



# **Organisation d'une course d'orientation en Lorraine**

**(édition 2012)**





# Préambule

Ce document définit le cadre réglementaire applicable à l'organisation d'une course d'orientation de niveau régional en Lorraine.

Il a été proposé par la Commission Technique et Sportive et adopté par le Comité Directeur. Il est rédigé à partir :

- du Règlement des Compétitions 2012 de la FFCO ;
- du Règlement Sportif Lorrain 2011 ;
- des règlements de la Coupe et de la Supercoupe de Lorraine 2011.

Ce document est articulé en 3 parties distinctes :

- chapitre 1 : Règlement Sportif Lorrain ;
- chapitre 2 : Règlements de la Coupe et de la Supercoupe de Lorraine ;
- chapitre 3 : Recommandations pour l'organisation d'une course d'orientation régionale en Lorraine.

Il vient en complément du règlement des compétitions fédéral en vigueur édité par la FFCO. Dans le silence du règlement sportif lorrain, les dispositions du règlement fédéral sont applicables.

Ce document a été approuvé par le Comité Directeur de la Ligue Lorraine de Course d'Orientation le 07 janvier 2012. il est applicable à compter de ce jour.



## Chapitre 1

# **Règlement Sportif Lorrain**



## 1. Coureurs – catégories – classes

Les licenciés sont classés dans chaque sexe en 16 catégories selon les catégories d'âge définies par le règlement fédéral :

Age au 31 décembre	Catégories d'âge FFCO
10 ans et moins	D.10 et H.10
11 et 12 ans	D.12 et H.12
13 et 14 ans	D.14 et H.14
15 et 16 ans	D.16 et H.16
17 et 18 ans	D.18 et H.18
19 et 20 ans	D.20 et H.20
21 à 34 ans	D.21 et H.21
35 à 39 ans	D.35 et H.35
40 à 44 ans	D.40 et H.40
45 à 49 ans	D.45 et H.45
50 à 54 ans	D.50 et H.50
55 à 59 ans	D.55 et H.55
60 à 64 ans	D.60 et H.60
65 à 69 ans	D.65 et H.65
70 et plus	D.70 et H.70

Pour les championnats de Lorraine longue distance, il existe 2 classes pour les catégories d'âge 20 et 21 :

- classe E : parcours Elite
- classe A : parcours normal

Le sigle de la classe est accolé à la dénomination de la catégorie (ex. H21E, H21A).

Les compétiteurs souhaitant effectuer des parcours autres que celui correspondant à leur catégorie peuvent concourir sur le circuit de leur choix, dans les limites définies ci-dessous :

- Le choix d'un parcours plus long que le parcours de la catégorie d'appartenance n'est autorisé que si le temps de course du parcours choisi n'excède pas le temps défini pour la catégorie du concurrent dans les épreuves longue distance du groupe national (cf. règlement des compétitions fédéral). Le surclassement est donc possible dans ces limites : par exemple, un H40 peut courir en H35 (un tableau récapitulatif est fourni au chapitre 3, §7).
- Les femmes peuvent concourir dans les catégories « hommes » correspondant à leur âge dans les limites définies supra.
- Tout sous-classement ne pourra se faire qu'en catégorie « OPEN ».
- Les catégories « OPEN ». ne permettent pas l'attribution d'un titre ni l'obtention d'une qualification pour un championnat fédéral.
- Les organisateurs veilleront à ce que les détenteurs d'un pass'orientation courent sur un circuit d'un niveau de difficulté adapté à leurs capacités techniques et physiques.

## 2. Rappel des règles de conduite des concurrents

- Les concurrents sont tenus de demeurer silencieux durant l'épreuve.
- Il est interdit d'effectuer un parcours ou une fraction de parcours en collaboration avec un ou plusieurs coureurs.
- Il est interdit de s'écarter de plus de 5 mètres du balisage d'un itinéraire obligatoire.
- L'assistance mutuelle est obligatoire en cas d'accident.
- L'usage de tout instrument de navigation autre que la carte et la boussole est interdit.
- Les concurrents doivent respecter les zones interdites, les propriétés privées et les cultures.
- Tout concurrent doit s'abstenir de participer à une course s'il connaît suffisamment bien le terrain de course pour en retirer un avantage sensible sur les autres concurrents.
- Les concurrents doivent se conformer aux règles de circulation en vigueur, sauf précision de l'organisateur.



- Seuls les coureurs qui partent et les personnes accompagnées par l'organisateur sont autorisés à accéder au delà du pré départ. Il est toutefois toléré que les coureurs du circuit jalonné s'il existe puissent être accompagnés par des coureurs ayant déjà couru.
- Les clubs qui participent à une course sont responsables de leurs adhérents qui ne sont pas rentrés après l'heure de fermeture des parcours. Ils peuvent demander de l'aide à l'organisateur pour rechercher les égarés éventuels.
- Quand ils ont franchi la ligne d'arrivée ou passé le relais, les concurrents ne peuvent retourner sur le terrain de la compétition sans l'autorisation de l'organisateur ou de l'arbitre.
- Un coureur qui abandonne doit immédiatement le signaler à l'arrivée et doit rendre sa carte. Ce coureur ne doit avoir aucune influence sur la compétition et ne doit pas aider les autres concurrents.

