



Challenge O' 83 Samedi 20 janvier 2024



La seyne sur Mer (83) Fôret de Janas



Organisation : Toulon Sports Nature

Directeur de course : Eric Pomet

Carte : Janas (Mise à jour 2023), Echelle : 1/7500^{ème}, circuit Jaune
1/5000^{ème} circuit Bleu et Vert

Accès : Aire de stationnement du crapa de Janas
GPS : N 43° 04' 19.15 - E 5° 51' 15.77

Co voiturage conseillé

Circuits D'ORIENTATION : COURSE OUVERTE A TOUS,
VERT ET VERT ACCOMPAGNE : 1 300 M D+ 50 M
BLEU : 2 200 M D+ 60 M
JAUNE : 3 500M D+ 150 M

Accueil : A partir de 10h15 – Départs entre 10h30 et 12h00 – Fermeture des circuits : 13h00
Parking/Accueil : 0 à 100 m
Horaires de départ toute les 2 minutes en libre service

Inscriptions obligatoires sur : <http://inscriptions.co-paca.info/> jusqu'au 16 janvier 2024 à 23h00

Tarifs par circuit : Licencié FFCO Var : 1 €
Licencié FFCO Hors Var : 5 € circuit jaune et bleu – 3 € circuit vert
Non licenciés : 6 € circuit jaune et bleu - 3 € circuit vert
Pass découverte et puce comprise (une caution de 25 € sera demandée pour la puce)

*Pour être chronométré vous devez obligatoirement prendre connaissance du questionnaire de santé fédéral https://www.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/75/questionnaire_de_sante_FFCO_prwOyXO.pdf ou pour les mineurs https://www.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/75/questionnaire_sante_sportif_mineur.pdf et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport https://www.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/75/10REGLES_DOR.pdf il vous sera demandé, à l'accueil une signature attestant cette prise de connaissance.

Renseignements :

Email : eric.pomet@orange.fr - **Tél** : 06 33 56 11 35

Rappel des mesures d'hygiène

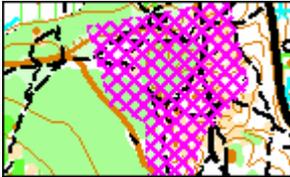


Consignes de course

Circuit Jaune : une zone de re-végétalisation marquée sur la carte.

Cette zone est interdite aux coureurs, merci de la respecter impérativement

Exemple



Circuit Vert : quelques émotives directionnels



Soyez courtois envers les autres usagés promeneurs, VTT ne laissé aucun déchets.

En cas d'abandon, merci de repasser à l'accueil pour le signaler.

