



Dimanche 24 mai 2009
Course d'orientation
Moyenne distance
Classement national

Organisateur : VALMO

- Traceur : Marie Desrumaux/Maxime Leroy
- Responsable GEC : Didier Torz
- Arbitre : Jacques LEROY

Carte : Forêt domaniale de Phalempin

- Echelle 1/10000, équidistance 5m,
- Forêt sans relief avec beaucoup de végétation basse (jambes couvertes conseillées), nombreuses traces créées

Circuits :

circuit	poste	distance	catégorie
A	27	7.1km	H20-35
B	22	6.1km	D20-21 H18 H40-45
C	17	4.8km	D40 H16 H50+
D	16	4.1km	D16-18 D45+
E	12	3.2km	HD14
F	10	2.5km	HD12
jalonné	9	1.9km	

Accueil :

- Inscriptions avant 20h00, le mardi 20 mai
- Inscriptions sur place, à partir de 9h00, dans la limite des cartes disponibles
- Cartes au format A4 sous pochettes plastiques
- Départs de 9h30 à 12h
- Ramassage des postes à 14h30

RDV :

Rendez vous maison de la forêt, Fléchage à partir de Eglise de Phalempin

Distances :

- Accueil - départ : 300m
- Parking - accueil : 100m

Inscriptions :

- Licenciés FFCO de la LNPPCO : gratuit à J-4 (inscription par le club)
- Licenciés UNSS/UGSEL/USEP : gratuit à J-4
- Licencés FFSU à J-4 ou inscription des licenciés LNPPCO : 1 €
- Licenciés FFCO hors ligue/FRSO/UFOLEP/ Licenciés Raid : 4 €
- Non licenciés : Adulte : 5 € / moins de 18 ans : 3 € /famille 12 €

Chronométrage Sportident

Petite Restauration sur place

Résultats sur : www.valmo.net

Inscriptions à : contact@valmo.net