



COURSE D'ORIENTATION POPULAIRE OUVERTE À TOUTES ET À TOUS

Samedi 02 novembre 2024
Grandes Roches - Le Brassus



Organisation	CO Lausanne-Jorat, https://www.colj.ch
Carte	Grandes Roches / échelle 1:10'000 / mise à jour été 2023
Type de terrain	Forêt
Forme de course	Course individuelle
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	Centre nordique « Les Grandes Roches ». Départ et arrivée à proximité.
Horaire	Départ : de 11h00 à 13h30 Fermeture des parcours : 15h30
Inscriptions	Jusqu'au mercredi 30 octobre à 23h59 via https://entry.picoevents.ch/ . Le jour même selon disponibilité des cartes.
Catégories	Adaptées à la condition physique et technique de chacune et chacun : - FC Facile Court 2.6km 80m - FM Facile Moyen 3.0km 110m - TC Technique Court 4.0km 160m - TM Technique Moyen 5.4km 200m - TL Technique Long 7.2km 220m
Finance	CHF 13.- par coureur CHF 8.- par enfant/jeune jusqu'à 20 ans location SI: CHF 2.-, location boussole: CHF 2.-, dépôt CHF 20.-, carte supplémentaire CHF 3.-.
Cours d'initiation	Sur place au centre de course, mail aux organisateurs au préalable souhaité.
Accès	Transport public : Train R4 Aigle - Le Brassus chaque heure et bus Aubonne - Le Brassus dp d'Aubonne 9h32 et 11h 32 ; Navette depuis la gare du Brassus. Choisir l'heure d'arrivée prévue lors de l'inscription . Parking : Merci de bien remplir les voitures si vous ne voulez pas venir en transport public. Peu de places autour du centre de Ski de fond, merci de bien suivre nos instructions pour ne pas perturber la navette ni les coureurs ni les habitants. Merci de privilégier la mobilité douce.
Vestiaires	Dans le centre nordique. Douches disponibles.
Chronométrage	SportIdent (location à préciser lors de l'inscription).
Assurance	Est l'affaire des participants. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accidents éventuels.
Renseignements	Chef de course : Koni Ehrbar - koni@colj.ch Traceur : Marius Kaiser marius.kaiser@bluewin.ch Contrôleur : Egbert Kruithof egbert.kruithof@bluewin.ch
Buvette	Vente de pâtisseries maison et boissons.