

PERNES LES FONTAINES

Dimanche 20 Septembre 2026

Organisation : Orientation Passion Avignon

Informations de Course :

Accueil / ARENA : à partir de 9h , de 0 à 700m du parking (P2 = **7mn à pied**) : Rubalysage

Fléchage : depuis l'entrée du village de Pernes, au Rond-point « route d'Avignon » (D28) / « Route de l'Isle sur Sorgues » (D938)

Point GPS : 43.99221412320348, 5.04913756997357

Départs:

CL Sprint
Entre 10h et 11h30
Choix des Horaires de Départ obligatoire , sur : http://cab84.free.fr/ligue/index.html Délai de rigueur : 17/09 – 23h59 Appel: H-3mn Pas de Boitier Départ pour les retardataires ! <i>Départ après avis de l'arbitre en fin de grille de Départ !</i> <i>(cf article dédié dans ce document)</i>

Relais Sprint
à partir de 14h30 en Masse , par vague selon la répartition ci-dessous :
Départ 1 : 14h30 Circuit Orange A / Circuit Jaune D
Départ 2 : 14h34 Circuit Orange B / Circuit Bleu E
Départ 3 : 14h38 Circuit Orange C

⚠ Pensez à prendre des épingles à Nourrice pour accrocher votre dossard !

P1: parking Frédéric Mistral, 84210 Pernes les Fontaines
<https://maps.app.goo.gl/4VJXyE2j4pjFREn77>
Point GPS : 43.999402, 5.057174

P2: (**CC, Van**) : parking Ecole Primaire Jean Moulin, Av Jean Moulin, 84210 Pernes-les-Fontaines
<https://maps.app.goo.gl/bmtrGp4ripTFz4CD7>
Point GPS : 44.00080181836928, 5.05668964072309

👉 Merci de suivre le Rubalysage vous menant à l'accueil...

WC Des toilettes publiques sont situées à proximité du parking. Merci de bien vouloir garder les toilettes propres 😊



Des poubelles permettant le tri des déchets sont à votre disposition sur le parking.
 Merci de les utiliser 🙏



Soyez acteur ! Proposez un co-voiturage en vous Inscrivant via le lien suivant :

<https://app.caroster.io/fr/e/83542793-d2f6-42e0-a38c-562b57bfd1b5/>

Téléchargez l'app sur votre mobile en tant que favori ! caroster



Camping-car :

Merci de bien vouloir privilégier le Parking P2.

Possibilité de passer la nuit sur différents sites en périphérie de Pernes les Fontaines

Ex : <https://park4night.com/fr/place/583184>



Buvette :

nous vous proposerons une buvette avec :

Pack Sandwich + Boisson (5€) , Sandwich (4€),

Pack Hot-Dog + Boisson (4€) , Hot-Dog (3€),

crêpe Sucre (1€50), crêpe Nutella (2€),

boissons chaudes (0,50€), Sodas (2€)

Réservation de sandwiches et hot dog **conseillée** par mail à : nmezrich@gmail.com

N'oubliez pas votre **Ecocup**



Récompenses du CL Sprint :

à partir de 13h



Fermeture des Circuits du CL Sprint :

Dès 12h30



Seul le **CDL Sprint** du matin attribuera des points au CN.



Fermeture des Circuits du Relais à 2:

Dès 16h

Pas de récompense pour le Relais

CHAMPIONNAT DE LIGUE DE SPRINT

Caractéristiques des Circuits CL SPRINT :

Circuit	Catégorie	Tps Moyen	Distance	Dénivelée	Nb Postes	Echelle
Orange - A	H 21-35	12 - 15'	3510m	45m	23	1/4000°
Orange - B	H 18-20 / H 40-45 / D 21-35		3200m	35m	22	
Orange - C	D 18-20 / D 40-45 / H16 / H 50-55		2910m	35m	21	
Orange - D	D16 / D50-55 / H 60-65 H 70+ / H 80+		2670m	35m	20	
Orange - E	D 60-65 / D 70+ / D 80+		2120m	35m	16	
Jaune - F	H14 / D14 / H12 / D12		2420m	25m	19	
Bleu - G	H10 / D10	15 - 20'	1860m	15m	24	
Loisirs	Non Licenciés		2360m	30m	19	

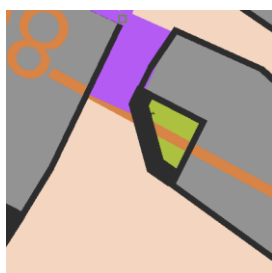
Caractéristiques de la carte :

