



**Course d'orientation**  
*Compétition Académique*  
**le 3 avril 2024**  
*au stade Raphaël Poirée, La trompe*  
*Col de saint Alexis Vassieux*



### Inscriptions :

Il y aura 200 inscrits maximum.

A envoyer au plus tard le vendredi 29 mars à 20h00.

Remplir le fichier Excel (Fichier inscriBons) –

ATTENTION À L'ORTHOGRAPHE DES NOMS Envoyer le fichier inscriBons à [ugsel2607.secondaire@mbsport.fr](mailto:ugsel2607.secondaire@mbsport.fr)

#### **AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE**

En cas de forfait pour des raisons valables, une demande de qualification exceptionnelle doit être envoyée par mail avant le début de la compétition : [ugsel2607.secondaire@mbsport.fr](mailto:ugsel2607.secondaire@mbsport.fr).

*Attention, pour des raisons de gestion de course, toute inscription transmise hors délais ou dans un format différent ne pourra être prise en compte.*

### Confort : c'est une version « champêtre »

-Il n'y a pas de salle pour l'accueil,

-il n'y a pas de vestiaires,

-il n'y a pas de point d'eau potable,

-il y a une seule toilette sèche,...

Prévoyez donc un petit abri, les tenues adaptées, de l'eau,...

### Matériel à prévoir,

-une boussole, une montre et un sifflet obligatoire

-une tenue chaude pour l'inter-course ( gros manteaux, pantalons, gants, bonnets)

-une tenue adaptée pour la CO ( jambes longues conseillées, une tenue de rechange,...

Chaque enseignant responsable apportera sa trousse de secours, Il y aura un protocole de secours pour contacter les pompiers mais il n'y aura pas de secouristes extérieurs

### Encadrement :

Nous comptons sur chaque enseignant pour assurer la gestion des groupes (respect des lieux, déchets, propriétés privés,...) et ainsi nous aider au bon déroulement de ce championnat départemental.

### Éléments importants à intégrer:

-Le par équipe se fait en équipe de 3 mixtes ou non ( les équipes n'ayant que des garçons sont pénalisées de 15% de temps en moins)

-le temps du par équipe sera de 50 minutes donc balise de rassemblement avant 25 min

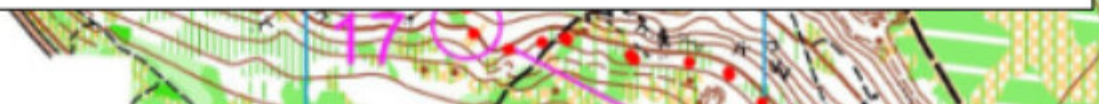
-Il y aura un classement scratch et un classement promotionnel. Ainsi, l'élite ne sera récompensé que s'il est devant au scratch. (évite les situations où un élite se retrouve sur le podium alors qu'il a 15 élèves open meilleurs que lui sur sa course)

-Les quotas ne peuvent être redistribués entre élite et promotionnels, ni entre catégories en cas de quotas non pourvus.

