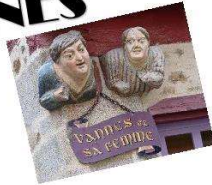


Livret d'accueil



WEEK END COURSES D'ORIENTATION URBAINE DANS LE PAYS DE VANNES



SAMEDI 19 OCTOBRE 2024

➤ **SPRINT (CN)**

SAINT-NOLFF

➤ **SPRINT DE NUIT (CN)**

VANNES

DIMANCHE 20 OCTOBRE 2024

➤ **LONGUE DISTANCE**

ELVEN

Circuits compétition, initiation et famille

ouverts à tous

Renseignements et inscriptions :

CLUB D'ORIENTATION DU PAYS DE VANNES

co.vannes56@gmail.com

copv.5609@outlook.fr



INFOS GENERALES

Départ

Départ au boitier avec horaire imposé. Appel concurrent à H-3.

Les circuits vert/bleu et Initiation : horaire libre

Arrivée

Les cartes ne sont pas récupérées à l'arrivée. Merci de respecter les règles de l'équité de la course et ne pas diffuser les cartes aux coureurs non encore partis.

Sécurité

La circulation n'étant pas interrompue pendant la course les concurrents doivent se conformer aux règles de circulation en vigueur du code de la route et sont responsables de leur comportement.

Le respect strict du code de la route est obligatoire pour tous les concurrents. Les traversées de routes interdites à la course doivent se faire par les passages matérialisés sur la carte (passage piéton).

Les enfants de moins de 12 ans sauf dérogation accordée par l'arbitre (CN) ou le directeur de course (non CN) doivent être assistés par un adulte.

En course

Le respect des interdictions de franchissement indiquées sur la carte par un symbole (Mur et Clôture infranchissables, vert interdit, propriété privée) est impératif même si visuellement sur le terrain le passage semble possible.

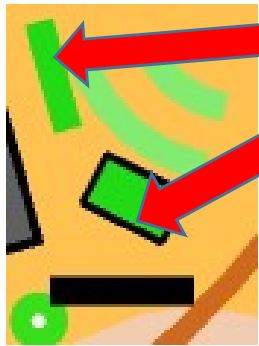
Un concurrent qui abandonne doit au plus vite, le signaler à l'arrivée et rendre sa carte.

Tout concurrent, quelle que soit son heure de départ doit être rentré pour l'heure de clôture des circuits (quitte à ne pas terminer son circuit).

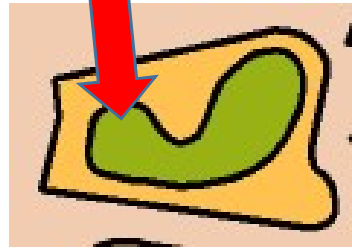
D'autres usagers sont présents sur la zone de course (footballeur, piétons en promenade ou en course, etc.) vous devez maîtriser votre vitesse de course en les croisant.

Téléphone 3 courses : 0622368753 ; Saint-Nolf : 0771865854 ; Vannes : 0608046589 ; Elven : 0659480375

Rappel sur la Norme ISSOM de sprint



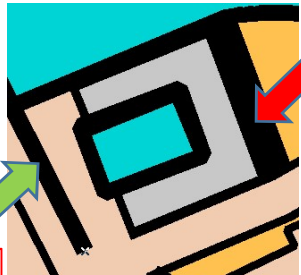
Végétation infranchissable
(haie, parterre)