## 3. Modalités d'organisation des courses

### 3.1. Inscriptions

Les tarifs d'inscription aux courses sont fixés chaque année par le Comité Directeur. Les tarifs ci-dessous sont applicables aux licenciés lorrains FFCO, FFSU et UNSS :

Catégories	Course non inscrite au CN	Course inscrite au CN	Epreuve combinée <sup>1</sup> non inscrite au CN	Epreuve combinée inscrite au CN <sup>2</sup>
D-H 20 et plus	4,00 €	5,00 €	5,00 €	6,00 €
D-H 16 et D-H 18	2,50 €	3,50 €	3,50 €	4,50 €
D-H 14	1,50 €	2,50 €	1,50 €	2,50 €
D-H 12 et moins	1,50 €	2,50 €	1,50 €	2,50 €

<sup>1</sup> épreuve « sprint + poursuite » ou « moyenne distance + poursuite »

<sup>2</sup> si l'une des deux courses est inscrite au CN

Catégories	Relais (tarif indivisible, par relais)
H18 à H40 ; H45/50 ; D18 à D50	12,00 €
H55 et + ; D55 et +	8,00 €
D14/16 ; H14/16 ;	5,00 €
D10/12 et H10/12	3,00 €

La liste des inscrits à l'avance doit être affichée à l'accueil.

### 3.2. Pass'orientation - certificat médical

Le pass'orientation doit être délivré à tout pratiquant non licencié FFCO et donne accès aux catégories *Open* uniquement.

Un pass'orientation doit également être délivré pour tout compétiteur licencié course d'orientation à l'étranger (hors FFCO), et permettra l'accès à toutes les catégories.

Un certificat médical de non-contre indication à la pratique de la course d'orientation en compétition datant de moins d'un an est obligatoire pour être chronométré. Pour les étrangers, le certificat fourni devra être rédigé dans une langue permettant à l'organisateur de s'assurer de l'identité du médecin, de sa signature et de la date de validité.

Le pass'orientation est délivré par l'organisateur ou présenté lors de l'inscription.

Les licenciés UNSS et FFSU, mention « CO en compétition » bénéficient d'un pass'orientation délivré et pris en charge financièrement par la ligue.

Pour toutes les manifestations organisées en Lorraine, l'organisateur est libre de fixer le prix du pass'orientation dans une fourchette comprise entre zéro et 2,50 Euros. Quel que soit le prix demandé, l'organisateur est tenu de reverser la quote-part fédérale.

### 3.3. Fléchage routier

Les panneaux devront obligatoirement mentionner « Course d'Orientation ».



### 3.4. Promotion de la course d'orientation (actions minimales)

- Une annonce de course doit être transmise à « *L'Orienteur Lorrain* » et au webmaster de la ligue au minimum un mois avant la compétition.
- Prévenir la presse écrite locale avant la course et lui fournir les résultats (officiels) dans l'après-midi de la compétition.

### 3.5. Informations de course

Lors de l'accueil des concurrents, l'organisateur doit porter à leur connaissance toutes les informations qui peuvent influencer sur le bon déroulement et l'équité de la compétition. Il faut notamment préciser :

- les zones interdites
- les couleurs de tous les marquages sur le terrain (jalons par exemple)
- l'heure de fermeture des circuits
- l'identité de l'arbitre.

### 3.6. Les cartes

- Les cartes doivent être aux normes de l'IOF et respecter le règlement cartographique de la LLCO.
- Pour les courses pédestres, sauf autorisation spécifique pour l'organisation de courses particulières, l'échelle de la carte sera : 1:4000, 1:5000, 1:10.000 ou 1:15.000.
- Si une ancienne carte du terrain de course existe, un exemplaire devra être clairement affiché à l'accueil des compétiteurs.

### 3.7. Les postes de contrôle

- Les postes de contrôle sont disposés à des lieux caractéristiques du terrain et nettement identifiables sur la carte. Ils doivent être visibles à partir du moment où le concurrent atteint l'élément indiqué par la définition du poste.
- Les postes ne doivent pas être placés à moins de 30 mètres les uns des autres. Deux postes disposés sur deux éléments de même nature ne peuvent être distants de moins de 60 m.
- Des confettis en papier biodégradable sont placés près de chaque poste afin de marquer son emplacement dans l'éventualité où le poste viendrait à disparaître durant l'épreuve.

### 3.8. Les parcours

- Les longueurs des parcours doivent être calculées à l'aide des réductions kilométriques de terrain (RK terrain) afin de respecter les temps de course prescrits pour les vainqueurs.
- Pour les courses de relais, les systèmes de variations des parcours doivent être respectés afin d'assurer que chaque équipe effectue au total exactement le même parcours.
- La somme des dénivelées positives sur un parcours ne doit pas dépasser 4% de la longueur du parcours par les itinéraires les plus logiques, quelle que soit la discipline.
- Les zones et passages dangereux, les itinéraires et franchissements obligatoires (route fréquentées) doivent être délimités par de la tresse de couleur.
- L'heure de fermeture des parcours est fixée par l'organisateur. Elle doit figurer obligatoirement dans les informations aux coureurs.

### 3.9. Le système de contrôle

- L'utilisation d'un dispositif de pointage électronique « Sport Ident » est obligatoire.
- Le coureur est tenu d'utiliser le dispositif de pointage qui a été enregistré lors de son inscription.
- Le coureur est seul responsable de son pointage électronique, attesté par les signaux sonores et/ou lumineux émis par le poste.
- En cas de non fonctionnement du dispositif de pointage électronique ou d'absence d'un élément du poste de contrôle, le coureur utilisera la pince présente à chaque poste pour prouver son passage en poinçonnant sa carte.

### 3.10. Le départ

- La plage d'ouverture du départ aux concurrents doit être de 2 heures au minimum pour les courses « longue distance ».



- Chaque coureur est responsable de la gestion de son départ (effacer les données de son pointeur électronique, sa prise de carte, etc...).
- La remise des définitions des postes aux compétiteurs se fait avant le départ, si celles-ci ne sont pas imprimées ou collées au recto de la carte. La longueur, la somme des dénivelées positives, le nombre de postes du parcours et les catégories doivent y figurer.
- Les heures de départ sont libres (sauf relais et poursuite). L'organisateur a toute latitude pour espacer les départs des concurrents. La prise de carte intervient au « top » départ pour l'ensemble des épreuves du calendrier.
- Le départ doit être donné au moyen d'un signal sonore.
- Sauf mention particulière (sprint, MD, poursuite et relais), l'intervalle de temps entre départs échelonnés doit être de :
  - 2 minutes
  - Libre pour les circuits « jalonné »
- En cas d'utilisation de « papillons » (A1, A2 par exemple), les concurrents doivent être alternés d'une branche à l'autre : A1, puis A2, puis A1...
- Le point de départ à partir duquel les concurrents doivent s'orienter est marqué sur le terrain par une toile de poste de contrôle et sur la carte par un triangle. Son accès depuis la ligne de départ est obligatoire et balisé.
- Les cartes résistantes à l'eau ou sous plastique sont présentées au départ avec les circuits préparés à l'avance et les catégories indiquées.

