



# ANNONCE DE COURSE \* NATIONALE

## LONGUE DISTANCE

Dimanche 16 mars 2025

Hippodrome de la Forêt Mespras – 44130 LE GAVRE



01/01/2025



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation :** Ligue Pays de la Loire et CRCO  
**Directeur de course :** Jérôme FAIVRE (28679)  
**Délégué National :** Philippe POGU (2409)  
**Délégué National Stagiaire :** Eric PIGEON (16630)  
**Arbitre National :** Agnès MERCIER (23079)  
**Contrôleur des circuits National CO à pied :** Pascal MOUTAULT (537)  
**Traceur National CO à pied :** Martin MOTTET (20734)  
**GEC :** Thierry PORRET (16235)  
**Configuration des boîtiers :** SIAC Air+

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



### CARTE

**Nom :** La Croix du Chêne de la Messe  
**Relevés :** mars 2024  
**Cartographe :** [Isohypse Cartographie et Design](#)

**Échelle :** 1/15 000 ou 1/10 000 ou 1/7 500  
**Équidistance :** 5m  
**Type de terrain :** Forêt de plaine



### ACCÈS

**Fléchage :** Intersection D15/ La Gracinaie  
[47.500131, -1.779173](#)  
**Distance parking-accueil :** 0 à 1300 m  
**Distance accueil-départ :** 600 m  
**Distance arrivée-accueil :** sur place



### HORAIRES

**Accueil :** A partir de 8h  
**Départs :** A partir de 9h avec horaires imposés  
**Heure de fermeture estimée des circuits :** 14h  
**Remise des récompenses :** A partir de 13h



### CIRCUITS

**Nombre de circuits compétition :** 23  
**Nombre de circuits loisir :** 6 circuits couleurs / 1 jalonné / 2 courses au score 1h30 - 3h / 1 type CAPEPS



### RÉSULTATS

<http://nno2025.free.fr/>



### SERVICES

**Tribune** couverte et **toilettes** sur place  
**Buvette** et **petite restauration**  
**Garderie** (si incompatibilité des horaires de courses des parents)  
**Ravitaillement** en eau disponible en forêt pour certains circuits



### TARIFS

**Licenciés FFCO :** 16€ pour les 19 ans et plus. 10€ pour les 18 ans et moins.  
**Non-licenciés :** voir sur le site de l'organisation <http://nno2025.free.fr/>  
**Location de puce :** Inclus dans l'inscription pour les NL. +2€ pour les licenciés sans puce. Prévoir chèque caution 70€.



### INSCRIPTIONS

**Licenciés :** sur le site fédéral jusqu'au samedi 1<sup>er</sup> mars  
**Non-licenciés :** voir sur le site de l'organisation <http://nno2025.free.fr/> jusqu'au mercredi 5 mars, puis sur place dans la limite des cartes disponibles

*L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence compétition ou découverte compétition (jusqu'au niveau jaune inclus) et aux non-licenciés titulaires d'un titre de participation ad hoc respectant les conditions médicales d'accès : attestation de prise de connaissance du questionnaire médical fédéral et des recommandations des cardiologues du sport pour les majeurs, questionnaire médical ou certificat médical de moins de 6 mois pour les mineurs*



### CONTACT

[nationaleno2025@gmail.com](mailto:nationaleno2025@gmail.com)





# ANNONCE DE COURSE \* NATIONALE

## LONGUE DISTANCE

Dimanche 16 mars 2025

Hippodrome de la Forêt Mespras – 44130 LE GAVRE



### DETAILS CIRCUITS

➤ Circuits Compétition selon réglementation FFCO (2025)