Passage 2 niveaux

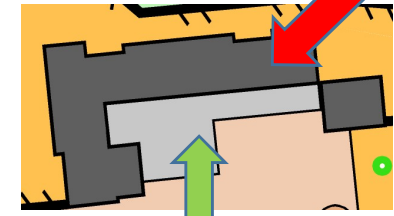
dessus

dessous



Mur infranchissable

Mur franchissable

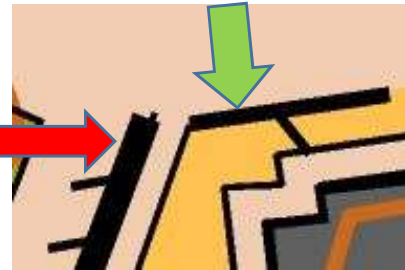


Bâtiment infranchissable

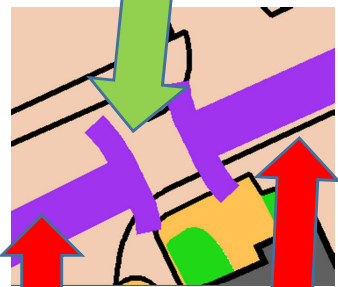
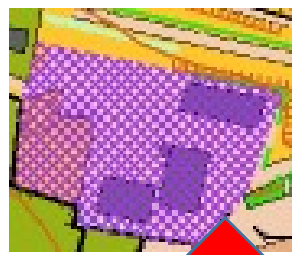
Passage couvert

Clôture franchissable

Clôture infranchissable



Traversée obligatoire
(passage piéton)



Traversée et course interdites

SAINT NOLFF

19 octobre 2024
SPRINT URBAIN

CIRCUITS : DISTANCES REELLES ACTUALISEES AU 07/10/2024

CIRCUITS	DISTANCE	DENIVELE	POSTES	NIVEAU
ORANGE LONG	3490 m	30 m	25	
ORANGE MOYEN	2710 m	20 m	17	
JAUNE	2250 m	25 m	16	
VERT/BLEU	1630 m	15 m	14	
INITIATION	2040 m	15 m	16	



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Sprint pédestre Saint-Nolff

Samedi 19 octobre 2024



Course d'Orientation
Fédération Française



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : Course orientation pays de Vannes (COPV)

Directeur de course : RIO Yannick

Arbitre : PORRET Yannick

Contrôleur des circuits : OLIGO Virginie

Traceur : GRU Sylvain

GEC : HUCTIN Jérôme-POEDRAS Daniel

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : Saint-Nolff bourg ISSOM 2019 4000

Relevés : relevés 2020 MAJ partielle 2024

Cartographes : BOULET Eric

Échelle : 1/4000 format A4

Équidistance : 2.5 m

Type de terrain : Urbain



ACCÈS

Fléchage : N165 sortie Kerboulard

Parking public : Complexe sportif Humberstot Saint-Nolff

Distance parking-accueil : 50 à 100 m

Distance accueil-départ : 300 m

Distance arrivée-accueil : 100 m



HORAIRES

Accueil : à partir de 12h00

Départ : toutes les minutes au boitier 13h30-14h30
horaires imposés

Fermeture des circuits : 15h30

Remise des récompenses : Non



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 4

Meilleure distance réelle

Orange Long : 3.2 km

Orange moyen : 2.6 km

Jaune : 2.2 km

Vert bleu : 1.6 km

Initiation : 2.2 km

**Les enfants de 12 ans et moins doivent être
accompagnés par un adulte**



RÉSULTATS

<https://co-vannes.jimdofree.com/>,

et site FFCO ultérieurement. Pas d'affichage sur place



SERVICES

Toilettes publiques près de l'accueil.



TARIFS

Licenciés FFCO : 8 € (+ 18 ans) / 5€ (18 ans et moins)

Non-licenciés FFCO (circuits bleu/vert ou Jaune et initiation) : 10 € (+18 ans) / 7 € (18 ans et moins)

PASS compétition (circuits orange) : 13 € (+ 18 ans) 10 € (18 ans et -),

Location de doigt électronique : gratuit avec caution 50€ par chèque



INSCRIPTIONS

Licenciés FFCO : sur le site FFCO avant le 13 octobre 2024 24h00. Ouverture inscription 17 septembre 20234

Non licenciés : par mail (contact ci-dessous) / Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter une attestation indiquant que vous avez pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport. Le sportif mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement le questionnaire relatif à l'état de santé du mineur.