### 3.11. l'arrivée

- L'itinéraire entre la dernière balise et la ligne d'arrivée doit être obligatoire et balisé.
- L'arrivée est matérialisée par une ligne au sol. Dans le cas de compétitions avec des départs en masse ou en chasse (ex : relais) les boîtiers arrivée doivent être situés plusieurs mètres derrière la ligne. L'ordre d'arrivée des coureurs est défini par un juge désigné par l'organisation.
- Les temps de course doivent être donnés sous la forme *heure/minute/seconde*.
- Le passage à l'arrivée de tous les concurrents est obligatoire, même en cas d'abandon. Une fois la ligne d'arrivée franchie, le coureur n'a plus le droit de retourner poinçonner des postes.

### 3.12. Les résultats

- **officiels**
  - Les résultats provisoires de tous les coureurs doivent être affichés sur le lieu de course.
  - Un concurrent qui termine son parcours en respectant les règles de course est classé.
  - Un concurrent qui ne termine pas son parcours, ou enfreint involontairement les règles de course est « PM ».
  - Un concurrent qui enfreint volontairement les règles de course ou qui commet une faute grave contre la probité sportive est disqualifié par l'arbitre.
  - Cas spécifiques des relais : Les équipes concernées par le départ en masse des attardés seront classées après celles qui ont transmis le relais régulièrement. Dans ce cas, le classement s'effectuera par addition des temps des relayeurs de l'équipe.
  - les résultats doivent être envoyés le soir même de la course pour publication sur le site internet de la Ligue.
- **officiels**
  - Contenu (exemple en annexe) :
    - Titre de la course – date – lieu – club organisateur – **nom de la carte**.
    - Nom du traceur, du traceur en formation, du contrôleur des circuits, de l'opérateur GEC, du délégué régional et de l'arbitre.
    - La liste des autres organisateurs, en indiquant la catégorie où ils désirent se voir attribuer, le cas échéant, les points « organisateur » (coupe et supercoupe de Lorraine).
    - Statistiques : nombre total de participants – nombre de coureurs licenciés par club – nombre de Pass'orientation.
    - Les résultats dans chaque catégorie avec rappel des distances de chaque circuit.
  - Distribution des résultats officiels (après validation par l'arbitre) 8 jours maximum après la course.
  - Destinataires :
    - Clubs
    - Comités Départementaux
    - LLCO, responsables coupe et supercoupe de Lorraine.
- Une sauvegarde de la course doit parvenir au gestionnaire des archives de la LLCO sous 8 jours.



### 3.13. Les réclamations

- Les réclamations concernant une irrégularité, le déroulement ou les résultats de l'épreuve doivent être formulées par écrit et transmises à l'arbitre dès que l'irrégularité est constatée dans la limite de 1 heure après la fermeture des circuits.
- Les réclamations concernant une discordance entre le résultat affiché et les résultats officiels expédiés après la course doivent être adressées à la Commission Technique et Sportive de la ligue dans la limite d'1 semaine après l'envoi des résultats.

### 3.14. Les courses labellisées « Classement National »

- Les compétitions labellisées au Classement National (CN) devront respecter le présent règlement et répondre au cahier des charges établi par la FFCO qui régit ce type de compétition.

## 4. Contrôle des compétitions

### 4.1 Championnats de ligue LD, MD et Sprint, Régionales inscrites au CN ou non (courses du groupe régional, cf. règlement des compétitions fédérales)

L'organisation est soumise aux contrôles suivants :

- Un contrôleur des circuits régional (CCR) ;
- Un arbitre/délégué régional.

Ces deux experts sont obligatoirement extérieurs à la structure organisatrice et désignés par la LLCO (commission arbitrage).

- L'arbitre peut se faire assister d'experts si le besoin s'en fait sentir. Il doit prendre toutes les mesures utiles pour réunir les éléments matériels et témoignages susceptibles d'éclairer ses décisions..
- Pour valider l'épreuve :
  - l'arbitre doit rédiger et faire parvenir (voie informatique) dans les 8 jours qui suivent la compétition un compte rendu selon le modèle en annexe :
    - au secrétariat FFCO, à la commission arbitrage de la ligue et à l'organisateur pour les manifestations inscrites au Classement National ;
    - à la commission arbitrage de la ligue et à l'organisateur pour toutes les autres manifestations.
  - Le contrôleur des circuits doit faire parvenir un compte rendu à la ligue et à la commission arbitrage de la ligue sous 8 jours.
  - De surcroît, les experts doivent transmettre à la ligue (commission formation), sous 8 jours, les fiches d'évaluation des experts stagiaires le cas échéant.

### 4.2 Le jury d'appel régional

- Il est composé de 3 membres :
  - 2 membres du corps arbitral désignés par la commission d'arbitrage régionale
  - Un membre du comité directeur désigné par le président de la ligue
- Un autre membre du corps arbitral régional et un autre membre du comité directeur peuvent être désignés en tant que suppléants.
- Le jury d'appel statue sur les décisions de l'arbitre régional et sur toutes les réclamations faites auprès de la ligue.
- Le jury ne peut valablement délibérer que si les 3 membres sont présents.
- Les décisions sont prises à la majorité.
- L'appel est adressé par pli recommandé au jury d'appel régional dans les 8 jours ouvrables suivant la publication des résultats, il est accompagné d'une somme de 50 euros qui est restituée si la réclamation est jugée recevable.