Parcours	Catégorie	Niveau technique	Temps estimé du vainqueur (min)	Distance (km) / d+ (m)	Nombre de postes	Echelle	Format de la carte	Eau en course
A	H21	Violet	80	14,2 / 10 d+	31	15 000°	A4	oui
B	D21	Violet	80	10,9 / 10 d+	26	15 000°	A4	oui
C	H20	Violet	70	11,9 / 10 d+	29	15 000°	A4	oui
D	D20	Violet	70	9,3 / 0 d+	23	15 000°	A4	oui
E	H35	Violet	70	10,5 / 10 d+	25	10 000°	A3	oui
F	D35	Violet	70	8,3 / 0 d+	20	10 000°	A3	oui
G	H18	Violet	60	9,6 / 10 d+	24	15 000°	A4	oui
H	D18	Violet	60	7,4 / 0 d+	19	15 000°	A4	non
I	H40-H45	Violet	65	10,0 / 10 d+	23	10 000°	A3	non
J	D40-D45	Violet	65	7,1 / 10 d+	22	10 000°	A4	non
K	H50-H55	Violet	55	8,0 / 10 d+	26	10 000°	A4	non
L	D50-D55	Violet	55	5,9 / 0 d+	17	10 000°	A4	non
M	H60-H65	Violet	50	6,2 / 10 d+	16	7 500°	A3	non
N	D60-D65	Violet	50	4,5 / 10 d+	16	7 500°	A3	non
O	H70-H75	Violet	50	4,7 / 10 d+	16	7 500°	A3	non
P	D70-D75- H80-H85+	Violet	50	3,1 / 10 d+	12	7 500°	A4	non
P-Bis	D80-D85+	Violet	50	2,2 / 5 d+	7	7 500°	A4	non
Q	H16	Orange	50	8,2 / 10 d+	20	10 000°	A3	oui
R	D16	Orange	50	6,8 / 5 d+	21	10 000°	A4	non
S	H14	Jaune	40	5,4 / 5 d+	20	10 000°	A4	non
T	D14	Jaune	40	5,1 / 5 d+	17	10 000°	A4	non
U	H12-D12	Bleu	30	4,2 / 5 d+	12	10 000°	A4	non
V	H10-D10 non accompagnés	Vert	20	2,8 / 0 d+	8	7 500°	A4	non





# ANNONCE DE COURSE \* NATIONALE LONGUE DISTANCE

Dimanche 16 mars 2025

Hippodrome de la Forêt Mespras – 44130 LE GAVRE



## ➤ Circuits Open accessibles aux licenciés souhaitant courir sur un autre circuit que celui de leur catégorie

Parcours	Public visé	Niveau technique	Distance (km) / d+ (m) <small>(distance à vol d'oiseau. Ajouter environ 25% pour estimer la distance réelle à parcourir)</small>	Nombre Postes	Echelle	Format carte	Eau en course
Open N	Confirmés	Très difficile	9,7 / 10 d+	22	15 000°	A4	oui
Open Vlt	Confirmés	Très Difficile	7,5 / 10 d+	21	10 000°	A3	non
Open O	Confirmés	Difficile	5,6 / 10 d+	18	10 000°	A4	non
Open J	Débutants (jeunes ou adultes)	Moyen	4,7 / 0 d+	11	10 000°	A4	non
Open B		Facile	3,5 / 10 d+	11	10 000°	A4	non
Open V	Jeunes enfants	Facile	2,8 / 0 d+	9	7 500°	A4	non
Jalonné	Jeunes enfants	Très Facile	2,6 / 10 d+	8	7 500°	A4	non

## ➤ Circuits accessibles aux non licenciés

Parcours	Public visé	Niveau technique	Distance (km) / d+ (m) <small>(distance à vol d'oiseau. Ajouter environ 25% pour estimer la distance réelle à parcourir)</small>	Nombre Postes	Echelle	Format carte	Eau en course
Score Raideurs	Raideurs	Moyen	13,0 / 20 d+	50, ordre libre	10 000°	A3	oui
Score Familles	Familles	Facile	4,6 / 10 d+	20, ordre libre	10 000°	A4	non
Capeps*	Capepsiens	Vert-Bleu	2,6	9	10 000°	A4	non
		Vert-Bleu-Rouge	3,1	12			
		Vert-Bleu-Rouge-Noir	4,1	16			

\* circuit allongé par rapport à [l'épreuve officielle](#)

