑ **Tarifs :**

|                 |           |               |
|-----------------|-----------|---------------|
|                 | licenciés | non licenciés |
| 19 ans et plus  | 7 euros   | 11 euros      |
| 18 ans et moins | 4 euros   | 7 euros       |

Location de puce: 3 euros - caution: 40 euros ou carte d'identité  
Taxe pour inscriptions tardives, ou absence non justifiée : 2€

- ❑ **Accueil :** Au-dessus de Saint-Pierre Toirac  
Distances : Parking / Accueil : 100 à 400 m  
Accueil / Départ: 1000 m  
Accueil / Arrivée: 200 m
- ❑ **Horaires :** Accueil à partir de 9h. Prise des horaires de départ sur place.  
Départ au boitier entre 10 h et 12h,  
*Mais pas moins de 4 mn entre deux coureurs d'un même club sur le même circuit, les coureurs ne remplissant pas cette condition seront disqualifiés.*  
A 12h30 : Remise des récompenses de la course, et des médailles de la coupe de la ligue 2015 (pour les 3 premiers jeunes par catégorie).  
Fermeture des circuits à 14h.
- ❑ **Fléchage :** Depuis le village de Saint-Pierre Toirac
- ❑ **Terrain :** Terrain caussenard partiellement boisé, relief.
- ❑ **Carte :** " Les Garrigues " relevés 2014  
Echelles 1/10000 (circuits violets à jaunes), 1/5000 (circuits verts et bleus)
- ❑ **Circuits:** 10 circuits de couleurs suivant le [Cahier des charges des courses régionales en Midi-Pyrénées](#): et le [Guide de choix des circuits de couleur Ligue MP](#)

- ❑ **Organisateur :** Frédéric RAMBLIERE
- ❑ **Cartographe :** Bruno MARCHEGAY
- ❑ **Traceur :** Joël TREMOULET
- ❑ **Contrôleur :** Philippe BAILLY
- ❑ **Responsable GEC :** Marc PIVAUDRAN
- ❑ **Délégué fédéral Arbitre :** Pierre NATALI (BOA)
- ❑ **Restauration :** Buvette, boissons chaudes, Sandwichs.

| CIRCUIT          | MOYENNE DE TEMPS DES 3 PREMIERS | DISTANCES INDICATIVES POSTES A POSTES (distance + dénivelé x10) |
|------------------|---------------------------------|---|
| Violet long      | 70'                             | 10 km   |
| Violet moyen     | 60'                             | 7,5 km  |
| Violet court     | 50'                             | 6 km  |
| Violet court bis | 40'                             | 4 km  |
| orange           | 40'                             | 5 km  |
| Jaune long       | /                               | 8 km  |
| Jaune            | 35'                             | 3,5 km  |
| Bleu             | 25'                             | 2,7 km  |
| Vert             | 20'                             | 2,2 km  |
| J (Jalonné)      | 20'                             | 2 km  |