Relevés et Dessin : Matthieu PUECH - 2023 - N°2025-D84-115

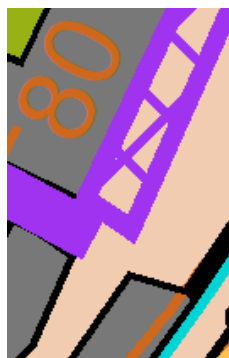
Carte de Base: Fabrice BALP - 2013

Mise à jour: Jérôme VIALARD - 2026

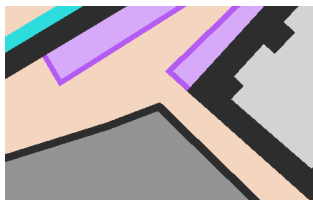
Des étais de bâtiments ne permettent pas le passage des coureurs dans une ruelle. Le symbole 708.000 « Limite interdite » a été utilisé, pour une meilleure lisibilité en course.



D'autres étais, ne gênant pas l'évolution des coureurs, apparaissent non loin. Le symbole 7009.003 « Zone interdite-Limite en traits continus » a été utilisé.



Le symbole 714.000 « Zone temporairement fermée » a été utilisé pour symboliser les terrasses de bars ou restaurants. Soyez vigilant.



 Les ruelles étant parfois étroites, avec de nombreux escaliers, soyez attentifs aux autres coureurs ainsi qu'aux promeneurs qui vont être nombreux ce dimanche en raison de la « **Journée du Patrimoine** »...



Retournement de Carte ou "Map Flip"

Les Circuits **Orange** : **A B C D**, ont un retournement de carte.

Il se présente comme suit :

Recto : Sur la partie en haut à gauche de la carte apparaît le circuit et la catégorie, avec **(1)** entre parenthèse :

le circuit **commence** de ce côté de la carte : **Orange-A**
H21-35 (1)

Verso : sur la partie en haut à gauche de la carte, apparaît le circuit et la catégorie, avec **(2)** entre parenthèse : le

circuit se **poursuit** de ce côté de la carte : **Orange-A**
H21-35 (2)



La première balise qui est aussi la dernière de la première partie est représentée comme suit :

Dans les description des Postes le symbole : Retournement de carte apparaît : 

Le Mot du Traceur :

« Entre ruelles, passages, parcs et berges de l'Auzon, Pernes-les-Fontaines offre un terrain de jeu particulièrement varié, où les styles d'orientation se succèdent au fil des tracés. Il faudra tantôt se faufiler dans le dédale des ruelles en privilégiant une navigation fine et précise, tantôt lever la tête et faire les bons choix sur des itinéraires plus longs. Les zones de parc offriront ensuite un tout autre rythme, avec des enchaînements rapides où lecture de carte, anticipation et vitesse devront se conjuguer ».

Faustin ROURE

Les Retards :

Nous nous référons au **Règlement de Ligue du Challenge PACA** :

https://co-paca.info/site/file/source/doc_clubs/2026/reglementpaca_30dec2025.pdf

Article I-8 : Heures de départ

... Sur les championnats de ligue **les départs sont donnés aux horaires prévus...**

