



Nièvre-Orientation-Raid-Découverte

Affiliée à la Fédération Française de Course d'Orientation 15 passage des Mouxins 75019 PARIS

<http://www.ffcoorientation.fr/>

Flash N.O.R.D. N° 648 du 11 janvier 2018

L'entraînement du 21 janvier en forêt des Minimes

Chers ami(e)s sporti(ve/f)s

Julien et Régino vous convient à l'entraînement du 21 janvier prochain. Page suivante la fiche préparée par notre camarade Régino

[Inscription avec ce lien](#)

Retrouvons-nous nombreux ! Salutations sportives

NORD

La lettre d'information numérique est réservée aux membres de Nièvre Orientation Raid Découverte licenciés du club. Sauf avis contraire, la rediffusion de cette lettre est formellement interdite. Tous droits réservés. *(Tout licencié NORD à jour de son adhésion détient ce droit.)*

Nièvre-Orientation-Raid-Découverte

8, rue Paul Fort

58470 GIMOUILLE

le site du Club <http://nord58.z-espaceweb.com/>

celui de la Ligue <http://www.lbco.info/>

Consultation suggérée : <http://www.lesassociations58.org> Onglets : Associations => Sports => Courses d'orientation



Ce **Flash code** vous permet de vous inscrire très rapidement et facilite la gestion des reprographiques et la GEC

Entraînement orientation longue distance en forêt domaniale des Minimes, (*voir carte jointe*) à la sortie de La Machine , D9, (*route de Trois Vèvres*)

le dimanche 21 janvier 2018.

L'accès sera fléché au départ de la route forestière.

Grâce à l'aimable autorisation de l'ONF, les participants peuvent emprunter la route forestière jusqu'à l'accueil/départ (*route empierrée carrossable, environ 1,2 km*).

Accueil à partir de 09h30. Pas de départs après 11h30.

Trois parcours proposés:

- Parcours A: type de parcours vert-bleu, découverte et initiation, une dizaine de balises, essentiellement sur chemins et sentiers, environ 3,5 km
- Parcours B: type de parcours jaune, environ 5 km
- Parcours C: type de parcours orange, environ 7 km

Code couleurs du plus simple au plus compliqué:

vert - bleu - jaune – jaune long – orange - violet - noir

En raison de dispositions légales, seuls les licenciés FFCO peuvent être chronométrés sur leur parcours. Les personnes non-licenciées FFCO qui souhaitent utiliser les boîtiers SportIdent devront fournir un certificat médical d'aptitude à la course d'orientation, (*ou à la course à pied, raid, triathlon...*)

Comme à l'accoutumée, il sera demandé une contribution de 3,00 € à tout non-licencié de Nord58. Cette modeste somme est une participation aux frais de réalisation de cartes, aux assurances (*PassOrientation*), au prêt de "puces" et au pot de convivialité prévu en fin de manifestation.

Les cartes et fournitures seront prévues en fonction des inscriptions, aussi:

Merci de **prévenir** de votre participation,
au plus tard vendredi 19 janvier avant 20h00,

en précisant le nombre de participants, et le parcours choisi (A, B ou C)
par sms au 06 88 73 49 09 (Julien)
ou au 06 09 73 67 89 (Regino),
ou par mail à gorospe19@aol.com.

Retrouvons-nous nombreux!

La carte jointe



Plan de positionnement du départ

