



EPERNAY NATURE ET SPORT

Tel : 03 26 51 82 05
<http://epernayns.free.fr/>
mail : ens5101@wanadoo.fr



Course d'Orientation
Fédération Française



WEEK-END O'CHAMPAGNE

Les 12 et 13 octobre

3 CO (CN) en 2 JOURS

- **Sprint Orientation samedi après-midi**
(organisée par le CD Marne)

- **CO de nuit à Hautvillers à partir de 19h30**
(organisée par Epernay Nature et Sport)

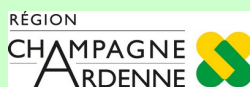
- **CO Classique dimanche**
(organisée par l'ASO sillery)

Possibilité de visiter des caves le samedi matin, après le sprint l'après-midi ou le dimanche après votre course.

Inscriptions : sur le site FFCO www.ffcorientation.fr / les courses à venir
ou par mail pour les non-licenciés ens5101@wanadoo.fr
avant le 20/09/2013 (majoration + 2 € après le 20/09)

Tarifs : 18 € (19 ans et +), 15 € (13-17 ans), 12 € (12 ans et moins),
Compter 6, 5, 4 € pour une seule course

Renseignements/inscription : ens5101@wanadoo.fr site : <http://epernayns.free.fr/>





EPERNAY NATURE ET SPORT

Tel : 03 26 51 82 05
<http://epernayns.free.fr/>
mail : ens5101@wanadoo.fr



Course d'Orientation
Fédération Française



SAMEDI 12 OCTOBRE 2013, Orientation de nuit pédestre à partir de 19 h 30 (CN) à Hautvillers (7 km au nord d'Epernay) Organisée par Epernay Nature et Sport

Seul, en groupe ou en famille, dans une ambiance sportive, de détente et de convivialité, découvrez l'orientation de nuit dans les vignes et dans le superbe village d'Hautvillers.

Venez vous aussi nous rejoindre, découvrir quelques balises. N'hésitez pas à amener vos familles et vos amis, vous serez tous les bienvenus.

Découvrir la CO de nuit :

partir seul, en groupe ou en famille
s'équiper d'une lampe de poche,
torche ou frontale
choisir un parcours plus simple que
de jour

CO nocturne pour tous, licenciés FFCO, UNSS, et non-licenciés, enfants, jeunes, familles, adultes ...

7 parcours compétition et loisir entre forêt, vignes et village

Trois parcours techniques :

- A : 6 km (techniquement difficile)
→ conseillé H18- 45, D21
- B : 4,5 km (techniquement difficile)
→ conseillé H16, 50 et +, D18-45
- C : 3 km (assez technique)
→ conseillé D 50 et +

4 parcours simples uniquement vignes aux
abords du village et village :

- D : 3 km (techniquement peu difficile)
→ conseillé H14, D 14, D 16
- E : 2,5 km (facile)
→ conseillé H/D 10-12, initiation
- F : 3,5 km (facile) → découverte, loisir
→ (H/D peu sûrs de nuit)
- G : 5 km (rand'O sur chemins uniquement)

Attention : Il est demandé un **certificat médical de moins d'un an** autorisant la pratique de la Co en compétition pour les non-licenciés qui souhaitent être chronométrés et classés.

Initiation : gratuite avant votre départ en forêt.
Les jeunes enfants non autonomes en orientation devront être accompagnés.

Dîners : Eau et petite restauration offertes, bois

**Et pour tous,
SOUPE à
l'arrivée !
+ cakes,
quiches, ...en
vente**

Renseignements/inscription : ens5101@wanadoo.fr site : <http://epernayns.free.fr/>

