

REGLEMENT ROGAINE 23 AVRIL 2023 - LENTE

Les postes de contrôle sont matérialisés sur le terrain par des balises.

Le nombre de points d'une balise est donné par le premier chiffre de son numéro de poste (ou 2 premiers chiffres à partir de 100). *Ex: 4 points au poste 47; 6 points au poste 62; 12 points au poste 124.*

Les points de balises correspondent principalement à leur difficulté technique et physique. Les postes à 3 points sont accessibles aux débutants, par exemple.

Pénalité de 10 points par minute de retard entamée.

Les équipes sont constituées de 2 participants (hors formule FAMILLE). Chaque co-équipier se voit remettre une carte, les membres de l'équipe doivent toujours être à vue et à distance de conversation, le pointage à chaque poste doit se faire dans la minute pour les membres de l'équipe. Le pointeur SI sera attaché au poignet avec un bracelet de type Tyvek fourni par l'organisation et ne doit pas être détaché avant la fin de l'épreuve et la lecture des pointeurs.

Sur la carte topographique détaillée (aux normes [FFCO/IOF](#) à l'échelle 1/15.000ème) vous trouverez en plus : Le lieu de départ/arrivée (triangle rouge et double cercle concentrique superposés), les postes (cercle rouge) et les points d'eau (gobelet rouge).

Il y sera également matérialisé des zones interdites ou privées en trame rayée rouge, merci de respecter celles-ci, il peut y avoir des contrôleurs aptes à disqualifier.

Bien évidemment aucun moyen de locomotion mécanique et aucune assistance à l'équipe ne sont autorisés durant l'épreuve.

Equipement

Matériel obligatoire par concurrent : Sifflet / couverture de survie / lampe / contenant d'eau minimum 1L / réserve de nourriture

Matériel obligatoire par équipe : 1 téléphone portable en état de marche

Matériel conseillé : Boussole / vêtements chaud / vêtements couvrants les jambes / mini pharmacie / vivres de course

Règlement - Sécurité

- En aucun cas, les équipiers ne doivent se quitter pendant l'épreuve (restez à vue !), sauf sur le circuit solo 3 heures.
 - Veuillez respecter les consignes des Commissaires de Course et Signaleurs
 - En cas d'abandon, il est impératif de vous signaler au centre de course et de rendre votre puce Sport-Ident.
 - Aucun ravitaillement fourni sur le parcours.
 - Vous allez évoluer sur des terrains cultivés. Malgré la saison, certains prés sont déjà en exploitation.
- Ne pas traverser un pré labouré ou en semis.** Faites attention à **ne pas endommager les clôtures.**
- Refermez derrière vous chaque barrière que vous ouvrez.** Restez courtois avec les randonneurs/vététistes/chasseurs en balade/cueilleurs de champignons/ que vous croiserez.
- Vous serez sur un terrain de montagne, pensez à avoir sur vous du matériel en conséquence pour

affronter le froid, le vent, le brouillard, la chaleur, suivant la météo annoncée. **Vous évoluez sous VOTRE responsabilité.**

Lieux et Horaires

Accueil à Lente dimanche 23 Avril 2022 à partir de 08h00

Suivre fléchage routier Lente sur la route de la station de Fond d'Urle – Chaud Clapier

Circuit 6H

- Entrée dans le sas de départ à partir de 8h45
- Fermeture du sas et distribution des cartes tout poste à 9h10
- **Départ en masse à 9h30**

Circuit 3H

- Entrée dans le sas de départ à partir de 11h45
- Fermeture du sas et distribution des cartes tout poste à 12h10
- **Départ en masse à 12h30**

Circuit 1H

- Entrée dans le sas de départ à partir de 13h45
- Fermeture du sas et distribution des cartes tout poste à 14h10
- **Départ en masse à 14h30**

A partir de 15h00 : Soupe offerte à chaque concurrent

Inscriptions

La course est ouverte à tous sous condition d'être licencié FFCO OU de présenter un certificat médical (de moins d'un an) de non contraindication au sport en compétition (ou course d'orientation en compétition) OU de compléter l'attestation ci-dessous correspondant à votre situation (majeur ou mineur) :

 [Attestation inscription personne majeure non-licenciée FFCO à une compétition](#)

 [Les 10 règles d'Or édictées par le club des cardiologues du sport](#)

 [Questionnaire de santé fédéral](#)

 [Attestation inscription personne mineure non-licenciée FFCO à une compétition](#)

 [Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur](#)

Age minimum

- circuit 6 HEURES : à partir de 18 ans
- circuit 3 HEURES : à partir de 10 ans si accompagné d'un adulte, sinon 14 ans et plus
- circuit 1 HEURE : moins de 14 ans

Clôture des inscriptions au 12 avril

Inscription possible sur place selon cartes disponibles (tarifs majorés)

Les frais d'inscription incluent la fourniture de la carte (une/personne), la mise à disposition de la puce SportIdent, et la soupe de fin de course.

=> INSCRIPTIONS :

1- **complétez** le [bulletin Excel](#) (un bulletin par équipe, chaque équipe est constituée de 2 personnes,

sauf pour les formules FAMILLE)

2- **envoyez** le par email à coromans2604@gmail.com accompagné des certificats médicaux pour les non-licenciés

3- paiement par virement ou par chèque ou espèce sur place

Coordonnées bancaires :

Bénéficiaire : CROCO

IBAN : FR76 1027 8089 2100 0203 6670 116

BIC : CMCIFR2A

Libellée : Rogaine – Nom de l'équipe

Tarifs jusqu'au 12 avril

	<12/04	Majoré
Adulte	21€ /pers.	30€ /pers.
Jeune <18ans sur le circuit 3H	16€ /pers.	25€ /pers.
Jeune <14ans sur le circuit 1H	10€ /pers.	15€ /pers.
Famille sur le circuit 3H	50€ /famille	65€ /famille
Famille sur le circuit 1H	25€ /famille	35€ /famille

Aucun remboursement d'inscription ne sera accordé en cas de non-participation à l'épreuve.

Catégories et Récompenses

Circuit 3H :

- J3 : Moins de 18 ans
- H3 : Hommes de + de 18 ans
- F3 : Femmes de + de 18 ans
- X3 : Mixte de + de 18 ans
- S3 : Solo
- Z3 : Familles (parents + enfants)

Circuits 6H :

- H6 : Hommes de + de 18 ans
- F6 : Femmes de + de 18 ans
- X6 : Mixte de + de 18 ans

Pas de solo sur le circuit 6H

Circuits 1H :

- J1 : Moins de 14 ans

Remise des prix à 16h00

- Circuit 3H : Récompenses aux 3 premières équipes pour la catégorie J3 uniquement
- Circuit 6H : Récompenses aux 3 premières équipes de chaque catégorie