



COURSE D'ORIENTATION POPULAIRE

OUVERTE À TOUTES ET À TOUS

Moyenne distance rallongée

Bois d'Echallens, Refuge de Monfort

Dimanche 30 mai 2021

4ème course valable pour la coupe vaudoise 2021

Veillez étudier le concept de protection COVID-19, qui est disponible sur le site www.colj.ch

Organisation	CO Lausanne-Jorat
Carte	Bois d'Echallens - échelle 1:5'000 (FC, FM et TC) 1:10'000 (TM et TL) - état 2020
Type de terrain	Forêt péri-urbaine
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	Refuge de Monfort, Echallens. https://goo.gl/maps/9M9LKfy7oDgHeiR79
Horaire	Départ : de 9h00 à 15h00 Fermeture des parcours : 17h00 Le parcours TL est exigeant et ne s'adresse qu'aux coureurs d'orientation. Des blocs de départ par catégories seront probablement prévus. Nous ferons notre possible pour que les familles et groupes puissent être groupés.
Inscriptions	Obligatoire, à l'avance, sur le site https://zeno.colj.ch dès le 8 mai. Inscription individuelle obligatoire sauf exception pour un parent courant avec un jeune enfant. Suivant les restrictions dues à la situation sanitaire actuelle, on s'autorise de limiter le nombre de participants. délai d'inscription : jeudi 27 mai à 23h59 Paiement à l'avance sur le compte du COLJ (info à la fin de l'inscription) jusqu'au vendredi 28 mai à 23h59. Les paiements non-effectués dans les délais seront majorés de CHF 5.-
Catégories	Adaptées à la condition physique et technique de chacune et chacun : - FC Facile Court 1.5 km 70m 10 postes - FM Facile Moyen 2.4 km 105m 12 postes - TC Technique Court 3.3 km 165m 16 postes - TM Technique Moyen 5.0 km 285m 19 postes - TL Technique Long 6.3 km 315m 22 postes
Cours d'initiation	Si besoin sur place.
Accès	Transports publics : train LEB, arrêt Grésaley, puis suivre le fléchage (10 minutes à pieds). https://goo.gl/maps/Eu4J62fwroYVoV4y5 En voiture : Parking à l'arrière du collège des Trois-Sapins à 150 m. du centre de course https://goo.gl/maps/ymqDemq7zeU29zVn8 Merci de privilégier la mobilité douce.
Vestiaires	Non.
Chronométrage	SportIdent (location à préciser lors de l'inscription)
Finance	CHF 10.- par inscription individuelle CHF 3.- par carte supplémentaire (A4)

location SportIdent: CHF 2.-
location boussole: CHF 2.-, dépôt CHF 20.-

Assurance Est l'affaire des participants. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accidents éventuels.

Renseignements Cheffe de course : Sandrine Baud - sandrine@colj.ch
Traceur et contrôleur : Loïc Baud - loicbaud5@gmail.com et Pierre Ecoffey pierre.e@colj.ch

