



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : AC Aurélien
Directeur de course : Mathieu PETIT-GOUNELLE
Délégué : Denis DESPLANQUES
Arbitre : Denis DESPLANQUES
Contrôleur des circuits : Laurent CHAMPIGNY
Traceur : Mathieu PETIT-GOUNELLE
GEC : Richard HEYRIES – Cécile EYRIES - Laurence CHAMPIGNY

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : Bois de St Canadet (05) **Relevés :** 2018
Cartographe : Pierre DELENNE
Échelle : 1/7500^{ème} pour tous les circuits
Équidistance : 5m

Type de terrain : Flanc de colline avec de nombreux murets, talus et blocs rocheux. Forêts de chêne pubescent et de pin mélangées. Bonne pénétrabilité



ACCÈS

Fléchage : Croisement Rue du Cimetière - D13 Saint Canadet (D13)
<https://goo.gl/maps/ifxfn2NcwUjL6Vvh7>
Cordonnées GPS : 43.631343, 5.455926



HORAIRES

Accueil : à partir de 9h

Distance parking-accueil : 0 à 200 m
Distance accueil-départ : 700m et 80m de dénivelé (10/15mins en marchant)

Départ : 10h à 12h

CHOIX HORAIRES OBLIGATOIRE avant le jeudi 16/03/23 à 23h59 sur :

<http://cab84.free.fr/ligue/index.html>
(A défaut heure choisie par l'arbitre)

Remise des récompenses : 14h30
(aux 3 premiers de chaque catégorie PACA)
Fermeture des circuits : 14h

Distance arrivée-accueil : 100m



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 12 circuits
Nombre de circuits initiation (non chronométrés) : sur Vert, Bleu et Jaune « hors Champ »
Circuit vert acc : Les accompagnateurs devront avoir effectué leur circuit avant d'accompagner

Utilisation du système SI AIR (poinçonnage « classique » possible)



RÉSULTATS

<http://ac.aurelien.free.fr/>
<http://liveresultat.orientering.se/>
<http://co-paca.info/le-challenge-paca-de-co-pedestre>



SERVICES

Buvette et petite restauration



TARIFS

Licenciés : 9€ adultes, 6€ jeunes, 3€ vert acc
Inscrit sur place: + 2 € - Inscrit non présent: + 2 €

Non-licenciés FFCO :

▪ **Chronométrés** (voir ci dessous) (inscription, puce, Pass C ou DC) : Adultes : 12 € - Moins de 18 ans : 8 €
=> Circuits « Hors Champ »

▪ **Non chronométrés** (sans questionnaire médical) (inscription, puce, Pass LS) : Adultes : 6 € - Moins de 18 ans : 4 € -
Famille : 12 € (3 cartes)
=> Circuit « Découverte »

Caution en cas de prêt de puce SI (pièce identité)



INSCRIPTIONS

En ligne avant le 13 mars (avant 23h59) sur : <http://inscriptions.co-paca.info/>

Inscriptions sur place possible dans la limite des cartes disponibles (+2 euros)

Voir nouvelle répartition des circuits/catégories ci dessous

/!\ L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence compétition ou découverte compétition (jusqu'au niveau jaune inclus) et aux non-licenciés titulaires d'un titre de participation ad hoc respectant les conditions médicales d'accès : attestation de prise de connaissance du [questionnaire médical fédéral](#) et des [recommandations des cardiologues du sport](#) pour les majeurs, [questionnaire médical](#) ou certificat médical de moins de 6 mois pour les mineurs.



CONTACT

Mathieu PETIT-GOUNELLE – ac.aurelien13@gmail.com – 06 22 02 26 66



CONSIGNES DE COURSE SPECIFIQUES

Horaires de départ : les heures de départ doivent **obligatoirement être choisies avant le jeudi 16 mars à 23h59** sur le site : <http://cab84.free.fr/ligue/index.html>

A défaut l'arbitre vous attribuera une heure de départ à respecter impérativement.

Circuits/catégories : voir Tableau de répartition ci dessous et nombre de places qualificatives

Extrait règlement PACA 2023 :

Article IV-2 : Championnat de Ligue Moyenne Distance

Ce championnat de Ligue est qualificatif pour le championnat de France Moyenne distance.

C'est une course ou le classement se fait par catégorie d'âge (cf règlement FFCO 2022 Art. X.4).

Les coureurs ne souhaitant pas courir sur le circuit de leur catégorie peuvent s'inscrire sur un circuit des autres catégories mais ils ne seront pas classés au championnat de Ligue .

Ils marqueront des points pour le challenge PACA avec les coefficients utilisés pour les courses du challenge et ne pourront pas prétendre à une sélection aux championnats de France.

Circuit	Couleur	Temps course vainqueur	Hommes				Dames			
			Catég FFCO	Circuit Nationale-temps/niveau	Catég. PACA	Points PACA par rapport au :	Catég FFCO	Circuit Nationale-temps/niveau	Catég. PACA	Points PACA par rapport au :
A	Violet	35'	H21 H20 H35	A- 35' C- 30' E- 35'	H20-21-35 H20-21-35 H20-21-35	1er H20-21-35 1er H20-21-35 1er H20-21-35				
B	Violet	35'	H18 H40 H45	C- 30' E- 35' G- 35'	H18 H40-45 H40-45	1er H18 1er H40-45 1er H40-45				
C	Violet	35'	H50 H55	G- 35' I- 30'	H50-55 H50-55	1er H50-55 1er H50-55	D21 D20 D35	B- 35' D- 30' F- 35'	D20-21-35 D20-21-35 D20-21-35	1ère D20-21-35 1ère D20-21-35 1ère D20-21-35
Cbis	Violet	35'					D18 D40 D45	D- 30' F- 35' H- 35'	D18 D40-45 D40-45	1ère D18 1ère D40-45 1ère D40-45
D	Violet	30'	H60 H65	I- 30' I- 30'	H60-65 H60-65	1er H60-65 1er H60-65	D50 D55	H- 35' J- 30'	D50-55 D50-55	1ère D50-55 1ère D50-55
E	Violet	30'	H70	K- 30'	H70+	1er H70	D60 D65 D70	J- 30' J- 30' L- 30'	D60-65 D60-65 D70+	1ère D60-65 1ère D60-65 1ère D70+
F	Orange	25'	H16	M- 25'	H16	1er H16				
G	Orange	25'					D16	Mbis- 25'	D16	1ère D16
H	Jaune	25'	H14	N- 25'	H14	1er H14	D14	Nbis- 25'	D14	1ère D14
I	Bleu	25'	H12	O- 25'	H12	1er H12	D12	O- 25'	D12	1ère D12
J	Vert	20'	H10	P- 20'	H10	1er H10	D10	P- 20'	D10	1ère D10
Vert Acc	Vert	20'	Toutes catégories				Forfait 10 points			

Tableau du nombre de qualifiés par catégorie FFCO pour 2023

Catégorie FFCO	Nombre qualifiés	Catégorie FFCO	Nombre qualifiés	Catégorie FFCO	Nombre qualifiés	Catégorie FFCO	Nombre qualifiés
H12	4	H45	4	D12	3	D45	4
H14	5	H50	4	D14	4	D50	4
H16	4	H55	4	D16	4	D55	4
H18	3	H60	3	D18	3	D60	3
H20	3	H65	3	D20	3	D65	3
H21	3	H70	3	D21	3	D70	3
H35	3	H75	3	D35	3	D75	3
H40	4	H80	3	D40	4	D80	3