

**Règlement des Raids d'Orientation et du
14 ° raid de la vallée de la Blanche.**

I Ce règlement est un complément au règlement sportif 2009 de la fédération française de course d'orientation qui régit l'ensemble des épreuves de Raids de Course d'Orientation. L'épreuve possède en sus un règlement particulier qui sera joint au dossier de course délivré le jour du raid. Le Raid d'Orientation est une épreuve pédestre par équipe qui se déroule sur 2 jours avec un lieu de bivouac imposé. Le bivouac est réservé exclusivement aux concurrents. Les équipes sont composées de 2 compétiteurs. Ils doivent effectuer leurs parcours en restant toujours associés. Les mineurs ne peuvent concourir que s'ils sont licenciés auprès de la FFCO depuis plus d'un an. Ou s'ils sont accompagnés. Les équipes doivent être en autonomie complète pour leur nourriture, leur équipement de couchage et leur matériel de rechange. Un ravitaillement en eau est fourni en fin de course. **Une boisson chaude est offert au bivouac.** Le matériel que doivent porter les concurrents est imposé et il doit être gardé tout au long de l'épreuve. La carte fournie est de préférence une carte de course d'orientation aux normes de la FFCO. Les départs sont simultanés le premier jour. Le deuxième jour, ils peuvent être échelonnés avec les écarts de temps de l'arrivée du premier jour. Les épreuves se dérouleront sur des parcours de longueurs et de niveaux techniques différents. Les positions des postes sont données après le départ sous forme de coordonnées géographiques. **Le circuit E sera le seul ou des équipes de plus de deux personnes pourront s'inscrire. Le circuit E sera le seul ou des équipes courant avec classement pourront participer et faire transporter le matériel de couchage.** Les inscrits sur les circuits D et E ne courent pas pour un titre de champion de France des raids L'organisation s'octroie le droit de donner une catégorie et ou un circuit, si elle juge que l'équipe prend des risques en s'inscrivant sur un parcours trop difficile.

Tout coureur peut être soumis à un contrôle antidopage.

| | A | B | C | D | E |
|-----|---|---|---|---|---|
| HS | + | + | | | + |
| DS | | + | + | | + |
| MS | | + | + | | + |
| HV1 | | | | + | + |
| MV | | | + | | + |
| DV1 | | | + | + | + |
| HV1 | | + | + | | + |
| V2 | | | + | + | + |
| V3 | | | + | + | + |
| HJ | | | + | + | + |
| DJ | | | + | + | + |
| VM | | | | + | + |

II Le vainqueur de chaque catégorie marquera 160 points s'il concourt sur le circuit prévu par le règlement pour sa catégorie puis décompte de 1 point pour 3 minutes d'écart avec le vainqueur. Une équipe qui participe sur le circuit directement inférieur à celui prévu pour sa catégorie tout en restant sur les circuits ABC marquera 80 points si elle est vainqueur, puis décompte de 1 point par 3 minutes d'écart avec le vainqueur.

III le titre de champion de France des raids d'orientation récompense des équipes de 2 coureurs qui concourent lors d'une série de compétitions sur les parcours prévus pour leur catégorie. Il ne sera attribué que s'il y a au moins 3 équipes classées dans la catégorie.

L'épreuve se déroule conformément au règlement particulier pour les Raids d'Orientation.

IV Les deux coureurs de chaque équipe doivent effectuer leur parcours en restant toujours associés. Les équipiers doivent être les mêmes pour toutes les courses comptant dans le classement.

V Le classement est établi à partir du total au maximum des trois meilleurs résultats en points obtenus dans les courses de la saison. En cas d'égalité, le quatrième résultat départagera l'ex-æquo.

VI le classement hors délivrance des titres de champions de France sur les circuits D et E sera effectué en fonction des équipes inscrites pour le raid.

VII Les catégories ne comprenant pas plus de cinq équipes peuvent ne pas être récompensées.



USB Thalweg 04

**14° raid vallée de la Blanche
18 et 19 septembre 2010**

| circuits | Caractéristiques | Distances moyennes | Dénivelées moyennes Sur 2 jours | Temps du 1° Temps du dernier en 2007. |
|---------------------|---|--------------------|---------------------------------|---------------------------------------|
| A ultra | Circuit élite, très compétitif. Long et techniquement difficile. Réservé à des compétiteurs avertis | 40 km | 1500m | 5h 56 10h44 |
| B élite | Circuit moyen et techniquement difficile. Pour les compétiteurs expérimentés. | 35 Km | 1250 m | 7h43 10h11 |
| C sportif | Circuit court et techniquement difficile. Maîtrise de l'orientation | 30 km | 1000 m | 6h34 13h32 |
| D sportif | Long et techniquement facile. Requiert des qualités d'orientation et d'endurance | 32 km | 1000 m | 8h25 10h00 |
| E décou verte | Moyen et techniquement facile. Découverte du raid. Toutes catégories. Equipes de plus de 2 possibles. Classement en fonction des équipes engagées sur le circuit. | 20Km | 860 m | 6h00 9h00 |

Pour le choix des circuits, n'oubliez pas qu'en septembre la nuit tombera vers 18heures. Pour ceux qui s'orientent lentement ou incertainement prévoir dans le temps de course le temps de recherche des balises.

Carte du raid, échelle 1/20000, équidistance : 10 mètres.