## 5. Les différentes épreuves

### 5.1. Course pédestre « classique »

Les circuits proposés et les catégories associées doivent être les suivants :





Circuit	Catégories	Niveau technique	Temps de course du 1er
A	H21 ; H35 ; H20 ; Open A	5	70 minutes
B	H18 ; H40 ; H45 ; D21E ; Open B	5	55 minutes
C	D18 ; D20 ; D21 ; D35 ; D40 ; D45 H16 ; H50 ; H55 ; Open C	5	45 minutes
D	D16 ; D50 ; D55 H14 ; H60 ; H65 ; Open D	4	40 minutes
E	D14 ; D60 ; D65 ; H70 ; Open E	4	35 minutes
F	D12 ; D70 ; H12 ; Open F	3	30 minutes
G	D10 ; H10 ; Open G	1-2	20 minutes
Jalonné	Jalonné	1-2	20 minutes

Le circuit « G » est le circuit « Jalonné » sans les jalons dessinés sur la carte (obligatoire).

## 5.2. Le championnat de Lorraine de Moyenne Distance pédestre

La course compte pour le Classement National (CN) et est qualificative pour les championnats de France.

L'échelle de la carte doit être de 1:10 000 et l'équidistance entre courbes de niveau ne doit pas dépasser 5 mètres. L'échelonnement des heures de départ est de 1 minute.

Circuits et catégories :

Circuit	Catégories	Niveau technique	Temps de course du 1er
A	H20 et + ; Open A	5	35 minutes
B	D20 et + ; Open B	5	35 minutes
C	H16 et H18 ; Open C	5	25 minutes
D	D16 et D18 ; Open D	5	25 minutes
E	D14 et H14 ; Open E	4	25 minutes
F	D12 et H12 ; open F	3	20 minutes
G	D/H10 ; Open G	1-2	20 minutes
Jalonné	Jalonné	1-2	20 minutes

Le circuit « G » est le circuit « Jalonné » sans les jalons dessinés sur la carte (obligatoire)

Sont déclarés champion(ne) de Lorraine de moyenne distance, le premier compétiteur(rice) licenciés dans un club lorrain dans chacun des sept groupements de catégories d'âge définis ci-dessus. Les catégories OPEN et jalonné ne permettent pas l'attribution d'un titre.

Le nombre d'athlètes qualifiés par catégorie est défini par le règlement des compétitions fédéral. Seuls les circuits A, B, C et D sont qualificatifs pour les Championnats de France.

## 5.3. Le Championnat de Lorraine de Sprint pédestre

La course compte pour le Classement National (CN) et est qualificative pour les championnats de France.

L'échelle de la carte doit être 1 :4000 ou de 1:5000 (50% d'agrandissement des symboles).

L'échelonnement des heures de départ est de 1 minute au moins.

Circuits et catégories :

Circuit	Catégories	Temps de course du 1er
A	H20 et +	12-15 minutes
B	D20 et +	12-15 minutes
C	H14 à H18	12-15 minutes
D	D14 à D18	12-15 minutes
E	D/H12 et -	12-15 minutes

- Sont déclarés champion(ne) de Lorraine de sprint, le premier compétiteur(trice) licencié dans un club lorrain dans chacun des cinq groupements de catégories d'âge définis ci-dessus.

Le nombre d'athlètes qualifiés par catégorie est défini par le règlement des compétitions fédéral. Seuls les circuits A, B, C et D sont qualificatifs pour les Championnats de France.



## 5.4. Le championnat de Lorraine Longue Distance pédestre

La course compte pour le Classement National (CN) et sert de sélection pour le championnat de France de Longue Distance. Il n'y a de qualification que pour les catégories HD16, HD18, HD20E et HD21E.

L'échelle de la carte doit être de 1:10.000 ou de 1:15.000 et l'équidistance entre courbes de niveau ne doit pas dépasser 5 mètres. Les cartes doivent avoir une date de publication qui ne peut précéder le jour de la compétition de plus de 24 mois sauf avis contraire du contrôleur des circuits.

Le championnat de ligue doit être organisé entre le 15 février et le 30 mai.

Circuits et catégories :

Circuit	Catégories	Niveau technique	Temps de course du 1er
A	H21E/A ; H35 ; H20E; Open A	5	70 minutes
B	D20E ; D21E ; Open B H18 ; H20A ; H40 ; H45	5	55 minutes
C	D18 ; D20 ; D21 ; D35 ; D40 ; D45 H16 ; H50 ; H55 ; Open C	5	45 minutes
D	D16 ; D50 ; D55 ; Open D H14 ; H60 ; H65	4	40 minutes
E	D14 ; D60 ; D65 ; H70 ; Open E	4	35 minutes
F	D12 ; D70 ; H12 Open F	3	30 minutes
G	D10 ; H10 ; Open G	1-2	20 minutes
Jalonné	Jalonné	1-2	20 minutes

Le circuit « G » est le circuit « Jalonné » sans les jalons dessinés sur la carte (obligatoire)

Sont déclarés champion (nes) de Lorraine de Longue distance, le(a) premier(ère) compétiteur(trice) licencié(e) dans un club lorrain dans chaque catégorie d'âge. Les catégories « Open », et « Jalonné » ainsi que les classes « A » ne permettent pas l'obtention d'un titre.

## 5.5. Championnat de lorraine des Clubs

Chaque club pourra inscrire une ou plusieurs équipes de 6 compétiteurs. Les engagements d'équipes seront acceptés jusqu'au premier départ de la course. La seule obligation est de fournir un compétiteur concourant sur le circuit correspondant à sa catégorie. Pour chaque circuit, le club est libre de choisir la catégorie qui lui convient. Les catégories « Open » sont hors classement. L'équipe sera composée d'un coureur évoluant sur le circuit A, d'un autre évoluant sur le circuit B, et ainsi de suite jusqu'au circuit F (voir annexe 3, formulaire d'inscription au Championnat de Lorraine des clubs).

