



CHAMPIONNAT DE LIGUE DE RELAIS DE COURSE D'ORIENTATION

16 Novembre 2008

Forêt de PHALEMPIN (Carte réactualisée début 2008) Course ouverte à tous

Traceurs : Jacques LEROY

Gestion électronique : Jérôme CZERNIAK Grégory PRINS

Carte : Nombreux fossés, végétation basse importante

Accueil : Parking des étangs

Fléchage : Au Nord de la Neuville

<http://maps.google.fr/maps?hl=fr&ie=UTF8&ll=50.502782,3.039351&spn=0.051971,0.109863&z=13>

Inscriptions : par mail, si possible pour le 10 Novembre, lnpcco@wanadoo.fr
Pas d'inscription sur place

Contacts : Jacques LEROY
jacquelero@hotmai.com ou au 06 87 13 05 05

Départ 9h30

Règlement :

1. Le relais se dispute par équipe de 3 coureurs licenciés dans le même club avec départ en masse de tous les 1ers relayeurs
Seules les équipes dont les 3 membres sont licenciés au moment de la course dans le même club peuvent prétendre au titre de champion régional de relais
2. La composition d'une équipe est indifférente de sexe et de catégorie d'âge de ses membres à la seule restriction que le total des points des coureurs composant l'équipe ne peut dépasser le total de 49 points suivant le barème ci-après :

| | |
|-------------------------------|-----------|
| H21 | 20 points |
| H20, H35 | 18 points |
| H18, H40 | 17 points |
| H45, H16 | 16 points |
| D21 | 14 points |
| H14, H50, D18, D20 | 13 points |
| H55, D16, D35 | 12 points |
| D40, D45, D50, D14 | 11 points |
| H60, H65, H70 et +, D55 | 10 points |
| H10, H12, D10, D12, D60 et +, | 9 points |

3. La distance de chaque relais s'établit de la manière suivante :

- 1er circuit : environ 6000 m (en 2 boucles d'environ 3000 m)
- 2ème circuit environ 3000 m techniquement très facile
- 3ème circuit : environ 6000 m (en 2 boucles d'environ 3000 m)

4. Sont autorisées à concourir les équipes ne respectant pas les critères précédemment exposés tant au niveau du nombre de points que du nombre de relayeurs. Ces équipes seront toutefois classées en "Open". Ainsi, les équipes peuvent être composées de 1, 2, 4 ou 5 relayeurs. Pour la gestion de la course, chaque équipe devra dans tous les cas disposer de 3 doigts électroniques correspondant aux 3 circuits du point 3, le passage de relais entre les équipiers pouvant se faire via le passage du doigt électronique.

5. Les équipes doivent être inscrites préalablement au plus tard 3 jours avant la compétition