

Championnats de ligue Rhône-Alpes 2010

Samedi 05 juin 2010 : moyenne distance

Responsables

Directrice de course : Mireille JACOMINO
Traceur : Jean DERMINE
Contrôleur des circuits : Damien PAULET
Arbitre : Denys SCHMITT

Lieu

Station du Col d'Ornon sur le canton de Bourg d'Oisans. Fléchage au Col.

Carte

Le Col d'Ornon – échelle 1/7500°, équidistance 5m, 2007 mise à jour 2009.

Horaires

Accueil à partir de 12h00 - Départs de 13h30 à 16h30.
Horaires consultables sur le site du club <http://3801.free.fr/> à partir du 1er juin 2010.
La fermeture des circuits sera effective à 18h00.

Distances

Accueil - Parking - Arrivée dans un rayon de 200 m. Départ à 1000 m avec 50 m de dénivelé.

Circuits

4 circuits conformes aux normes FFCO sont proposés pour le championnat de ligue et la qualification au championnat de France Jeunes et Elites : 11 places restent à pourvoir chez les H20+ et 7 chez les D20+.

Circuits	Catégories	Longueur	Dénivelé
A	H20, H21, H35, H40, H45	4 500 m	150 m
B	D20, D21, D35, D40, H50	3 600 m	120 m
C	H16, H18, H55, D45	3 200 m	100 m
D	D16, D18, D50, D55, H60+	2 500 m	90 m

3 circuits supplémentaires sont ouverts en complément pour le championnat de la Ligue :

Circuits	Catégories	Longueur	Dénivelé
E	H14, D14, D60+	2 200 m	80 m
F	H/D10 et H/D12	2 000 m	50 m
G	Jalonné	1 500 m	30 m

Loisirs : à partir de 15h00 avec cartons de contrôle

Inscriptions

Avant le 21 mai, par courrier, accompagné du règlement par chèque à l'ordre de **dauphiné orientation**.
Formulaire d'inscription à télécharger sur <http://3801.free.fr/>
A retourner à : **Marc Sinibaldi - 241 chemin Pouillot, Champ-ferrand - 38660 LUMBIN**
Contact 06 60 58 20 15

Tarifs

Licenciés FFCO et UNSS - FFSU
19 ans et plus : 9 €
18 ans et moins : 6 €

Circuits loisir
Tarifs identiques + 2,50 € d'assurance

Championnats de ligue Rhône-Alpes 2010

Dimanche 06 juin 2010 : longue distance

Responsables

Directeur de course : Eric Mermin
Traceur : Eric Mermin
Contrôleur des circuits : Bruno Mercier
Arbitre : Jean-Philippe Stefanini

Carte

Chamrousse 1/10000 équidistance 5m.

Horaires

Accueil à partir de 8h30 - Départs de 9h30 à 12h30.
Horaires consultables sur le site du club <http://orientalp.free.fr> à partir du 1er juin 2010.
La fermeture des circuits sera effective à 15h00.

Distances

Accueil - Arrivée : Foyer de ski de fond du plateau de l'Arselle.
Parking - Accueil : 15mn (800m).
Accueil - Départ à 20 mn. Départ à proximité de l'accueil pour le Jalonné et les H10/D10.

Circuits

Conformes au règlement sportif 2010 de la FFCO. Pour les circuits «Loisir» : circuits chronométrés avec Gestion Électronique de la Course; circuits non-chronométrés : au carton de contrôle

Circuits	Catégories
A	H21E
A bis	H21A, H20E
B	H20A, H35, D21E
B bis	D20E, H45
C	H18, H40
D	D20A, D21A, D35
E	H50, H55
F	D18, D40, D45, H21C

Circuits	Catégories
G	D50, D55, H60, H65, HVC, D21C
H	D60, D65, D70, H70, DVC
I	H16, H18B
K	H14, D16, H16B, D18B
K bis	D14, D16B
L	D12, H12
M	D10, H10
Jalonné	

Inscriptions

Avant le 22 mai, par courrier, accompagné du règlement par chèque à l'ordre de **Orient'Alp**.
Formulaire d'inscription à télécharger sur <http://orientalp.free.fr/>
A retourner à : **Bruno GILI - 101 rue Cervantes 73290 La Motte-Servolex**
Contact 06 10 28 78 36

Tarifs

Licenciés FFCO et UNSS - FFSU
19 ans et plus : 9 €
18 ans et moins : 6 €

Circuits loisir
Tarifs identiques + 2,50 € d'assurance