Chaque équipe doit comprendre au moins une féminine.

Pour chaque circuit, les coureurs engagés dans une équipe seront isolés et classés entre eux. Le premier marquera 1 point, le deuxième marquera 2 points, etc.

Soit « N » le nombre d'équipes engagées, le dernier de chaque circuit marquera théoriquement N points. Si un ou plusieurs coureurs d'un même circuit, inscrits dans une équipe, sont non classés, ils rapporteront N points à leur équipe. Si un ou plusieurs coureurs d'un même circuit, inscrits dans une équipe, sont absents, ils rapporteront N+1 points à leur équipe. Le dernier coureur de ce circuit présent et classé marquera le nombre de points correspondant à son rang.

*Ex : 8 équipes, que l'on nommera de 1 à 8, sont inscrites dans le championnat. Sur chaque circuit, 8 coureurs sont donc engagés dans la compétition. Sur le circuit A par exemple, 8 coureurs, que l'on appellera de A1 à A8, seront classés entre eux. Mais A3 est non classé et A7 est absent, le classement pour le circuit A pourrait être le suivant :*

1°	A1	= 1 point
2°	A2	= 2 points
3°	A4	= 3 points
4°	A5	= 4 points
5°	A6	= 5 points
6°	A8	= 6 points
N.C.	A3	= 8 points
Abs.	A7	= 9 points

Circuits et catégories : Les circuits et catégories sont ceux définis au paragraphe 5.1.

Le club déclaré « Champion de Lorraine » sera celui dont une des équipes marquera le moins de points au total cumulé de ses 6 coureurs. En cas d'ex-aequo, les équipes seront départagées au plus grand nombre de premières positions, puis en cas d'égalité, au plus grand nombre de secondes positions, et ainsi de suite...

Chaque équipe sera classée sous réserve qu'au moins 4 coureurs de l'équipe aient pris part à la compétition.



## 5.6. Championnat de Lorraine de Relais

Chaque compétiteur doit porter un dossard attribué par l'organisation.

Le premier départ est simultané par catégorie (départ en masse). Les départs des relayeurs suivants se font par passage de témoin, en utilisant la carte du relayeur arrivant comme témoin.

Les cartes des 2<sup>ème</sup> et éventuellement 3<sup>ème</sup> relayeurs sont rangées dans l'ordre des numéros de dossard dans une zone aménagée à cet effet et située après la zone de passage de relais.

Un atelier indépendant sera installé pour les circuits initiation et Jalonné (les départs seront individuels et les arrivées séparées de l'organisation du relais).

Les équipes OPEN sont constituées soit avec des clubs différents, soit par mélange de catégories, soit les deux en même temps. Ces équipes sont constituées de gré à gré entre compétiteurs. Les relais incomplets sont autorisés à prendre le départ.

Les définitions des postes doivent figurer au recto de la carte. Il est autorisé d'imprimer les numéros de contrôle des balises accolées au numéro d'ordre du poste. (Exemple pour la balise 12 avec le code 42 : 12 – 42)

Circuits et catégories :

Circuits	Catégories	Niveau technique	Temps de course des 1 <sup>er</sup>
A (3 relayeurs)	H18 à H40	5	35 minutes / relayeur
B (3 relayeurs)	D18 à D50 ; H45 et H50	5	30 minutes / relayeur
C (2 relayeurs)	D14 et D16 ; H14 et H16 ; H55 et + ; D55 et +	4	25 minutes / relayeur
D (2 relayeurs)	D10 et D12 ; H10 et H12	3	20 minutes / relayeur
E (individuel)	Initiation Long	4	35 minutes
F (individuel)	Initiation Court	3	30 minutes
Jalonné	Jalonné	1-2	20 minutes

## 5.7. Le championnat de Lorraine de Course d'Orientation de Nuit

L'organisation est soumise aux mêmes exigences que les courses régionales mais comporte seulement quatre circuits

Circuit	Catégories	Niveau technique	Temps de course des 1 <sup>er</sup>
« Homme »	H16 et + ; Open A	5	60-70 minutes
« Dame »	D16 et + ; Open B	5	50-60 minutes
« Jeune »	D/H14 ; D/H 12 ; Open C	3	30-40 minutes
« Initiation »	D/H10 + Open D	1-2	20 minutes

Sont déclarés champion(nes) de Lorraine de CO de nuit, le(la) premier(ère) compétiteur(trice) licencié(e) dans un club lorrain sur chacun des circuits. Les catégories D/H10 et open ne permettent pas l'obtention d'un titre.

## 5.8. Les championnats de Lorraine de Course d'Orientation à VTT

Les règles spécifiques à la discipline sont celles édictées par le règlement des compétitions de la FFCO.

Les licenciés sont classés dans chaque sexe en 9 catégories selon les catégories d'âge définies par le règlement fédéral :

Age au 31 décembre	Catégories d'âge
12 ans et moins	D.12 et H.12
13 et 14 ans	D.14 et H.14
15-16-17 ans	D.17 et H.17
18-19-20 ans	D.20 et H.20
21 à 39 ans	D.21 et H.21
40 à 49 ans	D.40 et H.40
50 à 59 ans	D.50 et H.50
60 à 69 ans	D.60 et H.60
70 ans et plus	D.70 et H.70



Les circuits proposés et les catégories associées doivent être les suivants :

Circuit	Catégories	Niveau technique/physique	Temps de course du 1er
A	H21; H20; H40; open A	Difficile - Difficile	85-95 minutes
B	D21; D20; D40; H17; H50; Open B	Difficile - Difficile	60-70 minutes
C	H14; H60; D17; D50; Open C	Difficile - Difficile	50-60 minutes
D	H70; D14; D60; Open D	Difficile - Moyen	40-50 minutes
E	H12; D12; D70; Open E	Moyen - Moyen	30-40 minutes

## 5.9. les championnats de Lorraine de Course d'Orientation à skis

Les modalités d'organisation sont laissées à l'appréciation de l'organisateur qui doit avoir pour objectif la promotion de la discipline en proposant un nombre de circuits et des durées de course adaptées. Les règles spécifiques à la discipline sont celles édictées par le règlement des compétitions de la FFCO.

