

CO

## Règlement de la Course d'orientoïse de la St Just'Oise

art 1 La course d'orientation de la St Just'Oise vous est proposée pour découvrir la course d'orientation avec des balises à trouver sur des terrains variés. Elle se situera en ville, dans un parc et en forêt. Ce sera une course nocturne avec un départ groupé de nuit.

Art 2 Vous pourrez courir seul ou par équipe de deux. Pour les binômes vous devrez rester ensemble la totalité de la course.

Art 3 La course d'orientation n'aura pas de limite de temps mais une pénalité de temps sera attribuée pour chaque balises manquantes. Le classement se fera sur le temps de course auquel sera ajoutées les pénalités de balises manquantes.

Art 4 Pour valider vos balises vous devrez poinçonner avec la pince accrochée à la balise une case correspondant au numéro de balise sur votre carte. Il y aura plusieurs cartes sur votre parcours. Elles seront numérotées avec votre numéro de dossard. Les cartes devront toutes être rendues à l'organisation pendant la course. Lorsque vous prendrez la carte 2 vous devrez rendre la carte 1 et ainsi de suite. Une carte perdue ou mal poinçonnée ne pourra pas être comptabilisée.

Art 5 Vous devrez avoir avec vous une lampe frontale ou une lampe torche rechargée et ayant une autonomie de 3H00. Des vêtements adaptés aux conditions météo du jour. Un téléphone portable. Une boussole est conseillée.

Art 6 Il sera possible tout au long du parcours de raccourcir et rentrer plus vite à l'arrivée et laisser les dernières cartes et les dernières balises. Ainsi vous pourrez adapter le niveau de la course en fonction de votre forme du jour. Sachez que le parcours total fera environ 15 km.