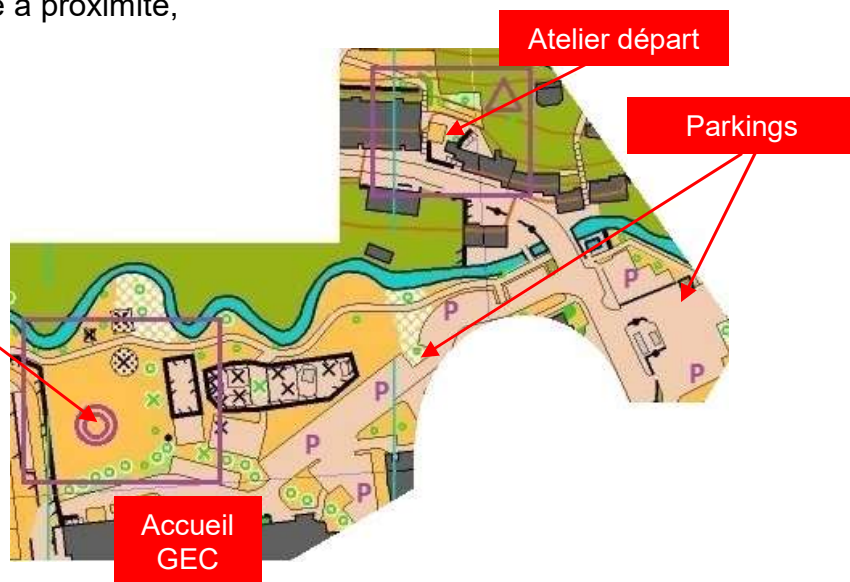
CONTACT

Par mail sur co.vannes56@gmail.com ou copv.5609@outlook.fr



Consignes de course Saint NOLFF

Les zones Accueil, départ, arrivée sont proches de la zone de parking Rue des Peupliers et Place Saint Mayeul, Toilettes publique à proximité,



Sécurité :

La traversée de la D135 route principale de St Nolff est interdite et matérialisée sur la carte par le symbole 707.000 carte. Il est bien sûr possible de longer la route sur les trottoirs.

Le seul passage autorisé et obligatoire pour traverser la route principale est dessiné sur la carte par le symbole « point de passage » et apparaît dans les définitions



Veuillez respecter les autres usagers : piétons, cyclistes, chiens, poussettes vous n'êtes pas prioritaires pendant votre course.

VANNES

18 novembre 2023
SPRINT URBAIN
NOCTURNE

CIRCUITS : DISTANCES REELLES ACTUALISEES AU 07/10/2024

CIRCUITS	DISTANCE	DENIVELE	POSTES	NIVEAU
ORANGE LONG	3240 m	40 m	22	
ORANGE MOYEN	2780 m	25 m	18	
JAUNE	2680 m	20 m	18	
VERT/BLEU	1390 m	10 m	15	
INITIATION	2290 m	20 m	19	



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

Sprint pédestre nocturne Vannes

Samedi 19 octobre 2024



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : Course orientation pays de Vannes (COPV)
Directeur de course : RIO Yannick
Arbitre régional : PORRET Thierry
Contrôleur des circuits : OLIGO Virginie
Traceur : POEDRAS Daniel
GEC : HUCTIN Jérôme-POEDRAS Daniel

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : Vannes centre norme ISSOM 2019 4000
Relevés : relevés 2021 MAJ partielle 2024
Cartographes : DUBOC Michel-POEDRAS Daniel

Échelle : 1/4000 format A4
Équidistance : 2.5 m
Type de terrain : Urbain & parc



ACCÈS

Fléchage : Rue Alain Legrand-rue Francis Decker
Parking public : les capucins gratuit
<https://maps.app.goo.gl/pduRFQsoCft8QuPD8>
rue Jehan de Bazvalan gratuit
<https://maps.app.goo.gl/TfyGpWBarnZMiKSP6>
Francis Decker gratuit à partir de 19h00
<https://maps.app.goo.gl/8M4gw8hcn1XKsvzN6>



HORAIRES

Accueil : à partir de 19h15
Départ : au boitier chaque minute de 20h15 à 21h15
horaires imposés
Fermeture des circuits : 22h00
Remise des récompenses : Non



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 4
meilleure distance réelle
Orange Long : 3.2 km
Orange moyen : 2.7 km
Jaune : 2.6 km
Vert-bleu : 1.3 km
Initiation : 2.5 km
Les enfants de 12 ans et moins doivent être accompagnés par un adulte



RÉSULTATS

<https://co-vannes.iimdfree.com/>,
et site FFCO ultérieurement. Pas d'affichage sur place



SERVICES

Toilettes publiques près de l'accueil.



