



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Organisation : Association Bourguignonne de Course d'Orientation DIJON
Directeur de course : Dominique GOLMARD
Délégué - Arbitre : Virginie PARIGOT
Contrôleur des circuits : Dominique GOLMARD
Traceur : Sébastien GUERARD
GEC : Denis PERDRIZET

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : Extrait carte Véluzé N°2013-D21-207
Mise à jour printemps 2024 – JC Lalevée

Échelle : suivant les circuits (voir page 2)

Équidistance : 5 m

Type de terrain : terrain forestier avec de nombreux chemins, plateau peu dénivélé et flancs pentus, bonne cyclabilité dans l'ensemble



ACCÈS

Fléchage : entrées Grenant-lès-Sombernon
Jonctions D114-D114m et D114-C2, bien suivre les fléchages (trajet unique pour rejoindre le parking)
Distance parking-accueil : 300m
Distance accueil-départ : 400m
Distance arrivée-accueil : 1200m



HORAIRES

Accueil : 13h
Départ : à partir de 14h

⚠ Attention : Heure de départ affectée à l'avance
Sauf circuit H – vert : départ libre au boitier
Fermeture des circuits : affichée à l'accueil



CIRCUITS

 Selon règlement ligue BFC 2024 (voir page 2)

Nombre de circuits compétition : 11
Nombre de circuits découverte : 3
Vert, bleu, orange court
Gestion de course : SIAC activé



INFOS RESULTATS

<https://www.lbfco.fr/>
<https://abcodijon.fr>
<https://mtborga21.wixsite.com/mtbo-duathlo-2024>
Dans le même W.E, Duathlon organisé à Couchey (21)



TARIFS

Licenciés FFCO : 8,00€ pour les 18 ans et moins, 9,00€ pour les 19 ans et plus
Non-licenciés FFCO : Pass Compétition : tarif licencié + 4,00€, Pass Découverte Compétition : tarif licencié + 3,00€
: Pass Loisir Santé : tarif licencié + 3,00€

*L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence compétition ou découverte compétition (jusqu'au niveau jaune inclus) et aux non-licenciés titulaires d'un titre de participation ad hoc respectant les conditions médicales d'accès : attestation de prise de connaissance du questionnaire médical fédéral et des recommandations des **cardiologues du sport pour les majeurs**, du questionnaire médical ou certificat médical de moins de 6 mois pour les **mineurs**.*

Documents disponibles et à remplir à l'accueil ou accessibles ci-dessous par avance.

[10 règles d'or](#), [questionnaire de santé \(majeur\)](#), [questionnaire de santé \(mineur\)](#), [certificat médical](#),

Location de puce : (Contre caution)



INSCRIPTIONS

Inscription sur le site fédéral **jusqu'au 09 juin à minuit :** <http://licences.ffcoorientation.fr/inscriptions/>
Inscription possible sur place, dans la limite des cartes disponibles et après accord de l'arbitre
Pas de désinscription après diffusion des heures de départ



CONTACT

abco.dijon@gmail.com ou Dominique GOLMARD : dometchantal.golmard@orange.fr 03 80 75 66 61



SERVICES

Buvette, gâteaux

Tableau des distances

Circuits	Catégories	Echelle Format carte	Distance(m) Réelle	Dénivelé (m)	Nb de postes
A	H21	1/12500 A4	23900	455	19
B	D21 H20-H40	1/12500 A4	19000	400	18
C	D20 H17-H50	1/12500 A4	15650	235	15
D	D17-D40 H60	1/12500 A4	13200	180	14
E	D50 H14-H70	1/12500 A4	10725	145	12
F	D14-D60-D70	1/12500 A4	7620	95	10
G	D12-H12	1/10000 A4	4700	55	8
H*	D10-H10	1/7500 A4	3300	40	6
VAE		1/12500 A4	12975	230	13
Open Violet		1/12500 A4	15650	235	15
Open Orange		1/12500 A4	10725	145	12
Open Bleu		1/12500 A4	4700	55	8

Ces informations sont données à titre indicatif et peuvent être légèrement modifiées

*Le circuit Vert (H10-D10) n'est pas un circuit compétition. L'accompagnement est possible par une personne ayant déjà couru (ou ne courant pas) sur un circuit compétition ce jour-là.

Pour être classé lors d'un Championnat de Ligue, un coureur doit obligatoirement concourir sur le circuit de référence de sa catégorie,

Il y a des Open de couleur pour les coureurs qui ne voudraient pas faire le circuit sur leur catégorie.