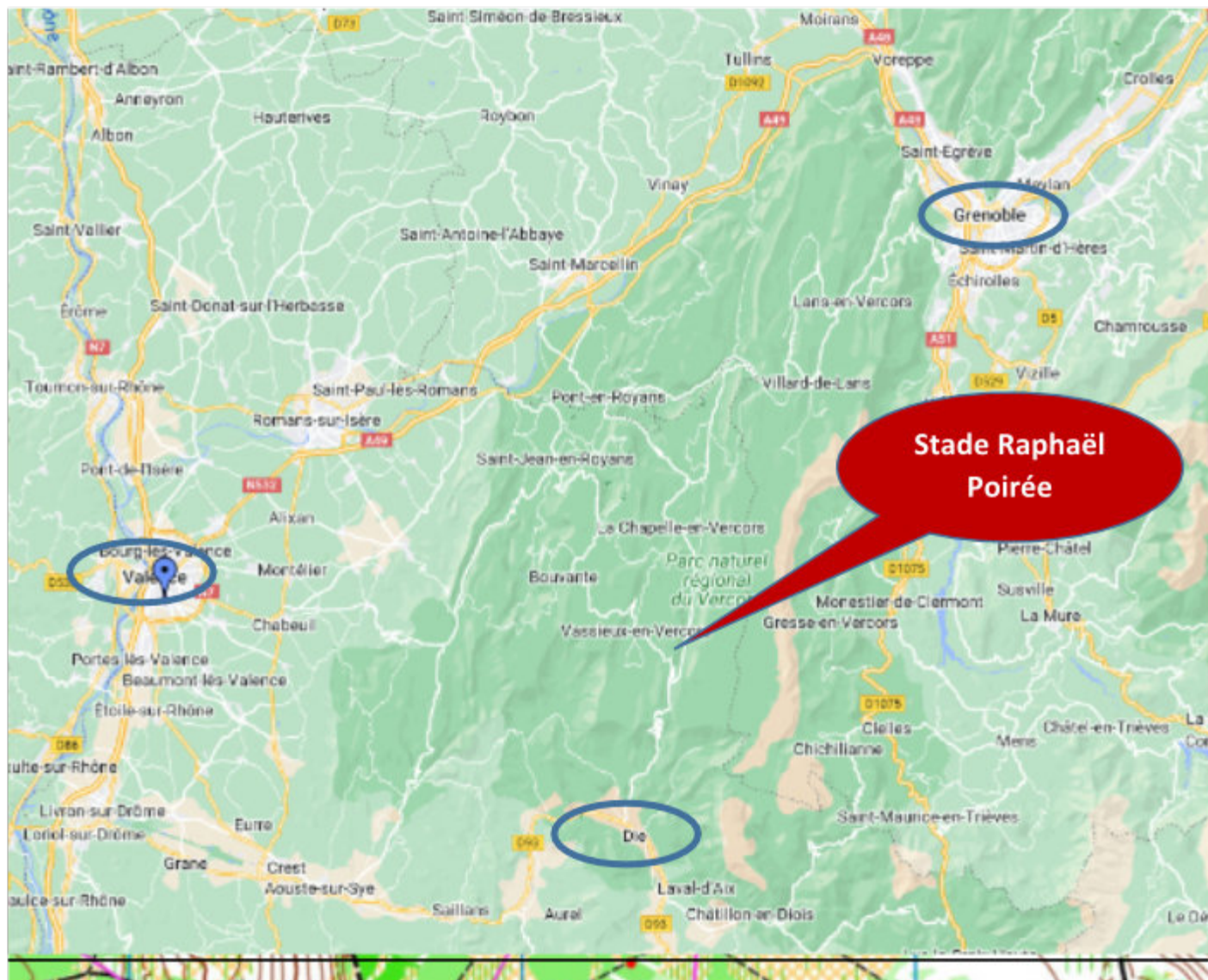
Merci,

Olivier, Contact au 06.63.02.39.61.

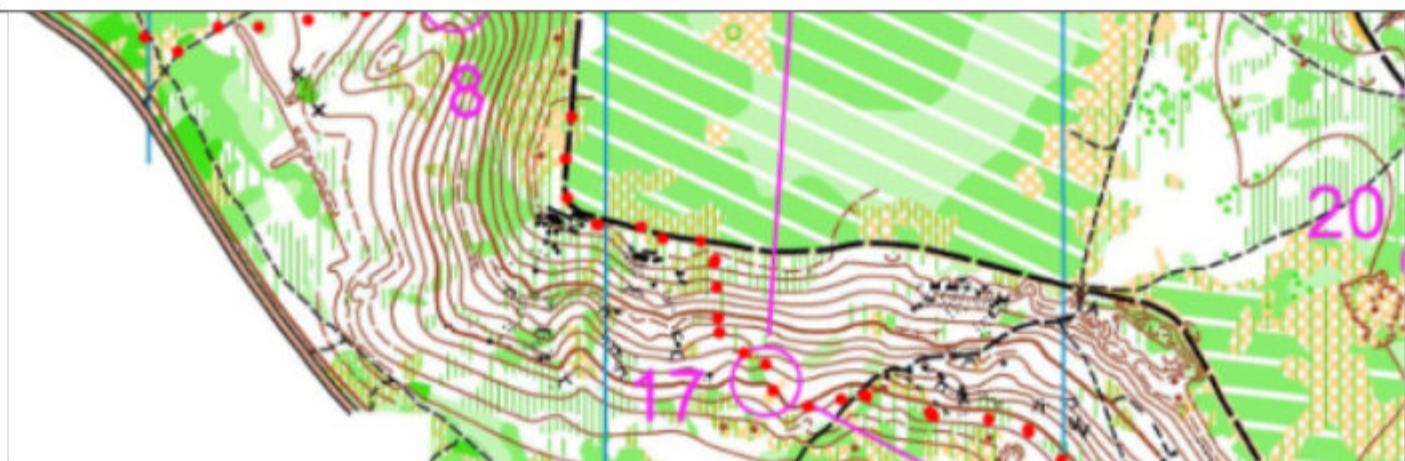
[olivier.maillot@ac-grenoble.fr](mailto:olivier.maillot@ac-grenoble.fr)