Les licenciés sont classés dans chaque sexe en 5 catégories selon les catégories d'âge définies par le règlement fédéral :

Age au 31 décembre	Catégories d'âge
14 ans et moins	D.14 et H.14
14 à 18 ans	D.18 et H.18
19 à 39 ans	D.21 et H.21
40 à 49 ans	D.40 et H.40
50 ans et plus	D.50 et H.50

## 5.10. La Course d'Orientation de Précision

Les modalités d'organisation sont laissées à l'appréciation de l'organisateur qui doit avoir pour objectif la promotion de la discipline. Cette discipline naissante ne donne pas lieu à un championnat de Lorraine pour le moment.

## 5.11. Course pédestre avec départ « poursuite »

Cette épreuve constitue la seconde manche d'une compétition de sprint ou de moyenne distance.

Organisation de la poursuite :

- Elle s'organise en chasse par *CIRCUIT* par rapport aux résultats de la première manche sauf pour le circuit jalonné qui est hors chasse.
- Les départs sont organisés en chasse jusque 30 minutes après le départ des premiers de chaque circuit. Les premiers de chaque circuit partent en masse à l'heure 0.
- Les concurrents ayant plus de 30 minutes de retard sur le premier concurrent de leur circuit partent en masse.

La prise de carte se situe après le top départ.

Les temps de course sont les mêmes que ceux définis dans le § 5.2

Les départs des catégories Open se font individuellement et de manière libre. Les circuits et catégories sont les mêmes que ceux définis pour la première manche.



## Chapitre 2

# **Règlement de la Coupe et de la Super-coupe de Lorraine**



## 1. Principe

### 1.1. Coupe de Lorraine

- Une coupe de Lorraine est attribuée pour chaque catégorie d'âge présente en Lorraine.
- Les courses comptant pour la coupe de Lorraine sont décidées par le Comité Directeur avant chaque saison.
- La Coupe de Lorraine est décernée au coureur ayant obtenu le meilleur total de points sur ses  $N$  meilleures courses de l'année.
  - Entre 7 et 9 régionales organisées → les 6 meilleurs résultats seront pris en compte.
  - 10 ou 11 régionales organisées → les 7 meilleurs résultats seront pris en compte.
  - 12 régionales organisées → les 8 meilleurs résultats seront pris en compte.
- En cas d'égalité aux points, les coureurs seront déclarés ex-aequo.

### 1.2. Super Coupe

- Une super coupe est attribuée pour chacun des circuits A à G, définis dans le Règlement Sportif lorrain.
- Toutes les courses régionales pédestres présentant les 8 circuits définis au RSL § 5.1 sont prises en compte.
- Sauf cas particulier défini par le Comité Directeur avant chaque saison en fonction du calendrier, la super coupe est décernée au coureur ayant obtenu le meilleur total de points sur ses 5 meilleures courses de l'année, sans minimum de participation.
- En cas d'égalité aux points, les coureurs seront déclarés ex-aequo.

## 2. Points organisateurs

- Est considérée comme organisateur, toute personne licenciée ayant aidé à l'organisation ainsi que le Contrôleur des circuits, le Délégué Fédéral et l'Arbitre. Toute personne ne pouvant participer à une compétition pour cause de représentation officielle, de sélection ou de formation de niveau national sera assimilée à un organisateur.
- Tout organisateur sera gratifié des points dans les deux coupes si les règles d'organisation de la course étaient conformes au règlement sportif lorrain en vigueur.
- Des points organisateurs pourront être attribués sur décision du comité directeur de la LLCO pour circonstances exceptionnelles.
- Chaque organisateur de course fournira aux responsables des classements des deux coupes la liste des personnes ayant effectivement contribué à l'organisation. Il précisera avec soin les noms des personnes concernées en précisant la catégorie et le circuit sur lesquels les points organisateurs seront attribués.
- Les organisateurs se verront attribuer un nombre de points égal à :
  - leur meilleur résultat dans chaque coupe lors de la première organisation ;
  - leur deuxième meilleur résultat si elles organisent une seconde fois ;
  - leur troisième meilleur résultat si elles organisent une troisième fois ;
  - 20 points au-delà de la troisième organisation

Dans tous les cas, un organisateur licencié recevra un minimum de 20 points.

## 3. Points coureurs

- Pour être classé et marquer des points, tout coureur doit être licencié à la date de la course.
- Le cartographe, lors de la première utilisation de sa carte, ne peut marquer de points coureur : il pourra courir sans être classé ou participer à l'organisation pour marquer des points organisateur. Cette disposition ne s'applique plus aux courses suivantes.



- **Pour la coupe de Lorraine**, le premier de chaque catégorie se verra attribuer :
  - 100 points en classe « élite » (E) si le circuit est différent de la classe « normale » (A) ;
  - 80 points en classe « normale » (A) ;
  - Toute course effectuée dans une catégorie open sera affectée de 20 points.
- **Pour la super coupe:**
  - Le premier de chaque circuit se verra attribuer 80 points
  - Tous les coureurs marquent des points sur le circuit de leur choix, quelle que soit leur catégorie (y compris « open »).
- pour les deux coupes, le score des suivants diminue en fonction du retard sur le vainqueur à raison d'1 point par minute. Tout concurrent même non-classé recevra un minimum de 1 point.

## 4. Points relais

Les points relais, comptant uniquement pour la coupe de Lorraine, sont calculés à partir de la réduction kilométrique (RK) réalisée par chaque relayeur :

$$RK = \text{Temps mis en secondes} / \text{distance topo de la variation du relais.}$$

Le coureur qui obtient le meilleur produit ( $RK \times$  moyenne des distances des différentes variations) marque 80 points.