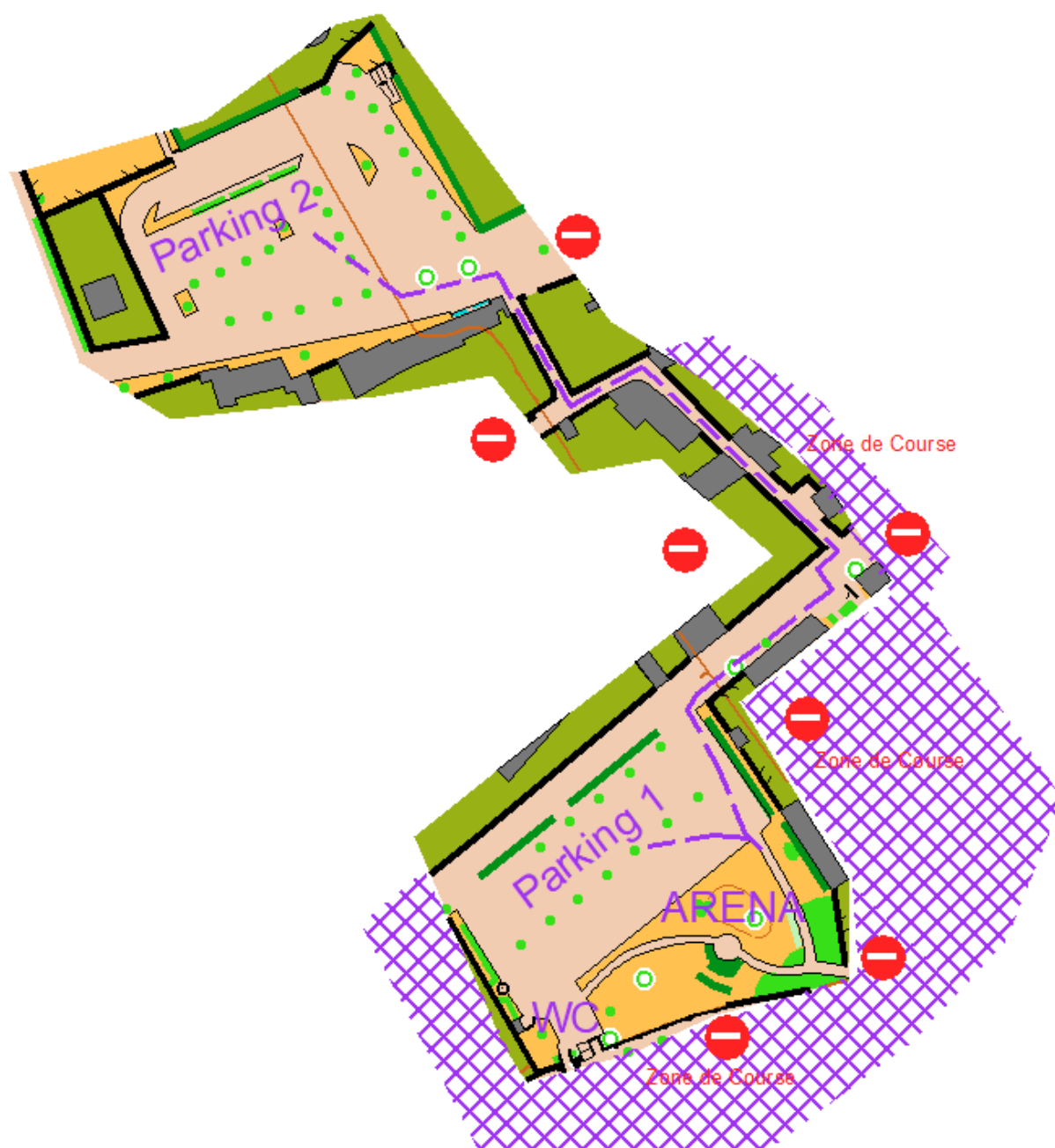
Les retardataires partent sans modification de leur heure de départ, sur un horaire en fin de grille de Départ.

 **Il n'y aura donc pas de Départ des retardataires au Boitier !**

Acces Parkings - ARENA :

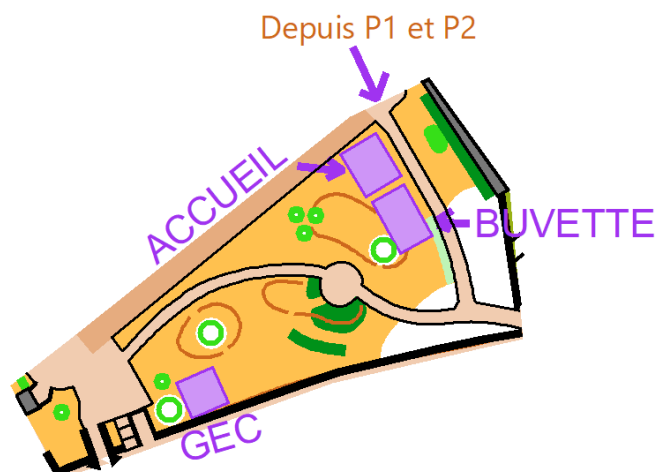
à pied, il vous faudra **de 0 à 7mn** pour rejoindre l'ARENA, selon si vous êtes garé sur le parking 1 ou le parking 2
Cet itinéraire balisé, emprunte une ruelle et croise le **Cours Frizet**, très passant. Vous évoluez sous votre propre responsabilité.

Il y a des toilettes sur place !