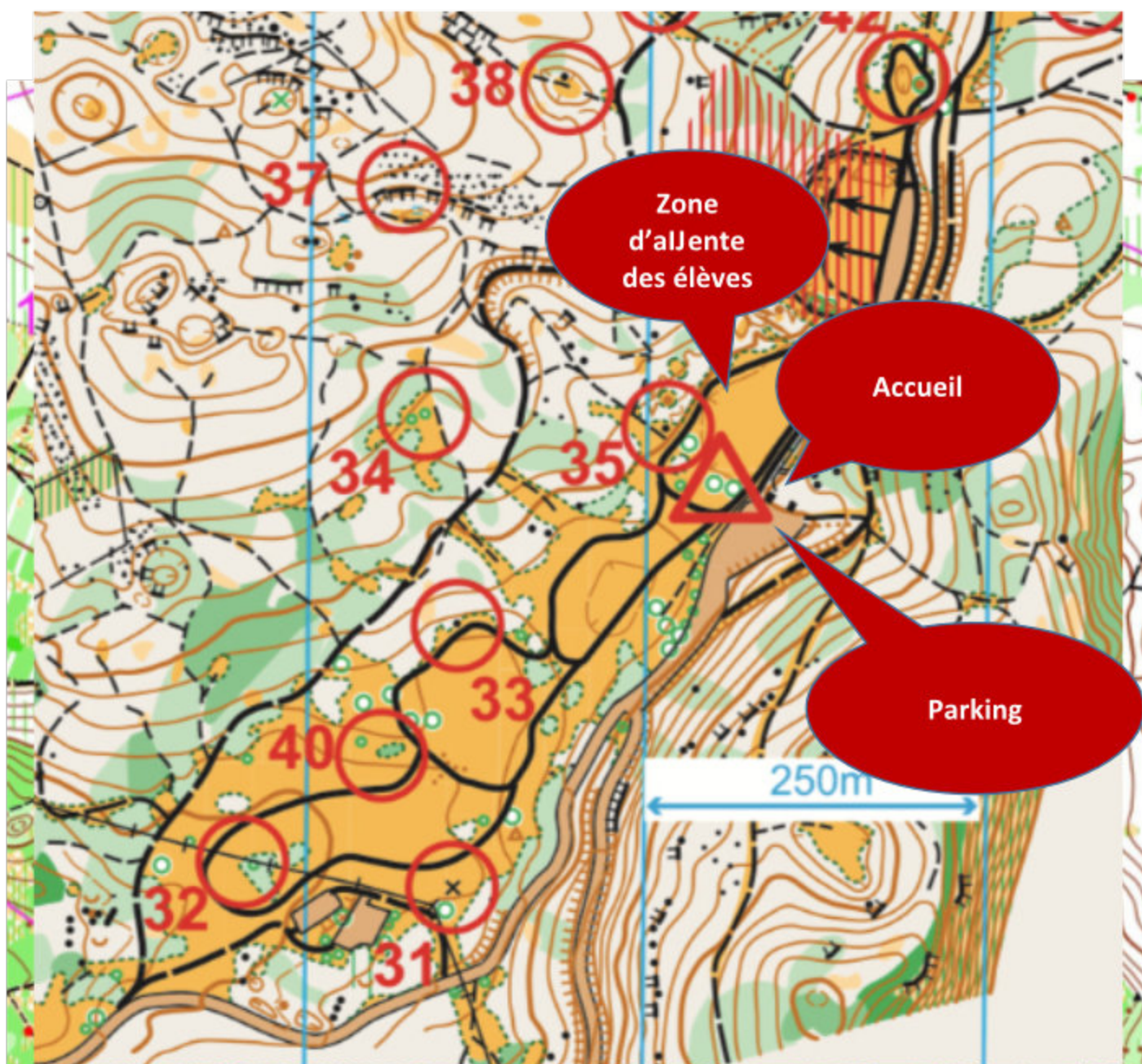
## Accès



Sur le plateau du Vercors, entre Grenoble, Die, Valence. Le stade se trouve à proximité du col de Saint Alexis qui sépare le village de Vassieux de l'ancienne station de ski « col du Rousset » (station fantôme qui eut sa période