Les coureurs suivants perdent 1 point par minute supplémentaire.

## 5. Coupe de Lorraine des Clubs

Une coupe de Lorraine est attribuée au club qui totalise le meilleur cumul des points obtenus par l'ensemble de ses membres dans toutes les courses de la Coupe de Lorraine.



## Chapitre 3

# **Recommandations pour l'organisation d'une course d'orientation comptant pour la coupe et/ou la supercoupe de Lorraine**





# Préambule

Ce chapitre complète le Règlement Sportif Lorrain afin d'aider les structures organisatrices. Son objectif est de donner des solutions et des explications pour que le règlement sportif soit applicable et donc appliqué sur le terrain.

## Avant la course

### 1) Le terrain

- Le terrain de la compétition doit favoriser l'équité sportive. L'organisateur devra donc veiller à ce que les membres de son club qui connaissent le terrain s'abstiennent de participer à la compétition.
- Il est important de ne pas organiser « une course sauvage » et donc de posséder toutes les autorisations d'accès à la forêt.

### 2) La carte

- Une carte de compétition doit être déclarée et avoir obtenu un numéro, ce qui garantit une qualité optimale. Pour déclarer une carte, il convient de s'adresser à la commission cartographie de la LLCO (coordonnées en partie 4)
- L'échelle réelle de la carte doit impérativement être celle affichée. Il convient d'être particulièrement vigilant dans le cas des extraits ou des cartes redimensionnées pour permettre l'impression sur un format plus réduit.
- L'impression des cartes avec les circuits doit être faite avec la plus grande rigueur (contrôle de la conformité de chaque carte). Il convient notamment de découper les ronds masquant des éléments essentiels et de déplacer si nécessaire les numéros de poste ou les traits entre postes. L'impression des définitions ne doit pas non plus être négligée. Celles-ci doivent être lisibles par tous les coureurs (ne pas les imprimer trop petites). Les surimpressions des parcours sur les cartes sont faites au moyen d'une encre (si possible transparente) de couleur rouge violet. Il est obligatoire de ne pas masquer les éléments essentiels à l'orientation.
- Dans le cas d'une course de relais ou en masse, les définitions doivent être imprimées sur la carte. L'organisateur devra veiller à ce qu'elles ne soient pas visibles des concurrents avant leur départ. Par exemple, ne pas les imprimer au dos de la carte lorsque les cartes sont posées au sol avant le départ.

### 3) Le matériel

- Le matériel loué par la ligue est géré par Chantal MAILLARD (coordonnées en partie 4).
- Le fonctionnement du matériel doit être vérifié dans la semaine précédant la compétition. Tout défaut constaté doit être immédiatement signalé à Chantal MAILLARD qui décidera de la procédure à adopter.
- Afin d'éviter tout problème, il est nécessaire de faire un inventaire précis du matériel lorsqu'on le récupère et qu'on le rend. Il est possible de le faire par écrit. Le dernier détenteur est responsable de l'état du matériel.

### 4) Communication

La course doit faire l'objet d'une publicité minimale :

- Presse locale écrite avant la course (annonce) et après (résultats dans l'après-midi) ;
- Annonce de course sur le site de la LLCO, au minimum 1 mois avant ;
- Diffusion de l'annonce de course aux présidents de clubs 1 mois avant la course. L'annonce de course doit être validée par l'arbitre avant d'être publiée.



## 5) L'accueil

- Les personnes chargées de l'accueil devront veiller à ce que les coureurs possèdent tous une licence FFCO avant de participer à la compétition. Pour cela, il convient de travailler avec des archives fédérales à jour :

La veille de la course, mettre à jour les archives dans OE 2003 (ou OS ou MT, selon le format de la compétition) selon la manière suivante :

- Ouvrir le site FFCO de gestion des licences : <http://licences.ffcorientation.fr/>
- cliquer sur « télécharger l'archive FFCO »
- Enregistrer ce fichier (choisir le format « tous fichiers », qui enregistre en .csv)
- Ouvrir « Archive Manager »
- Cliquer « Archive »
- Sélectionner « Programme files\Sportsoftware\OE2003\Archive » (ou OS 2003 ou MT 2003)
- Cliquer « OK », « Importer », « Coureurs »
- Cocher « Effacer et créer de nouveau », « Colonnes séparées par les caractères »
- Ouvrir le fichier d'importation ASCII (celui que vous avez enregistré ci-dessus)
- Cliquer « Importer », « Confirmer »
- Quitter Archive Manager et ouvrir OE 2003 (ou OS ou MT)
- Vérifier si les archives sont bien rentrées : « inscriptions », « afficher la table des archives ».

Avec le système électronique de gestion des licences, toute personne non inscrite dans les archives doit être considérée comme non licenciée.

## 6) Gestion des Pass'orientation et des certificats médicaux

- La délivrance d'un pass'orientation donne accès à son détenteur aux catégories open (sauf licenciés étrangers) . Si le coureur présente un certificat médical il pourra concourir sur ces circuits en étant chronométré.
- Les licenciés étrangers sont tenus d'acquiescer un Pass'orientation et doivent pouvoir courir sur l'ensemble des circuits sur présentation de leur licence et d'un certificat médical.
- Toute forme de chronométrage établit la notion de compétition. En l'absence de certificat médical répondant aux conditions définies au § 3.2, il est impératif de s'assurer qu'aucun classement ni temps n'est affiché. De plus, Il ne faut en aucun cas communiquer au coureur une feuille de temps résultant de la lecture de sa puce électronique... La puce ne doit servir qu'à valider le passage aux balises.

