



Dimanche 22 novembre 2015

**Régionale Longue Distance
au CN
Val-de-Reuil (76)**



Ligue de Normandie
de Course d'Orientisme

Organisation : COBS

Traceur : D. Wild

Contrôleur : P. Eudier

Arbitre : L. Compère

Carte : "Les Vallots", 1 / 10 000ème – Réalisation 2015 (D. Barranger) – Relief marqué, nombreux détails de végétation

Circuits : Voir tableau ci-dessous

Lieu de course et Fléchage :

- Sur l'A13, en venant de Paris, sortie 19 direction Val-de-Reuil puis Pont de l'Arche sur la D6015
- En venant de Caen, sortie 20 direction Pont de l'Arche puis Val-de-Reuil sur la D6015

Parking : Rond royal sur la D6015

Distance parking-accueil/départ : 1 km – accueil-arrivée : 300 m

Horaires de départ : à partir de 9h45

Circuits	Distances	Dénivelé	Postes
<i>Noir</i>	9,9 km	290 m	26
<i>Violet Long</i>	8,3 km	250 m	21
<i>Violet Moyen</i>	6,2 km	250 m	22
<i>Violet Court</i>	4,9 km	160 m	20
<i>Orange</i>	5,2 km	150 m	19
<i>Jaune</i>	3,2 km	110 m	14
<i>Bleu</i>	2,4 km	60 m	10
<i>Vert</i>	1,9 km	55 m	9

Sous réserve de quelques modifications

Inscription : sur le site fédéral avant le 18/11. Règlement sur place.

Tarif par course

Jeunes HD 18 et moins : 5,5 euros – Adultes HD 20 et plus : 8 euros