

## 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
- ✳️ 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

Complexe Gabriel Péronnet

## Samedi 30 janvier



4<sup>ème</sup> édition



# La Salamandre

## Circuit A

## Circuit Jeunes

### Départ: 18h

## Circuit Urbain (Z)

## Randonnée

Inscriptions : [patrick.argout@wanadoo.fr](mailto:patrick.argout@wanadoo.fr)

ou au 06 84 20 47 18

ou sur le site <http://cdco03.jimdo.com>

## PROGRAMME

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

Accueil et départ de la randonnée à partir de **17h00**

**18h00**

- 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*

Circuit adultes	<b>5 € (licenciés FFCO)</b>
	<b>7 € (non licenciés)</b>
Parcours jeunes (en duo)	<b>5 € par duo (jeunes)</b>
Randonnée	<b>5 €</b>
Famille (à partir de 3 personnes)	<b>10 €</b>

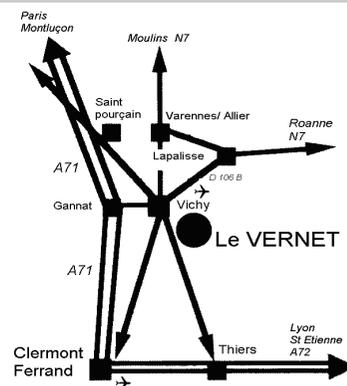
Par chèque à l'ordre de « **Le VERNET Sports et Nature** »

## 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 :**

① **Orientation à pied** : Poinçonner les balises situées sur le passage du parcours.

② **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 26 janvier 2016**

## Bulletin d'inscription

NOM : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... Sexe : M  F

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

### **Orientation**

Circuit A  (3,5km)

Circuit Jeunes  (2km)

Circuit Urbain Z  (2,4km)

Randonnée  (2,5km)

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 (uniquement pour la course)**