## 7) Affectations des coureurs sur les circuits :

Les coureurs sont affectés sur les circuits conformément aux dispositions du paragraphe 5 du présent règlement. Un coureur ne peut s'inscrire sur un circuit que si le temps de course du parcours choisi n'excède pas le temps défini pour la catégorie du concurrent dans les épreuves longue distance du groupe national (cf. règlement des compétitions fédéral).

### Exemple :

Le coureur pépé, de la catégorie H50, doit normalement courir sur le circuit C. S'il désire courir sur le circuit B, pas de problème (voir tableau ci-après) car son temps de référence national (55mn) n'excède pas celui du circuit B. Il peut s'inscrire en H45 ou en open...

Le tableau ci-après rappelle le circuit le plus long accessible à chaque catégorie sur les courses « longue distance » organisées par la LLCO. Les catégories non mentionnées ne peuvent pas courir sur un circuit plus long que leur circuit affecté. Bien évidemment, ces limitations s'appliquent à fortiori aux Pass'O !



## Courses régionales LD

Cat.	Circuit Reg.	Tps ref nat.	Circuit max	Cat.	Circuit Reg.	Tps ref nat.	Circuit max
D16	D	40	D	H16	C	55	B
D18	C	55	B	H18	B	70	A
D20	C-B	70	A	H20	B-A	80	A
D21	C-B	75	A	H21	A	100	A
D35	C	60	B	H35	A	75	A
D40	C	55	B	H40	B	70	A
D45	C	55	B	H45	B	70	A
D50	D	45	C	H50	C	55	B
D55	D	45	C	H55	C	55	B
D60	E	40	D	H60	D	45	C
D65	E	40	D	H65	D	45	C
D70	F	40	D	H70	E	40	D

## II : Pendant la course

### 1) Le départ

- Dans la mesure du possible une aide doit être proposée aux personnes munies d'un Pass'orientation: découverte de la carte, conseils d'orientation, voire accompagnement sur plusieurs postes. Une attention toute particulière doit être accordée à ces personnes qui sont des licenciés potentiels.
- L'organisation de la zone de départ doit rester simple tout en veillant à interdire les éventuelles stratégies de course collective, notamment en espaçant les coureurs de même club et même catégorie, les membres du CREF...
- Les organisateurs prendront toutes les dispositions nécessaires afin de permettre aux coureurs qui le désirent de s'échauffer dans de bonnes conditions ; à cette fin, la mise en place d'un tableau permettant de réserver un créneau de départ, puis de partir s'échauffer est vivement recommandée.

### 2) L'arrivée

- Dans le cas des courses « à la place », une ligne blanche doit matérialiser l'arrivée plusieurs mètres avant l'emplacement des boîtiers SI « arrivée » et un juge de ligne doit être présent.
- Les cartes sont conservées par l'organisateur jusqu'au dernier départ.

### 3) Les résultats

- Afficher les résultats régulièrement sur le lieu de course.
- Les résultats officiels doivent prendre en compte les cas particuliers :  
Les concurrents ayant couru en disposant d'un avantage par rapport au terrain (par exemple un membre de l'organisation qui a posé) doivent être non classés (NC).  
Les concurrents disqualifiés par l'arbitre doivent être notés DISQ.  
Les concurrents ayant abandonné ou absents peuvent être notés ABAN ou ABS.  
Ces modifications se font sous SportIdent dans « jour de la course – évaluation des puces ».



## III : Après la course

### 1) Transmission des résultats

- Les résultats de la course doivent être transmis à la ligue afin de les publier sur Internet et calculer les classements coupe et super coupe.
- Afin de transmettre les résultats à tous les responsables de la ligue et n'oublier personne, une adresse mail a été créée. Il suffit donc d'envoyer vos résultats et une sauvegarde de la course à l'adresse suivante : [ligue.lorraine@ffcorientation.fr](mailto:ligue.lorraine@ffcorientation.fr)

### 2) Les points organisateurs

- La liste des organisateurs doit être communiquée à l'adresse suivante la semaine suivant la compétition : [ligue.lorraine@ffcorientation.fr](mailto:ligue.lorraine@ffcorientation.fr)



## IV : Bloc notes

- **La Ligue de Lorraine de Course d'Orientation :**

Maison Régionale des Sports de Lorraine  
BP 70 001  
54 510 Tomblaine

- **Le Comité directeur de la LLCO :**

**Président :** Mathieu LEMERCIER

**Trésorière :** Noëlle HERGEL

**Secrétaire :** Bernard LEMERCIER

**Membres :** Laurent PINEAU, Anne OBSTETAR, Benoît VERDENAL, Georges MAHLER, Robert LOGE, Cyril JOLY, Chantal MAILLARD, Anne D'HARREVILLE.

- **Les responsables des commissions de la LLCO :**

**Cartographie :** Bernard LEMERCIER

**Technique et Sportive :** Georges MAHLER

**Formation :** Mathieu LEMERCIER

**Arbitrage :** Chantal MAILLARD ([maillard88@wanadoo.fr](mailto:maillard88@wanadoo.fr))

- **L'Orienteur Lorrain :**

**Responsable de la rédaction :** Cyril JOLY

**Adresse :** 62 route de Landécourt, 54360 Damelevières

**Téléphone :**

**Mail :** [cyriljoly@yahoo.fr](mailto:cyriljoly@yahoo.fr)

**Délais :** les articles doivent être communiqués avant le 20 de chaque mois

- **Le matériel de la LLCO :**

**Responsable :** Chantal MAILLARD

**Adresse :** 179 rue du Rainfeld, 88130 Chamagne

**Téléphone :** 06 84 84 74 36

**Mail :** [maillard88@wanadoo.fr](mailto:maillard88@wanadoo.fr)

- **Le référent GPS / Carto :**

**Responsable :** Philippe POGU

**Adresse :** Abbaye saint Mansuy, 54200 TOUL

**Téléphone :** 03 83 64 33 62 ou 06 12 94 14 12

**Mail :** [p.pogu@free.fr](mailto:p.pogu@free.fr)