faste au milieu du XX<sup>ème</sup> siècle avant que l'homme ne paye par le réchauffement ses errances capitalistes...)





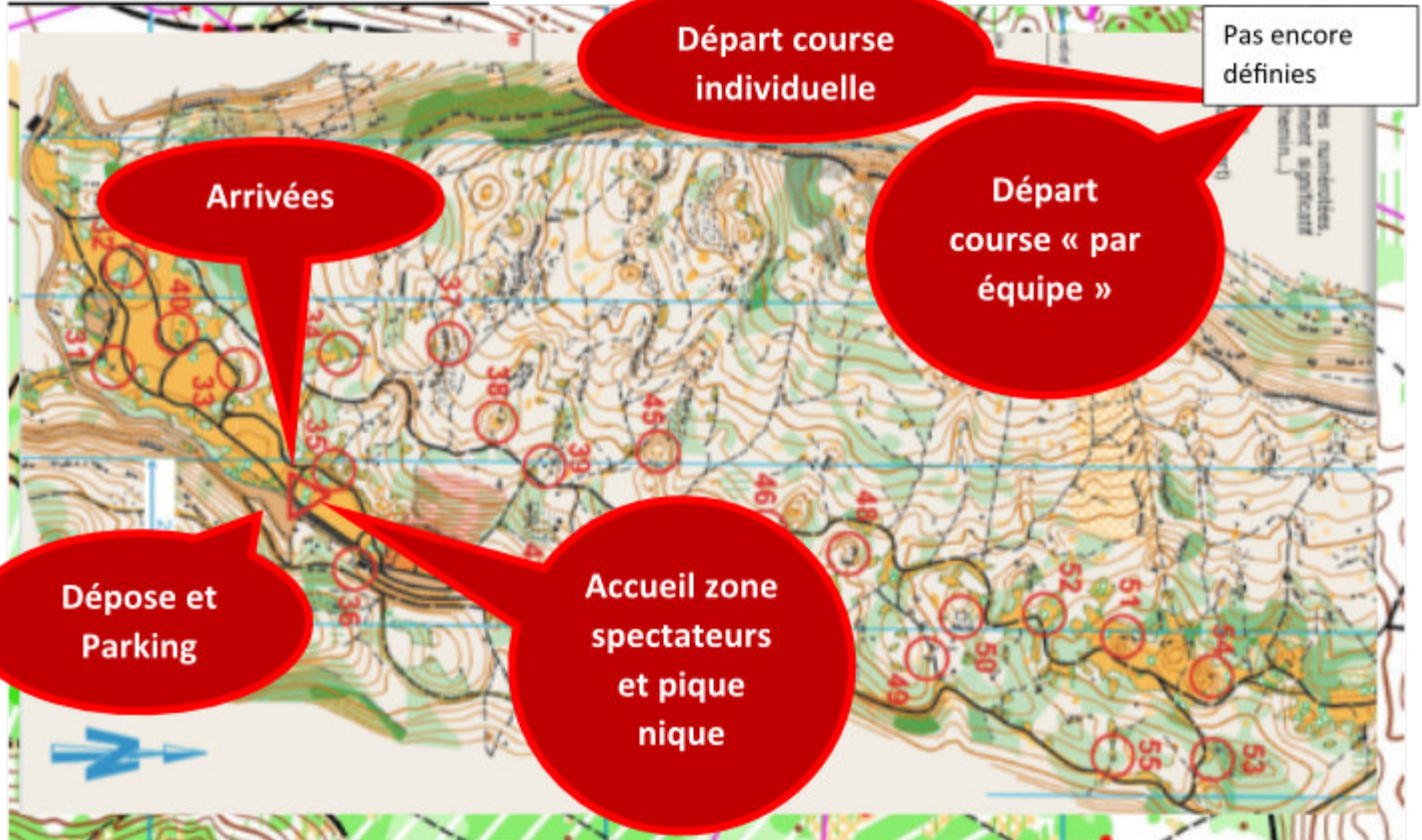


Voitures et minibus : se garer sur le grand parking  
Accueil à la caisse des Forfait au bout du Parking