TARIFS

Licenciés FFCO : 8 € (+ 18 ans) / 5€ (18 ans et -)
Non-licenciés FFCO (circuits bleu/vert ou Jaune et initiation) : 10 € (+18 ans) / 7 € (18 ans et moins)
PASS compétition (circuits orange): 13 € (+ 18 ans) 10 € (18 ans et -),
Location de doigt électronique : gratuit avec caution 50€ par chèque



INSCRIPTIONS

Licenciés FFCO : sur le site FFCO avant le 13 octobre 2024 24h00. ouverture inscription 17 septembre 2024
Non licenciés : par mail (contact ci-dessous) /!\Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter une attestation indiquant que vous avez pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport. Le sportif mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement le questionnaire relatif à l'état de santé du mineur.
Frontale puissante et chasuble de sécurité réfléchissante obligatoires



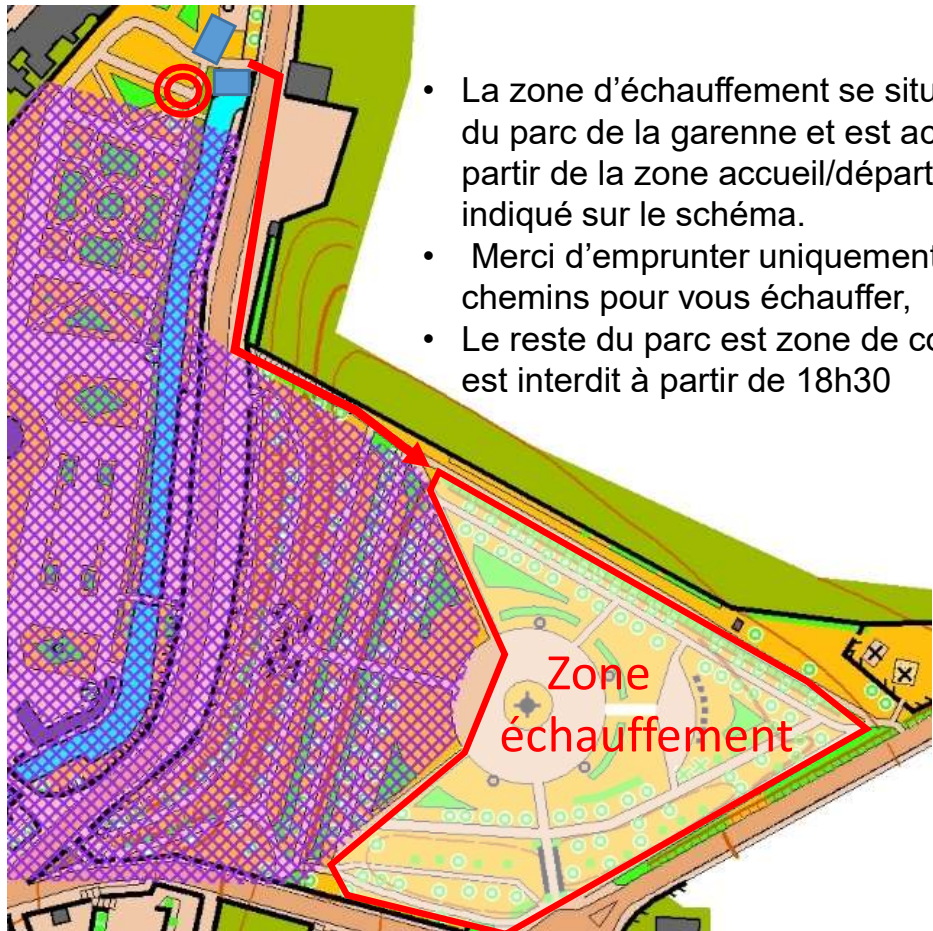
CONTACT

Par mail sur co.vannes56@gmail.com ou copv.5609@outlook.fr





La zone accueil/arrivée/départ se situe dans le jardin des remparts comme indiquée sur le schéma. Le reste des jardins est zone de course donc interdit d'accès aux participants à partir de 18h30. Toilettes publiques à proximité.

