

**Ligue PACA de Course d'Orientation**  
**Stage de Pâques 2020**  
**Adultes et jeunes**

**Dates**

du dimanche 19 avril 18h au jeudi 23 avril 16h

**Lieu**

Dans le 04, vers Sisteron, sur les cartes de Salignac, Vilhosc, Volonne, Aubignosc, Château-Arnoux

**Terrains**

Nos fameuses ravines ! Relief très marqué et parfois complexe, forêts méditerranéennes, de l'urbain à Volonne

**Transport**

A la charge des participants, vers et sur les lieux du stage ; pensez au co-voiturage

**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 + pique-nique du midi, au camping de Volonne, l'Hippocampe ([www.l-hippocampe.com](http://www.l-hippocampe.com))

Logement en mobilhomes.

Apporter serviette de toilette, draps ou duvet de préférence

**Programme**

*Hors stage : dimanche 19 avril après-midi, course départementale à Salignac (organisation Balise 04) ; annonce à venir, inscription et règlement comme d'habitude*

Lundi 20 : exercices sur la carte de Salignac

Mardi 21 : exercices sur la carte de Vilhosc

Mardi 21, 18h : sprint à Volonne

Mercredi 22 : exercices sur Aubignosc

Jeudi 23 : exercices sur Château-Arnoux

**Niveaux d'exercice**

- Niveau orange/violet
- Niveau bleu/jaune

A choisir lors de l'inscription ; **Attention: il ne sera plus possible de changer de niveau après le 10 avril.**

**Encadrants**

Isabelle et Olivier Berrien, Nicolas Boissier, Eric Pomet  
Auxquels viendront se rajouter Fabrice Balp, Olivier Estela

### Inscriptions

**Jeunes du Groupe LiguePACA : jusqu'au mardi 17 mars** par mail ([danielandre.sstrn@free.fr](mailto:danielandre.sstrn@free.fr)) en précisant l'adulte licencié sous la responsabilité duquelle le jeune sera.

**Autres licenciés : du mercredi 18 mars au dimanche 31 mars** (dans la limite des 50 places réservées au camping, hors camping-caristes) sur le site <http://co-paca.info/inscription/>

Attention : le stage peut se remplir en quelques jours. Vous pourrez ensuite vous inscrire en liste d'attente par mail ([danielandre.sstrn@free.fr](mailto:danielandre.sstrn@free.fr)). Nous contacterons alors le camping pour connaître les disponibilités restantes.

### Coût prévisionnel

- formule A : 190€ environ pour les frais de stage et demi pension + pique-nique du midi, du dimanche soir au jeudi après-midi
- formule B : 130€ environ pour les campingcaristes, comprenant les frais de stage, le repas du soir et pique-nique du midi ; l'emplacement, le branchement électrique et la taxe de séjour seront réglés par les campingcaristes directement au camping (16,20€ par jour pour 2 personnes, 5,60€ par personne supplémentaire)
- formule C : 50€ environ sans hébergement ni repas ni pique-nique

Une aide ligue de 50% avec un maximum de 80€ est prévue pour tous les jeunes licenciés PACA ; exceptionnellement cette aide est étendue à tous les stagiaires (jeunes et adultes)

### Coordination du stage et renseignements

Daniel ANDRE : [danielandre.sstrn@free.fr](mailto:danielandre.sstrn@free.fr) 06 85 93 09 14

Fabrice BALP : [fafabalp84@hotmail.fr](mailto:fafabalp84@hotmail.fr) 06 12 02 59 82