Plan ARENA - CL SPRINT :

Vous arrivez du parking **P1** ou **P2**, vous vous rendez sur l'**ARENA**

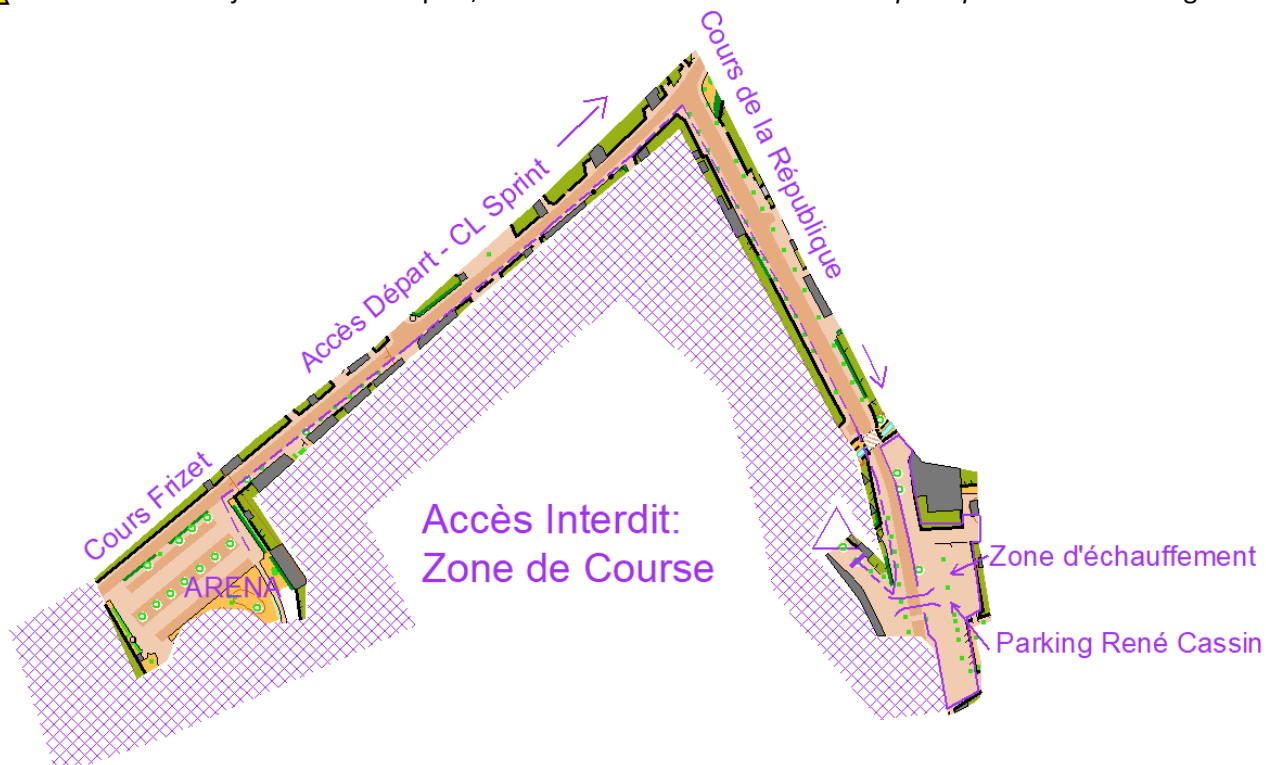


Plan - ARENA - Départ CL SPRINT :

Depuis l'**ARENA** suivre le Rubalysage pour vous rendre au Départ.

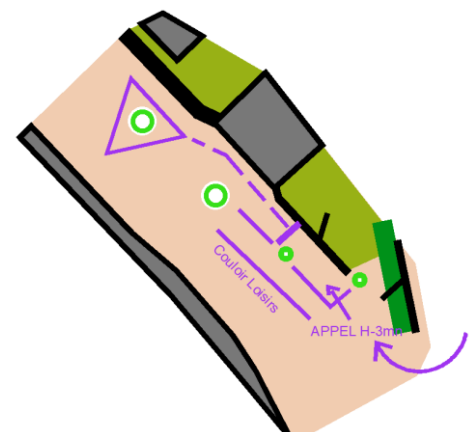
Une zone d'échauffement est proposée sur le long du *Cours de la République*, sur le **parking René Cassin**.

⚠ Au moment de rejoindre votre départ, veuillez traverser le *Cours de la République* au niveau du signaleur...