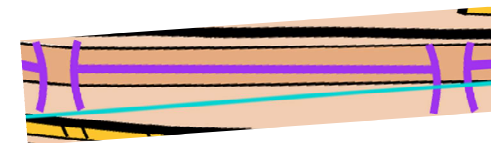


- La zone d'échauffement se situe en haut du parc de la garenne et est accessible à partir de la zone accueil/départ comme indiqué sur le schéma.
- Merci d'emprunter uniquement les chemins pour vous échauffer,
- Le reste du parc est zone de course et est interdit à partir de 18h30

Lors de la course le passage sur les pelouses et les parterres de plantes des jardins ou en ville est strictement interdit. Seules les parties herbeuses au pied des remparts peuvent être empruntées. Normalement les tracés favorisent l'emprunt des pistes. Les pelouses sur un itinéraire probable de course sont interdites et indiquées avec le symbole hachuré violette.



Certains concurrents seront amenés à traverser une route entre le centre historique et le parc de la garenne. **L'emprunt des passages piétons est obligatoire.** Ils sont signalés en violette comme indiqué sur le schéma ci contre. La course sur la route et sa traversée ailleurs qu'aux passages obligatoires sont formellement interdites. Deux commissaires de course seront présents pour assurer la sécurité des passages. Ils pourront faire ralentir, voire arrêter les coureurs en cas de risque.



RAPPEL : FRONTALE ET GILET REFLECHISSANT OBLIGATOIRES

ELVEN

20 octobre 2024
LD URBAINE

CIRCUITS : DISTANCES REELLES ACTUALISEES AU 07/10/2024

CIRCUITS	DISTANCES	DENIVELES	POSTES	NIVEAU
ORANGE LONG	9510 m	90 m	30	
ORANGE MOYEN	7360 m	80 m	26	
ORANGE COURT	5800 m	70 m	22	
JAUNE	5140 m	40 m	20	
BLEU	2260 m	20 m	13	
INITIATION	4695 m	40 m	20	

**ATTENTION POUR LES CIRCUITS ORANGE LONG ET MOYEN
VERIFIEZ QUE VOTRE PUCE A UNE CAPACITE
DE PLUS DE 30 TEMPS
POSSIBILITE D'EN DEMANDER A L'ACCUEIL SI NECESSAIRE**



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE
LONGUE DISTANCE URBAINE Elven
Dimanche 20 octobre 2024



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : Course orientation pays de Vannes (COPV)
Directeur de course : RIO Yannick
Traceur : OLIGO Virginie
GEC : HUCTIN Jérôme

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

NON



CARTE

Nom : Elven bourg-norme ISSprOM 2019
Relevés : 2021 MAJ partielle 2024
Cartographe : DUBOC Michel-POÉDRAS Daniel

Echelle : circuits orange 1/5000 – autres 1/4000
Équidistance : 2,5 m
Format : A4 jaune et bleu- A3 pour les oranges
Terrain : Urbain et parc



ACCÈS

Fléchage : rond-point D1-D766A
Parking : salle polyvalente carré d'arts
Distance parking-accueil : 50 à 400 m
Distance accueil-départ : 50 m
Distance arrivée-accueil : 100 m



HORAIRES

Accueil : à partir de 9h30
Horaires imposés
Départ : au boitier toutes les 2 mn- 1^{er} départ 10h15
Fermeture des circuits : 13h30
Remise des récompenses : Non



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 5
Meilleures distances réelles :
Orange long : 8.5 km
Orange moyen : 7 km
Orange court: 5.5 km
Jaune: 5 km
Bleu : 2.5 km
Initiation : 3.5 km
Les enfants de 12 ans et moins doivent être accompagnés par un adulte



RÉSULTATS

<https://co-vannes.jimdo.free.com/>
et site FFCO ultérieurement. Pas d'affichage sur place



SERVICES

Aucun



TARIFS

Licenciés FFCO : 8€ (+ 18 ans) / 5€ (18 ans et moins) - +1€ pour cartes A3
Non-licenciés FFCO (circuits vert ou Jaune et initiation) : 10 € (+18 ans) / 7 € (18 ans et moins)
PASS compétition (circuits orange) : 13 € (+ 18 ans) 10 € (18 ans et -)
Location de doigt électronique : gratuit avec caution 50€ par chèque



INSCRIPTIONS

Licenciés FFCO : sur le site FFCO avant le 13 octobre 2024 24h00. Ouverture inscription le 17 septembre 2024.
Non licenciés : par mail (contact ci-dessous) / Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter une attestation indiquant que vous avez pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport. Le sportif mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement le questionnaire relatif à l'état de santé du mineur.