## Fiche Info PraBque

### Plan de situation du site



### Horaires

- Accueil entre 9h30 et 10h00,
- 10h00 réunion des profs pour répartition des rôles
- 10h10 dernières consignes de course pour le « par équipe » devant l'accueil
- 10h15 convoi vers le départ et début de l'épreuve par équipe
- Entre 12h00 et 13h00 Pause pique nique
- 13h00 dernières consignes de course pour « l'individuel » devant l'accueil
- 13h15 début du parcours individuel
- Fin vers 16h00. Remise des récompenses. Et goûter à l'accueil. (merci aux professeurs de prévoir aider pour le débalisage (même Richard s'il ne m'en oublie pas une dans la forêt).

### Consignes de sécurité

- Avant de partir en course, je repère avec mon professeur référent les lignes d'arrêt qui circonscrivent la périphérie de la zone de course. (sur la carte et sur le terrain)
- Au moment de partir, je vérifie que j'ai bien ma boussole, ma montre et mon sifflet
- Je respecte le temps limite de sécurité
- Lors de ma course, je dois toujours savoir où je suis (suivre ma position sur ma carte)
- Si je suis perdu, j'oriente ma carte, je me recalcule, puis je retourne au dernier point connu.
- Si je me blesse, je ne panique pas, je rejoins tranquillement l'arrivée si possible ou je siffle des grands coups réguliers.
- Si je croise un élève blessé ou en difficulté, je dois lui porter secours.
- Si j'abandonne ma course, je dois impérativement passer par l'arrivée pour prévenir.

Azimut retour 180° soit plein sud en descendant dans la combe pour retrouver la plaine et le parking



# Course d'orientation

## Compétition Académique

### le 3 avril 2024

au stade Raphaël Poirée, La trompe  
Col de saint Alexis Vassieux



## Déroulement de la course par équipe

**Une course par équipe** de 3 élèves d'une même association sportive d'établissement dans chacune des 3 catégories Benjamins – Minimes – Cadets et Juniors

Elle donne lieu un classement par catégorie

Cette course par équipe est une course au score dans un temps limité. Elle se divise en 2 parties, au temps défini :

- Une première partie où les coéquipiers peuvent se séparer.
- Une seconde partie où ils doivent rester en patrouille de 3 coureurs.

La course au score est une course aux points, dans un temps imparti au cours duquel, il faut réussir à valider un maximum de postes. L'ordre de prise des postes est laissé libre.

- Les 3 membres de l'équipe disposent de 6 min pour élaborer la stratégie de course avant leur heure de départ programmée.

Durant la première moitié de course, les postes validés peuvent l'être en solitaire. Les postes validés ne comptent qu'une seule fois. Chaque orienteur devra valider 3 balises au minimum pendant la première moitié de course.

Avant le temps définissant la fin de la première partie, les 3 orienteurs doivent se retrouver et bipper tous les 3 la balise de rassemblement pour pouvoir enchaîner la 2<sup>e</sup> partie de course.

La balise de rassemblement ne rapporte aucun point. Elle est une obligation réglementaire.

Tout dépassement du temps imparti pour cette première partie entrainera une pénalité de 1 point pour chaque minute entamée de retard.

Lors de la deuxième partie de course, les coureurs doivent bipper ensemble, dans un délai de 15 secondes maximum.

- En cas de dépassement de temps, toute minute entamée entraîne une pénalité de 1 point à l'arrivée.
- Le titre de champion et le podium dans les 3 catégories sont décernés aux équipes ayant comptabilisées le plus de points, après avoir retranché les éventuelles pénalités sur les 3 balises minimum à respecter de la première partie de course et celles dues à un éventuel dépassement de temps au rassemblement et à l'arrivée.

