



# COURSE D'ORIENTATION POPULAIRE OUVERTE À TOUTES ET À TOUS

**Samedi 3 septembre 2022**  
**Cabane forestière de Vaumarcus**

**Course d'orientation par équipe**  
**composée de 2 ou 3 coureurs**  
**Challenge Carlo Milan**

Organisation	CO Lausanne-Jorat, <a href="https://www.colj.ch">https://www.colj.ch</a>
Carte	Bois de Seyte/Vaumarcus/échelle 1:10'000/partiellement mise à jour en 2022
Type de terrain	Forêt du pied du Jura
Forme de course	<b>Course par équipe</b> : Les coéquipiers prennent le départ ensemble. Les postes peuvent être pris par un ou plusieurs membres de l'équipe. L'organisateur peut décider que des postes doivent être pris ensemble par l'équipe complète.
Équipement	Tenue sportive de plein air, protection des jambes et des bras conseillée, boussole (location à préciser lors de l'inscription), puce SportIdent (location à préciser lors de l'inscription), anti-tiques.
Centre de course	Cabane forestière de Vaumarcus. <a href="https://www.google.ch/maps/@46.8742383,6.7407109,17z">https://www.google.ch/maps/@46.8742383,6.7407109,17z</a>
Horaire	Départ : de 12h30 à 14h00 Fermeture des parcours : 15h30
Inscriptions	Jusqu'au jeudi 1er septembre à 23h59 par le formulaire <a href="https://forms.gle/9jDY4o4B5cXodrr87">https://forms.gle/9jDY4o4B5cXodrr87</a> Si possible coordination des inscriptions par un responsable par club. Paiement à l'avance sur le compte indiqué dans la confirmation d'inscription jusqu'au vendredi 2 septembre à 23h59. <b>Les paiements non-effectués dans les délais seront majorés de CHF 5.-</b> Pour les personnes sans équipiers, merci de s'adresser à <a href="mailto:sandrine@colj.ch">sandrine@colj.ch</a> qui organisera des équipes. Possibilité de courir sur les mêmes parcours en individuel.
Équipes	Équipes composées de 2 coureurs (parcours faciles) et 3 coureurs (parcours techniques).
Catégories	Adaptées à la condition physique et technique de chacune et chacun : - FC rallongé Facile Court 2,6km, 125m (provisoire) - FM rallongé Facile Moyen 4,0km, 210m (provisoire) - TC rallongé Technique Court 4,2km, 200m (provisoire) - TM rallongé Technique Moyen 4,7km, 200m (provisoire) - TL rallongé Technique Long 6,3km, 305m (provisoire)
Finance	CHF 30.- par équipe technique CHF 20.- par équipe facile Location SportIdent: CHF 2.-, location boussole: CHF 2.-, dépôt CHF 20.- Une seule puce SportIdent est nécessaire par équipe.
Challenge Carlo Milan	Attribué au meilleur club (addition par club des temps de la meilleure équipe dans chacune des 5 catégories FC, FM, TC, TM et TL). Remise de la coupe Carlo Milan vers 16h00.
Cours d'initiation	Si besoin sur place.

Accès	Transports publics : Car postal 635, Concise, Platet-Christine (1km de marche) En voiture : Parking à proximité du centre de course <b>Merci de privilégier la mobilité douce.</b>
Vestiaires	Dans la nature.
Chronométrage	SportIdent (location à préciser lors de l'inscription). Une seule puce SportIdent est nécessaire par équipe.
Assurance	Est l'affaire des participants. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accidents éventuels.
Renseignements	Cheffe de course : Sandrine Baud - <a href="mailto:sandrine@colj.ch">sandrine@colj.ch</a> Traceur : Koni Ehrbar <a href="mailto:koni@colj.ch">koni@colj.ch</a> - Contrôleur : Ibrahim Naceur <a href="mailto:ibrahim@colj.ch">ibrahim@colj.ch</a>
Buvette	Vente de pâtisseries maison et boissons
Repas canadien	Tous les coureurs sont cordialement invités à participer au souper canadien après la course. Si la météo est favorable, le barbecue sera allumé pour griller vos saucisses ou autres.



**RAIFFEISEN**