CONTACT

Par mail sur co.vannes56@gmail.com ou copv.5609@outlook.fr

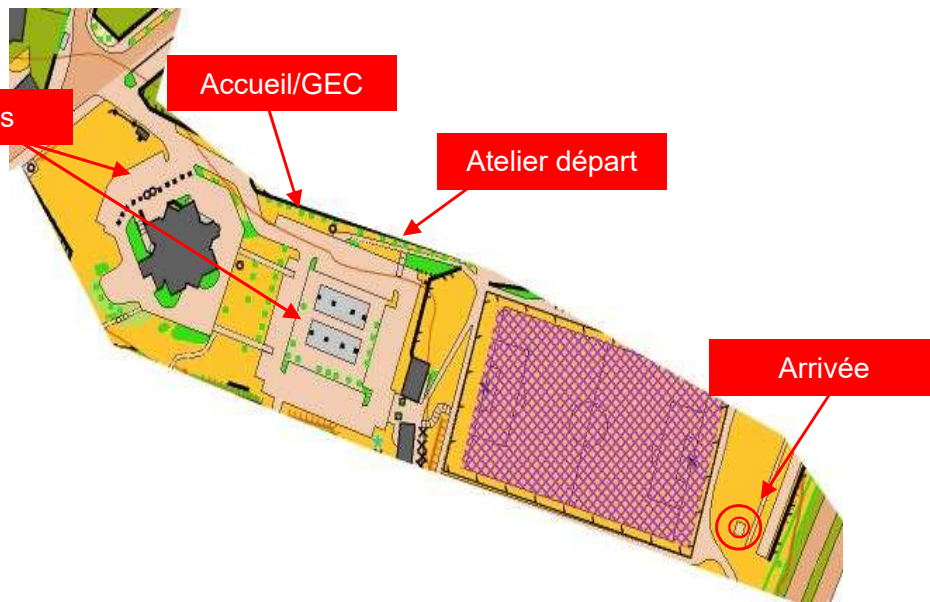


Consignes de course ELVEN

Zone de course LD Elven

Les zones Accueil, départ, arrivée sont proches de la zone des parkings au Carré d'Arts .

Toilettes publiques à proximité



La traversée des pelouses des terrains de foot est interdite symbolisée sur la carte par une zone hachurée 709.000. Seuls les terrains qui sont dans la zone de course ont ce symbole.



Certains lampadaires ou poteaux électrique ont été cartographiés sur la carte avec le symbole « poteau/pylône » 522.100 car ils servent de support à l'accrochage de postes.



Consignes de course ELVEN

Circuits

Ravitaillement prévu à l'arrivée mais pas pendant la course.

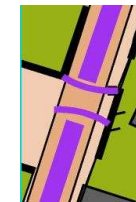
Circuit bleu : Les enfants de moins de 12 ans doivent être accompagnés.

Sécurité

Les traversées des 2 départementales D1 et D766A qui passent dans Elven sont interdites et indiquées avec le symbole 707.000 . Il est bien sûr possible de longer ses routes sur les trottoirs.

Les coureurs doivent respecter le code de la route et utiliser les différents passages piétons indiqués sur la carte.

Dans le centre bourg la route n'est pas indiquée « interdite » la vitesse étant limitée à 30km/h mais le coureur doit respecter le code de la route en traversant sur les passages piétons indiqués.



Un choix d'itinéraire peut amener le coureur à passer dans une résidence, Un panneau « propriété privée » est présent à chaque accès. Nous avons eu l'accord pour le passage des coureurs, les résidents en sont informés .

