

Direction de course sur les 2 épreuves :
Christine Raucoules

Inscriptions pour les 2 COMPETITIONS :

LICENCIES

- Inscriptions souhaitées avant le jeudi 30 juin (minuit).

Non LICENCIES

- Préinscriptions possibles avec paiement ou inscriptions sur place (voir horaires d'accueil).

Formulaire d'inscription à télécharger sur :
<http://guc-co.chez-alice.fr/>

A retourner à : Geneviève Bouillet
100 route d'Uriage
38320 HERBEYS

Par courrier accompagné du règlement par chèque à l'ordre du GUC CO.
Mail : g.bouillet@wanadoo.fr

Fléchage : A l'entrée de Villard de Lans

Accès :

- Grenoble – Villard de Lans : prévoir 1 heure
- Village – Balcon de Villard : prévoir 5 min



 **Votre hébergement
en quelques clics avec
le Nouveau Service
de Réservation
à l'Office de Tourisme
Tél. 04 76 95 51 78
www.villarddelans.com**

C O U R S E D ' O R I E N T A T I O N

La Verta'CO

2 et 3 Juillet 2011 à Villard de Lans
2^{ème} édition



2 jours de course
en Vercors

Sprint •

Longue distance •



Avec le concours de la commune et de l'Office du Tourisme de Villard de Lans



Organisation : Grenoble Université Club Course d'Orientation

Samedi 2 juillet 2011

Sprint dans Villard de Lans comptant pour la coupe de Ligue Rhône Alpes

Délégué/arbitre: Jean-Michel Bouchet

Traceur : Roland Thievenaz

Contrôleur des circuits : Eric Mermin

Lieu : Centre du village de Villard de Lans

Carte : 1/5000 ° - normes ISSOM – printemps 2011

Horaires : départ à partir de 16h. Dernier départ 19h. Départ libre toutes les minutes

Accueil : de 14h00 à 19h30 à l'Office du Tourisme de Villard. Parking dans un rayon de 500 m dans et autour du village

Circuits en conformité avec le RS de la LRACO

Circuits	niveau technique	Catégories	Temps
A	5 - 6	H20 et +	12-15'
B	5 - 6	D20 et +	12-15'
C	4 - 5	H14 - H18	12-15'
D	4 - 5	D14 -D18	12-15'
E	1 - 2	D10, H10, D12, H12	12-15'

Pratique loisir (non licenciés) : accès à tous les circuits

<u>Tarifs pour chacune des courses</u>	Licenciés FFCO et UNSS*	Non licenciés
	Moins de 15 ans : 3, 50 € Plus de 15 ans : 5,50 €	Moins de 15 ans : 6,50 € Plus de 15 ans : 7,50 €

Chronométrage :

Électronique Sportident pour les licenciés et non licenciés munis d'un certificat médical*. Location de doigts électroniques (3€ par course) possible le jour de la course.

Les non licenciés dépourvus de certificat médical autorisant la course d'orientation ne sont pas chronométrés (cartons de contrôle)

* : Avec mention Course d'Orientation

Dimanche 3 juillet 2011

Longue distance comptant pour la coupe de Ligue Rhône Alpes

Délégué/arbitre: Jean-Michel Bouchet

Traceur : Jean-Claude Ragache

Contrôleur des circuits : Jean-Philippe Stefanini

Lieu : Le Balcon de Villard

Carte : les Vordaignes 1/10000 ° - équidistance 5 m – printemps 2011

Horaires : Premier départ à 9h – Dernier départ à 12h30

Distance : accueil-départ 1 km - arrivée-accueil 150 m

Accueil : sur place à partir de 8h30 au pied des remontées mécaniques

Circuits en conformité avec le RS de la LRACO

Circuits	niveau technique	Catégories	Temps
A	6	H20, H21, H35	70'
B	5 - 6	D20, D21, D35, H18, H40, H45	60'
C	4 - 5	H16, H50, H55, D18, D40, D45	50'
D	4 - 5	D50, D55, D60 et +, H60 et +, D16, D14(*), H14(*)	40'
E	3	D14, H14, D12(*), H12(*)	35'
F	1 - 2	D10, H10, D12, H12	25'
Jalonné	Jalonné	Loisirs	

Pratique loisir (non licenciés) : accès à tous les circuits sauf circuit A

* Sous la responsabilité et avec l'accord de l'entraîneur