Plan DEPART CL SPRINT :

Appel : **H-3mn**



ont dans le sas	☐ Prise de carte
10h37	☐ Boîtier Départ
10h38	Prise de déf.
10h39	☐ Test SIAC
	☐ Contrôler Appel
	☐ Effacer

ARRIVEE - GEC :

Après votre arrivée, vous déposerez votre carte dans la Boîte étiquetée au numéro de votre club.

Nous vous remercions de ne pas encombrer l'espace relativement restreint de l'arrivée, en vous rendant rapidement sur l'ARENA d'où :

- vous irez lire votre puce auprès de Maurice à la GEC 📌
- vous pourrez « débrief » votre course à loisir...
- vous pourrez vous restaurer auprès de Nathalie et son équipe de la Buvette de l'OPA 🍷 🍽️ 🍹 🍺

Suivez pour cela le rubaliseage...

Bravo pour votre course !

DEPART DES - CIRCUITS LOISIRS :

Le départ des circuits Loisirs: se fera **au boîtier entre 10h30 et 11h30**

Chaque coureur se présentera dans la Zone de Départ.

Un couloir spécifique parallèle à la prise de carte des Coureurs du Championnat de Ligue de Sprint sera mis en place.

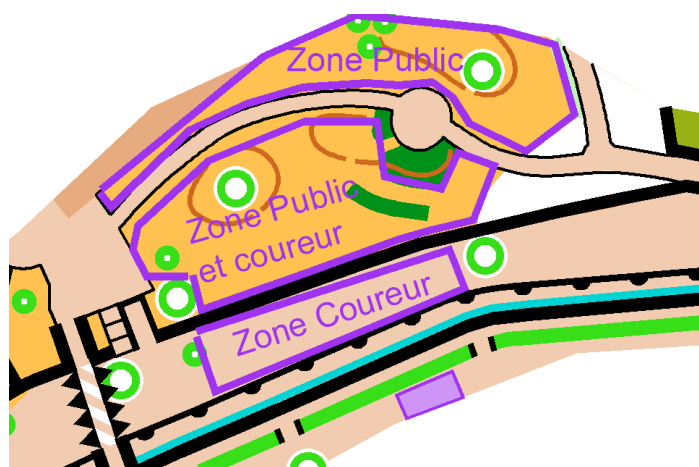
Départ toutes les 1mn

RELAIS SPRINT

Caractéristiques des Circuits RELAIS SPRINT :

Circuit	Catégorie	Tps Moyen	Distance	Dénivelée	Nb Postes	Echelle
Orange - A	H 20-21-35 / H 40-45 / H18	12 - 15'	3400m	35m	22	1/4000°
Orange - B	H 50-55 / H16 / D18 D20-21-35 / D 40-45		2900m	25m	19	
Orange - C	H 60-65 / H70+ D16 / D50-55 / D60+		200m	25m	16	
Jaune - F	H14 / D14		2400m	20m	15	
Bleu - G	H10 / H12 D10 / D12		2000m	20m	18	

Plan Général ARENA - RELAIS SPRINT :

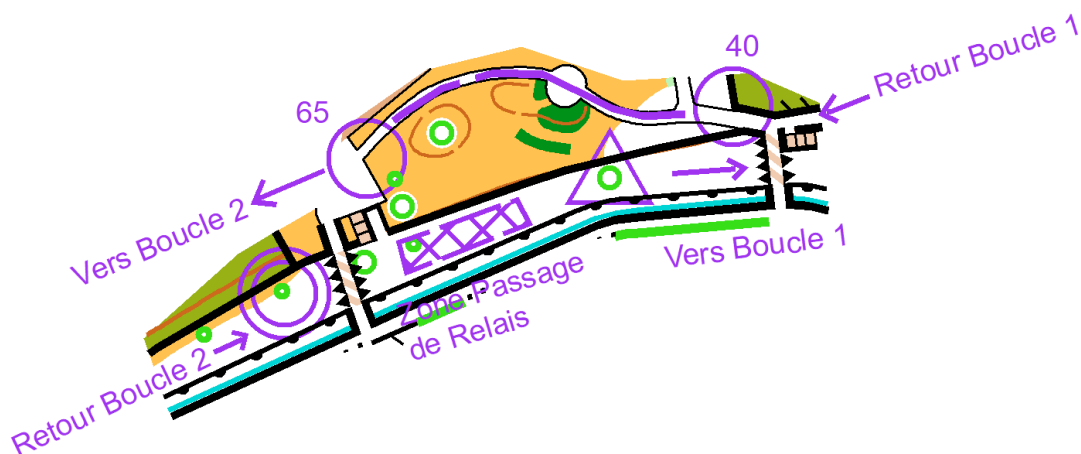


Le passage de Relais de la course de l'après midi, se déroulera le long de la berge de l'Auzon. Vous pourrez voir le passage de votre Relayeur sur le couloir spectacle, puis descendre sur la zone de passage de Relais pour attendre votre coureur... Vous trouverez le plan détaillé de la zone de passage de relais plus loin dans le document...

