

ENTRAÎNEMENT de COURSE D'ORIENTATION

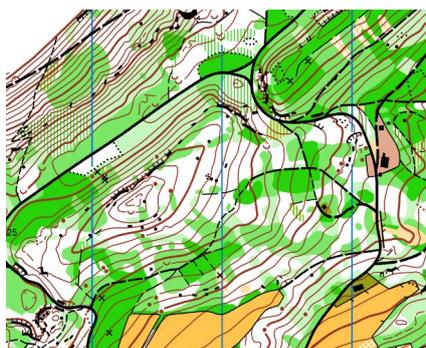
OUVERT À TOUTES ET À TOUS

Entraînement libre chronométré

Longue distance

Six-Fontaines - Rances

Samedi 27 mars 2021



Organisation	CO Lausanne-Jorat
Carte	Six-Fontaines - échelle 1:10'000 - équidistance 5m - état 2017
Type de terrain	Forêt typique du pied du Jura, nombreux chemins et sentiers, végétation dense par endroit avec d'autres parties très rapides
Équipement	Tenue sportive de plein air, protection des jambes conseillée (pantalons ou guêtres), boussole (location possible si annonce)
Départ	Refuge du Mélèze à Rances, Carte , Coordonnées : 46°46'11.065"N 6°29'53.363"E Entre 9h00 et 16h00 selon plage horaire sélectionnée. Les départs seront espacés de 3 minutes, l'heure de départ sera communiqué par e-mail à chaque coureur avant l'entraînement.
Annonce participation	Obligatoire, à l'avance, sur le site zeno.colj.ch à partir du 22.03.2021, délai d'annonce de participation: jeudi 25 mars 2021 à 23h59, une plage horaire est à choisir lors de l'annonce de participation Paiement à l'avance sur le compte du COLJ (info en fin de formulaire d'annonce de participation) jusqu'au vendredi 26 mars 2021 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 : 2.7km / 70m dénivelation - FM Facile Moyen : 3.9km / 130m dénivelation - TC Technique Court : 3.9km / 140m dénivelation - TM Technique Moyen : 5.3km / 170m dénivelation - TL Technique Long : 6.4km / 230m dénivelation
Accès	Transports publics : Train depuis Yverdon jusqu'à Six-Fontaines (20min), puis 5min à pied En voiture : Parking près de la gare de Six-Fontaines, Merci de privilégier la mobilité douce ou le covoiturage !
Vestiaires	Dans la nature (Idéalement, c'est de se changer à la maison)
Chronométrage	SportIdent (location possible lors de l'annonce de participation)

Finance	CHF 10.- par inscription (personne ou équipe) CHF 2.- par carte supplémentaire (A4) location SportIdent: CHF 2.- location boussole: CHF 2.-, dépôt CHF 20.-
COVID-19	Les mesures de la Confédération contre le coronavirus sont à respecter en tous temps. Les rassemblements de plus de 15 personnes sont interdits. La distance social et/ou le port du masque est à respecter. Le concept de protection pour entraînements libres du COLJ est à respecter aussi (disponible sur le site www.colj.ch). Merci d'être sur place juste le temps de l'entraînement. Merci aussi de respecter la plage horaire choisie.
Classement	Un classement sera publié pour les jeunes de 2001 et après. Pour les autres participants, une liste des temps par ordre alphabétique sera publié sur zeno.colj.ch .
Assurance	Est l'affaire des participants. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accidents éventuels.
Remarque	En cas de forte participation, l'entraînement sera aussi ouvert le dimanche 28 mars 2021. Une participation par personne possible.
Renseignements	Responsable de l'entraînement : Sandrine Baud - sandrine@colj.ch Traceurs : Kerria et Jérôme Favre