

REGLEMENT

✳️ Ouvert à TOUS

ORIENTATION

- ✳️ Epreuve individuelle
- ✳️ Les participants mineurs peuvent courir uniquement accompagnés d'un adulte
- ✳️ Tout participant ayant abandonné doit passer par l'arrivée afin de déposer son carton de contrôle
- ✳️ Le choix de l'itinéraire est laissé à l'appréciation et à l'initiative des participants
- ✳️ Chaque participant devra poinçonner toutes les balises situées sur le circuit
- ✳️ Ravitaillement à l'arrivée
- ✳️ La localisation des balises sera donnée sur une photocopie couleur et remise à chaque participant
- ✳️ Respect du code de la route
- ✳️ Respect de l'environnement
- ✳️ Matériel d'éclairage **OBLIGATOIRE**
- ✳️ Port d'un gilet fluo **OBLIGATOIRE**
- ✳️ La possession d'un sifflet est conseillée

RANDONNEE (parcours simple)

- ✳️ Epreuve individuelle ou en groupe
- ✳️ Tout participant ayant abandonné doit passer par l'arrivée afin de déposer son carton de contrôle
- ✳️ Le choix de l'itinéraire est laissé à l'appréciation et à l'initiative des participants
- ✳️ Chaque participant devra poinçonner toutes les balises situées sur le circuit
- ✳️ Ravitaillement à l'arrivée
- ✳️ La localisation des balises sera donnée sur une photocopie couleur et remise à chaque participant
- ✳️ Respect du code de la route
- ✳️ Respect de l'environnement

LE VERNET SPORTS ET NATURE CLUB FFCO ORGANISE

SAMEDI 16 novembre 2013

La Salamandre Vernétoise

RANDONNEE ET ORIENTATION NOCTURNE



DEPART A 18 ET 19 H

Complexe Gabriel Péronnet

03200 LE VERNET

INFOS ET RENSEIGNEMENTS:

<http://pagesperso-orange.fr/lvsn/>

<http://cdco03.jimdo.com>

PATRICK ARGOUT Tél : 04 70 97 85 64

patrick.argout@wanadoo.fr



SOUPE AUX CHOUX



PROGRAMME

Départ et Arrivée : Complexe Gabriel Péronnet - Le Vernet (03)

Accueil et départ de la randonnée à partir de 18h00

19h00

- Départ orientation

Ravitaillement à l'arrivée

à partir de 20h00

- Soupe aux choux offerte à tous les participants

21h00

- Vin d'honneur

INSCRIPTIONS

Au moyen du bulletin ci-joint accompagné des droits d'inscription

Parcours de 9 km	5 €
Parcours de 5 km (randonnée)	5 €
Famille (à partir de 3 personnes)	10 €

Par chèque à l'ordre de « Le VERNET Sports et Nature »

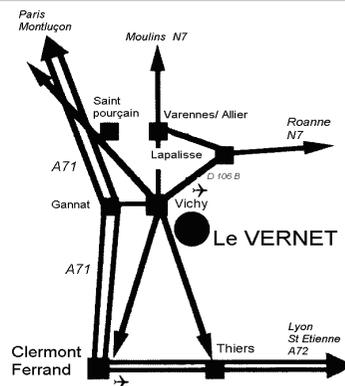
✉ Par courrier
Le Vernet Sports et Nature
Mairie de Le Vernet
22 rue de Cusset - 03200 - LE VERNET

RENSEIGNEMENTS

Frédérique DUJON
04 70 97 97 88
E-mail : frederique.dujon@orange.fr

Patrick ARGOUT
04 70 97 85 64
06 84 20 47 18
E-mail : patrick.argout@wanadoo.fr

SITUATION



Parcours d'Orientation

But :

❶ **Orientation à pied** : Poinçonner les balises situées sur le passage du parcours.

❷ **Randonnée** : Choisir son parcours en passant par les balises indiquées sur la carte. (pas de classement à l'arrivée). Les balises seront placées sur les chemins ou sentiers



Matériel d'éclairage **OBLIGATOIRE**

Inscription pour la course avant le 15 novembre 2013

Bulletin d'inscription

NOM : Prénom :

Date de naissance : Sexe : M F

Adresse :

Code postal : Ville :

Orientation - 9 km (1)

Randonnée - 5 km

Club ou association :

Adresse mèl :@.....

(1) Un certificat médical d'aptitude à la course à pied en compétition de moins d'un an pour les non licenciés sera exigé avant le départ