



CHAMPIONNAT LIFCO de SPRINT 2022

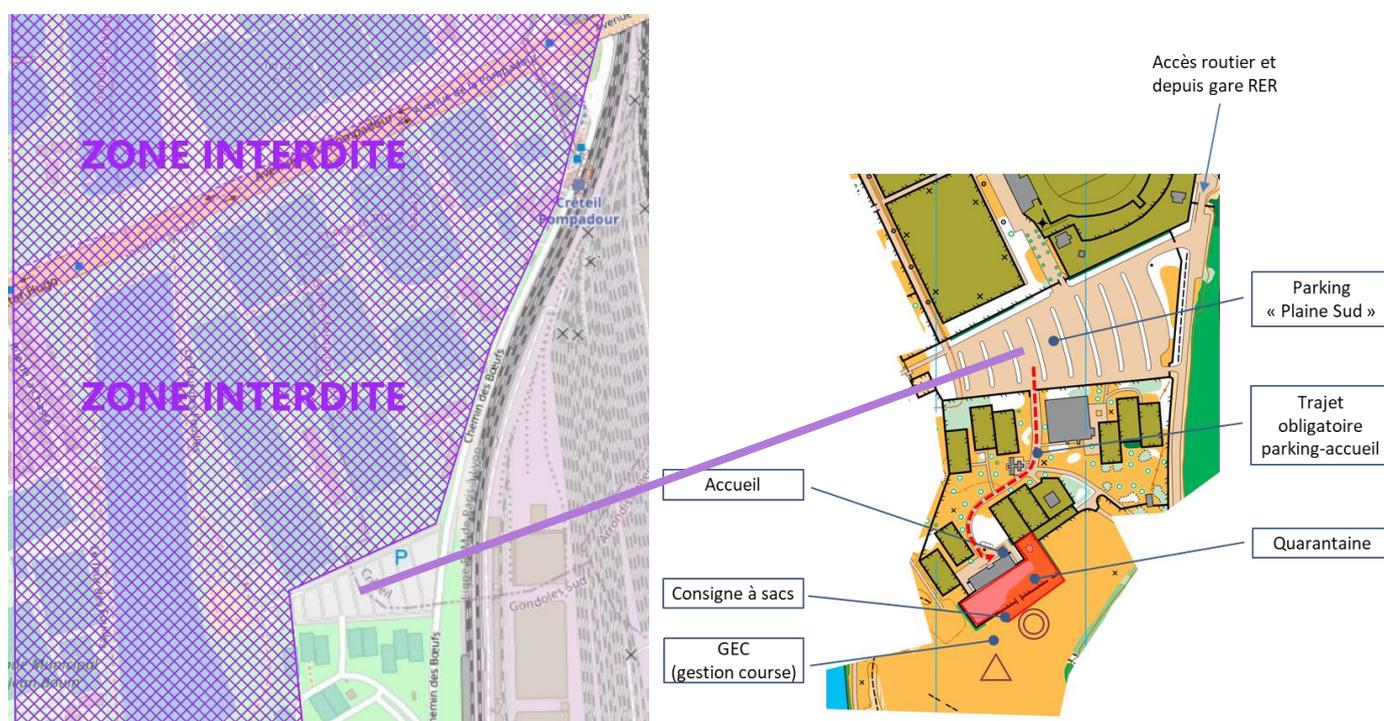
INFORMATIONS DE COURSE



LIGUE D'ÎLE-DE-FRANCE
COURSE D'ORIENTATION

Parc Interdépartemental des Sports de Choisy - parc Sud - chemin des Bœufs, 94000 Créteil

Accès quarantaine UNIQUEMENT par le parking « Plaine SUD »
Suivre le chemin des Bœufs pour accéder au parking « Plaine SUD »
Toutes les autres entrées du parc sont INTERDITES



Horaires

Accueil Quarantaine à partir de 13h00 - Fermeture de la Quarantaine 13h30

Quarantaine obligatoire pour les coureurs prétendant à une qualification, pour les catégories

D/H14, D/H16, D/H18-20 et D/H21-35.

Les autres catégories qui n'ont pas d'obligation d'être en Quarantaine peuvent s'y rendre aux mêmes horaires. A défaut, ils doivent au minimum rejoindre la Quarantaine au moins 15 minutes avant leur horaire de départ.

Les circuits I (DH10-D12) et OPEN n'ont pas d'obligation d'être en Quarantaine. Ils peuvent s'y rendre aux mêmes horaires ou après le dernier départ du sprint qualificatif (départ libre au boitier).

Circuits

- Compétition : DH14, DH16, DH18-20, DH21-35, DH40-55, DH60+
- Circuits loisirs : DH10-DH12, bleu (débutant ou enfant accompagné), jaune LONG/COURT.

| Parcours: | Longueur(km) OCAD | Nombre de contrôles: |
|----------------|----------------------|-------------------------|
| A H21-35-18-20 | 2,43 | 18 |
| B D21-35-18-20 | 2,00 | 15 |
| C H16-H40+ | 2,15 | 17 |
| D D16-D40+ | 1,86 | 14 |
| E H60+ | 1,66 | 16 |
| F D60+ | 1,61 | 13 |
| G H14 | 1,76 | 13 |
| H D14 | 1,65 | 11 |
| I HD10-HD12 | 1,08 | 10 |
| J JAUNE LONG | 2,43 | 18 |
| K JAUNE COURT | 1,86 | 14 |
| L BLEU | 1,08 | 10 |

Définitions des postes au départ à H-2 et imprimées sur la carte.

Consignes de course

Respectez les plantations : ne pas franchir les parterres de fleurs, zones de plantations, les clôtures.
Respectez les zones interdites et les zones privées.



Un coureur qui abandonne doit se signaler à l'arrivée et à l'accueil (GEC).

L'assistance mutuelle est obligatoire en cas d'accident.

Certains secteurs peuvent être très fréquentés, soyez vigilant pour éviter toute collision avec les promeneurs.

Vous n'êtes pas prioritaire, merci de respecter/faire attention aux usagers et autres coureurs, notamment dans les passages étroits.

Utilisation de barrières artificielles (rubalise) matérialisées sur la carte par une barrière violine et des croisillons violine.



Il est interdit de franchir ces barrières artificielles, sous peine de disqualification.

Présence de de photographe.

La traversée à niveau d'une DOUBLE-VOIE est rigoureusement interdite (surimpression violine).

