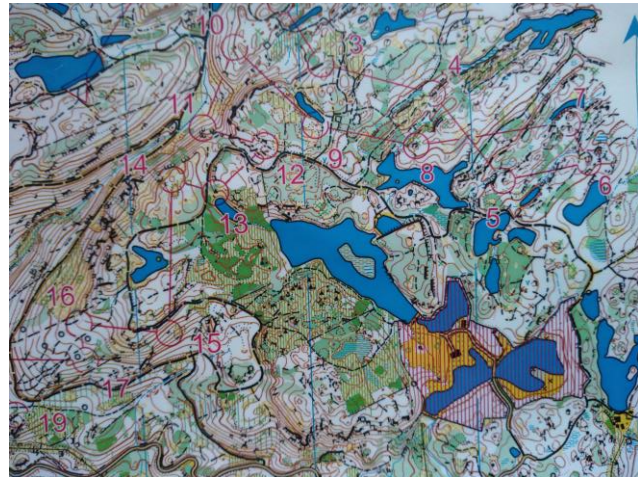


Ligue PACA de Course d'Orientation

Stage de Pâques 2019

Adultes et Jeunes



Date

Du mardi 16 avril au jeudi 18 avril 2019

Lieu

Sur le **plateau des Mille Etangs** en **Haute-Saône (70)** dans les **Vosges du Sud** sur les cartes de **Mélieux** et de **Faucogney-et-la-Mer**.

A 1h de route de Belfort, lieu des **3 jours de Pâques**, courses de grande qualité (supports des sélections EYOC, JWOC, WOC ; 2 épreuves WRE) organisées par le CO Mulhouse du vendredi 19 avril au lundi 22 avril.

Terrain

Forêt continentale avec alternance de blanc et de divers verts, avec nombreux étangs et marais, avec microrelief. Le plateau des Mille Etangs, appelé également « **la petite Finlande** » fut le théâtre d'épreuves des premiers WOC organisés par la France en **1987**.

Transport

à la charge des participants (vers et sur les lieux du stage)

Public concerné

Orienteurs(euses) licencié(e)s FFCO en PACA de tous âges maîtrisant le niveau Bleu (niveau HD12). Chaque jeune demeure sous la responsabilité permanente de ses parents présents (ou de l'adulte le transportant désigné par ses parents). Ces derniers décident de l'opportunité ou non de l'accompagner sur le circuit. Priorité d'inscription pour les jeunes du Groupe Ligue PACA (avec place réservée pour l'adulte licencié sous la responsabilité duquel chaque jeune sera).

Hébergement

En demi-pension au centre **La Source du Tampa** à **La Rosière** (à 15/30' des cartes) : www.sourcedutampa.com
Chambres de 2 à 4 personnes avec sdb et WC. Draps et linges de bain non fournis.

Programme

Certains entraînements seront tracés par **Adrien Delenne** (membre de l'équipe de France), d'autres par le club normand **VIK'AZIM**, déjà partenaire du stage dans les Landes en 2017 et co-organisateur du stage 2019, et d'autres enfin reprendront en partie les courses du **Training Camp VHSO** de l'été 2018.

Niveaux d'exercice

Niveau 1 : technique et physique (Violet Long)

Niveau 2 : technique et moyennement physique (Violet moyen)

Niveau 3 : peu technique et peu physique (Jaune)

Attention : il ne sera plus possible de changer de niveau après le 1er avril.

Inscriptions

Licenciés PACA : jusqu'au dimanche 31 mars (dans la limite des 50 places du centre hors camping-caristes) sur le site <http://co-paca.info/inscription/>

Jeunes du Groupe Ligue PACA : en plus de vous inscrire sur le site, merci de m'envoyer un mail (champigny@neuf.fr) en précisant l'adulte licencié sous la responsabilité duquel vous serez.

Coût prévisionnel :

Un **premier montant d'environ 60 à 80 euros par personne** comprend :

- les pique-niques du midi, les goûters, les apéritifs, des mardi, mercredi et jeudi.
- Les divers frais de stage du mardi au jeudi.

Un **second montant** par personne est à ajouter :

- **Formule A** : 68 euros pour hébergement, repas du soir et petit-déjeuner du mardi soir au jeudi matin
- **Formule B** : 102 euros pour hébergement, repas du soir et petit-déjeuner du lundi soir au jeudi matin
- **Formule C** : 93.50 euros pour hébergement, repas du soir et petit-déjeuner du lundi soir (mais sans repas du lundi soir) au jeudi matin
- **Formule D** : 102 euros pour hébergement, repas du soir et petit-déjeuner du mardi soir au vendredi matin
- **Formule E** : 136 euros pour hébergement, repas du soir et petit-déjeuner du lundi soir au vendredi matin
- **Formule F** : 127.50 euros pour hébergement, repas du soir et petit-déjeuner du lundi soir (mais sans repas du lundi soir) au vendredi matin

Pour les camping-caristes :

- **Formule G** : 17 euros pour repas du soir du mardi, mercredi.
- **Formule H** : 25.50 euros pour repas du soir du lundi, mardi, mercredi.
- **Formule I** : 25.50 euros pour repas du soir du mardi, mercredi, jeudi.
- **Formule J** : 34 euros pour repas du soir du lundi, mardi, mercredi, jeudi

Les camping-cars pourront stationner au centre dans la limite de la place disponible.

De même, s'ils désirent prendre des petits déjeuners au centre, ils devront régler 4 euros par personne et par petit-déjeuner.

Nouveau :

Les jeunes licenciés PACA de HD10 à HD20 **et les étudiants licenciés PACA de moins de 25 ans** (sous réserve de fourniture d'une copie de leur carte étudiante) bénéficient d'une **aide Ligue de 50% du coût total du stage plafonné à 20 euros par jour**, soit 60 euros pour le stage (*Décision du CD Ligue du 5/01/19*)

Coordination du stage et renseignements :

Laurent Champigny : champigny@neuf.fr

Matthieu Delenne (hébergement/restauration) : cussacdelenne@orange.fr