### Temps course possible selon la composition des équipes et/ou la nature du terrain

Equipes composées de 1,2 ou 3 filles	60' max	50'	40'
Equipes composées de 3 garçons (15% de temps en moins)	51'	42'30"	34'

20





# Course d'orientation

## Compétition Académique

### le 3 avril 2024

au stade Raphaël Poirée, La trompe  
Col de saint Alexis Vassieux



## Déroulement de la course Individuelle

Une course individuelle est organisée dans chacune des 6 catégories.

Cette course individuelle est une course en ligne de type «moyenne distance» en référence aux épreuves de la FFCO. Elle est adaptée en complexité et difficulté aux âges des catégories.

La course en ligne est un parcours de postes à valider dans un ordre imposé, à réaliser le plus rapidement possible.

Pour cette course il est défini une limite temps dite de sécurité de 1h30 pour les benjamins et minimes F et G et de 2h pour les cadet/juniors F et G.

- Dans les 6 catégories, les départs seront donnés toutes les 2 minutes et l'ordre des départs doit veiller à l'alternance des différents territoires. Les coureurs élites partent en premiers. Le traitement des résultats se fera par la GEC (gestion électronique de course). Les boîtiers départ seront placés dès la sortie des 6 couloirs de départ.

	Nombre de postes	Distance
Benjamins Filles		
Benjamins garçons / Minimes Filles		km
Minimes Garçons / Lycée Filles		
Lycée Garçons		

Cartes au 5000<sup>ème</sup> échelle

Terrain : Sentiers avec quelques pierres végétation basse un peu agressive

Pour les 2 épreuves, chronométrage et contrôle au sport-ident





# Hello, quelques points de règlement

## Filière PromoBonnelle et Elite

- La course par équipe donne lieu à un classement unique, sans distinction Promotionnel et Elite.
  - La course individuelle donne lieu à un classement scratch regroupant Promo et Elite. Le titre et le podium du championnat Elite seront décernés uniquement aux coureurs élites s'étant classés devant les coureurs promotionnels. Le titre et le podium du championnat promotionnel seront décernés aux 3 premiers coureurs promotionnels de chaque catégorie.
- Le classement Elite regroupe les élèves licenciés UGSEL et détenteurs d'une licence FFCO à l'année N-2, N-1 et N à la date butoir d'inscription au championnat national.

## Les quotas de QualificaBon

Les quotas de qualification seront dépendants des possibilités d'accueil lors de l'académique.

La priorité sera d'assurer :

- la qualification de 2 équipes par catégorie
- les 2 premiers de chaque catégories promo
- le premier de chaque catégorie élite
- si possible la qualification des élèves étant sur le podium de chaque catégorie.

Un classement sera effectué , nous entérinerons les qualifications dans la semaine suivant le championnat.

Toutes demandes de qualifications exceptionnelles doivent être argumentées auprès des responsables UGSEL et doivent être demandées avant la compétition. L'élève doit être inscrit à la compétition.

La Commission de qualification se réunira rapidement après la compétition pour valider les résultats et les qualifications.

### COURSE D'ORIENTATION

#### QUOTAS DE BASE

INDIVIDUEL :  
- 12 en promotionnel toutes catégories  
- 6 en élite toutes catégories

ÉQUIPE :  
- 2 équipes par catégorie

INDIV/ÉQUIPE	INDIVIDUEL												ÉQUIPE		
	PROMOTIONNEL						ÉLITE						BEN	MIN	C/J
Il s'ont attribués par territoire	BF	BG	MF	MG	C/JF	C/JG	BF	BG	MF	MG	C/JF	C/JG			
QUOTAS PRÉVUS	12						6						2	2	2

#### QUOTAS SUP. RÉSULTATS

INDIVIDUEL :  
- 1<sup>er</sup> de chaque catégorie

ÉQUIPE :  
1<sup>er</sup> : 3 quotas pour individuel promo  
2<sup>er</sup> : 2 quotas pour individuel promo  
3<sup>er</sup> : 1 quota pour individuel promo

INDIV/ÉQUIPE	INDIVIDUEL														
	PROMOTIONNEL						+ Résultat équipe			ÉLITE					
PROMO/ÉLITE	BF	BG	MF	MG	C/JF	C/JG	BEN	MIN	C/J	BF	BG	MF	MG	C/JF	C/JG
QUOTAS PRÉVUS	1	1	1	1	1	1	6	6	6	1	1	1	1	1	1
AUVERGNE RHONE-ALPES								1					1		