



**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

<b>Circuits</b>	<b>Distances</b>	<b>Dénivelé</b>	<b>Postes</b>
<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