ORGANISATION DU RELAIS SPRINT :

- **Le coureur 1** arrive de la Grande Boucle.
- Il pointe la balise **40** à l'entrée du Couloir Spectacle – puis pointe la balise **65** à la sortie du Couloir Spectacle
- Il enchaîne alors la Petite Boucle. Il est vu pas son Relayeur depuis la Zone Public au-dessus de la Zone de Relais et/ou de la Zone Coureur.

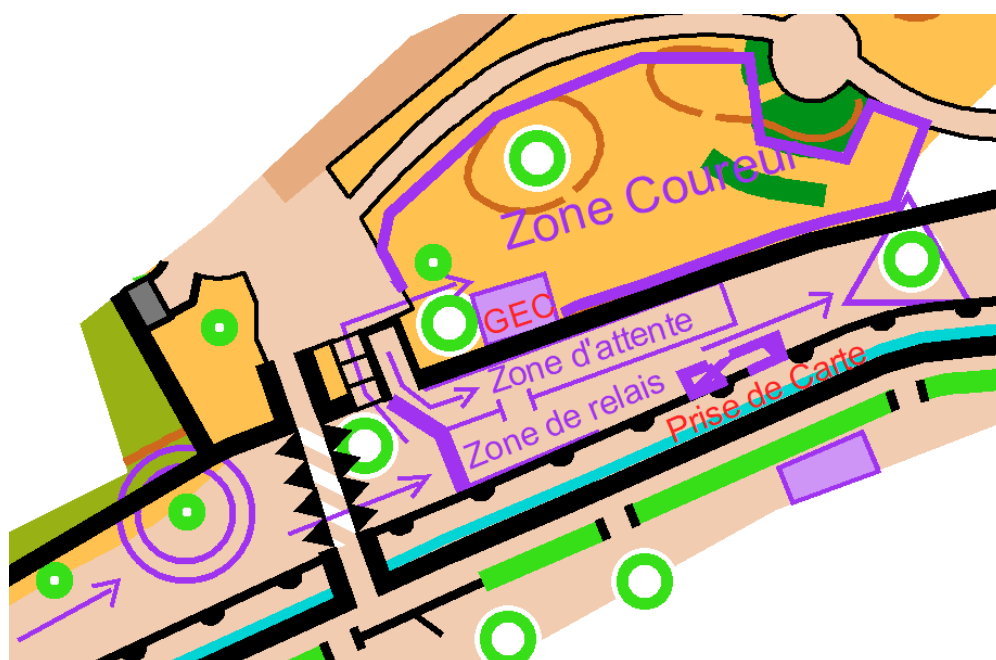




- Après la Balise 99, il pointe l' Arrivée.
- Il se dirige alors vers la zone de Relais où l'attend le Coureur 2.
- **Le coureur 2** récupère la carte du Coureur 1.
- Il la jette dans une boîte.
- Il récupère sa carte dans la zone : « Prise de Carte », sur sa droite.
- Il effectue son parcours.

⚠ A l'issue de sa course, chaque coureur de l'équipe se dirige alors vers la GEC, pour lire sa Puce ...

PLAN ZONE DE RELAIS :



ESTIMATION TEMPS D'ATTENTE RELAYEUR :

Pourcentage du temps de course restant lors du passage au poste spectacle :

Orange A	Orange B	Orange C	Jaune D	Bleu E
60%	50%	70%	50%	50%

ARRIVEE - GEC :

Après le passage du relais, suivre le couloir dédié pour se rendre à la GEC... puis rejoindre la zone Public en suivant le couloir rubalisé...

Bravo pour votre course !

LES BENEVOLES DE L'OPA

VOUS SOUHAITENT UNE BONNE COURSE

Profitez de vore venue **EN TERRE VAUCLUSIENNE** pour participer

aux Journées du Patrimoine !

<https://www.provenceguide.com/agenda/journees-patrimoine/offres-8-1.html>

