



# Règlement des Courses d'Orientation ATLAS 2023

## Préambule

Les courses d'orientation ATLAS sont des courses visant à développer les valeurs morales, humaines et sportives dans un cadre pédagogique. Le fair-play demeure l'élément constitutif prioritaire, il est fait appel à la probité de chaque concurrent.

Pour leur part, les organisateurs s'engagent à appliquer et respecter les règlements fédéraux.

## Article 1 : Périmètre d'application

Le présent règlement définit les règles des courses d'orientation organisée par l'association sportive ATLAS pendant la saison 2023.

Les courses concernées sont les courses d'orientation pédestres (longue ou moyenne distance, sprint et score) organisées par le club de course d'orientation ATLAS.

## Article 2 : Catégories

En référence au règlement fédéral des compétitions, les douze catégories suivantes, désignées par des codes couleur, sont représentées :

<b>Hommes</b>	<b>Dames</b>
Circuit «Violet long»	Circuit «Violet long»
Circuit «Violet court»	Circuit «Violet court»
Circuit «Orange»	Circuit «Orange»
Circuit «Jaune»	Circuit «Jaune»
Circuit «Bleu»	Circuit «Bleu»
Circuit «Vert»	Circuit «Vert»

Lors des épreuves prévues au calendrier, chaque catégorie fera l'objet d'un classement distinct. Sur les circuits compétition «orange», «violet court» et «violet long», un classement supplémentaire «Masters» pourra être établi pour les coureurs de 45ans et plus.

## Article 3 : Accès aux circuits

Le concurrent doit se référer à la **méthode fédérale** (disponible sur le site de la [FFCO](#)) qui fixe les éléments techniques déterminant le choix du circuit sur lequel il lui est recommandé de s'inscrire. Les parents inscrivant leurs enfants doivent respecter la catégorie d'âge correspondante (repères en annexe du présent règlement). Les coureurs devront confirmer leur présence et/ou percevoir la puce électronique en se présentant à la table d'accueil. Les coureurs sont responsables de la puce qui leur est prêtée par l'organisation et sont tenus de la restituer à l'issue de la course. Les puces perdues ou cassées seront facturées.

Les coureurs des circuits «Violet», «Orange», «Jaune» et «Bleu», participent à titre individuel.

Les coureurs du circuit «Vert» seront accompagnés par un parent, ou un membre de l'organisation le cas échéant.

Afin de ne pas perturber les classements individuels, les concurrents licenciés souhaitant participer en équipe s'inscrivent sur le circuit «Loisir». Sous réserve de présentation d'un certificat médical d'aptitude à la course d'orientation en compétition les coureurs du circuit «Loisir» seront chronométrés et classés.

Les coureurs ne doivent en aucun cas modifier les circuits mis en place par l'organisation (ex : déplacement de balise, retrait de drapeau...). Lorsqu'ils sont en course, les coureurs ne sont pas autorisés à échanger des informations relatives à leur orientation ou à la position des balises. Il leur est par ailleurs conseillé de demeurer silencieux pendant la durée de leur course.

Les horaires des courses sont précisés pour chaque course dans l'annonce de course. Aucun départ ne sera donné au-delà des horaires de départ. Les concurrents prendront leurs dispositions pour se présenter au départ dans le délai imparti. Un concurrent qui n'a pas terminé sa course avant l'heure de fin de course (début du débalisage) est non-classé.

#### **Article 4 : Non classement à une course**

Un coureur ne pourra prétendre à son classement :

- s'il a réalisé la cartographie, ou participé à la mise à jour de la carte dans les deux années précédentes,
- s'il a tracé des circuits sur la carte ou participé à la pose de balises sur la zone de course,
- s'il s'est échauffé sur la zone de course (la zone d'échauffement sera indiquée aux participants),
- si dans l'année précédente, il a participé activement à l'organisation d'une course sur la carte,
- s'il est arrivé au-delà de l'heure limite de fin de course.
- s'il n'a pas respecté les consignes données par l'organisation avant le départ.

L'application de l'ensemble de ces règles fait appel à la probité de chaque coureur.

**Rappel** : il est interdit de retourner sur la zone de course une fois la ligne d'arrivée franchie.

#### **Article 5 : Rappel des règles techniques et de sécurité**

- Si le coureur souhaite être chronométré, il devra fournir lors de l'inscription un numéro de licence FFCO valide ou un certificat médical datant de moins d'un an à la date d'inscription à la compétition et permettant d'établir l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la course d'orientation en compétition.
- Un ravitaillement en eau est présent à l'arrivée (prévoir un gobelet ou une gourde). Durant la durée de son parcours, le coureur est en autosuffisance. Une réserve d'eau est recommandée.
- En Course d'Orientation urbaine, la circulation n'est pas obligatoirement interrompue. La code de la route est de rigueur en toute circonstance et doit être strictement respecté.
- Les coureurs doivent adapter leur tenue vestimentaire au type de terrain : chaussures, jambes et bras couverts... Des conseils peuvent figurer à cet effet sur les annonces de course.
- Un nécessaire médical de premier secours est disponible à la tente d'accueil de la compétition. Le n° de l'organisateur est affiché et un téléphone est accessible pour composer les n° d'urgence. L'assistance mutuelle est obligatoire en cas d'accident et l'orienteur témoin d'un accident doit prévenir l'organisation.

- Les concurrents doivent respecter les zones interdites notées sur la carte (matérialisés ou pas sur le terrain), les propriétés privées et les cultures. L'usage de tout instrument de navigation autre que la carte prise par le coureur au départ, la description des postes et la boussole, est interdit.
- Les réclamations écrites sont proscrites

## Article 6 : Récompenses

Grâce à nos partenaires, une récompense sera remise aux trois premiers coureurs de chaque catégorie (article 3) à l'occasion de courses trophées.

## Calendrier prévisionnel

Le calendrier prévisionnel des courses d'orientation ATLAS 2023 est en ligne sur la page Facebook du club. Pour obtenir plus de détails sur ce calendrier, nous contacter :

- par mail : [atlasconc@gmail.com](mailto:atlasconc@gmail.com)
- page facebook : [Atlas CO NC](#)

## ANNEXE : circuits de couleur



<p style="text-align: center;"><b>VERT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• J'apprends à me servir de la carte sans utiliser la boussole, les symboles les plus simples et les lignes les plus nettes</li> <li>• Je cours sur des chemins et n'ai pas à choisir entre plusieurs itinéraires</li> </ul> <p>→ Idéal pour les personnes découvrant pour la toute première fois la course d'orientation et pour les jeunes jusqu'à 10ans en compétition</p>	<p style="text-align: center;"><b>BLEU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• J'approfondis ma connaissance des symboles et des lignes</li> <li>• Je commence à estimer les distances, faire des choix d'itinéraire simples, anticiper</li> <li>• J'utilise la boussole pour contrôler la direction de course et découvre la visée</li> </ul> <p>→ Idéal pour les personnes souhaitant acquérir les fondamentaux sur des parcours accessibles. Dès 11ans en compétition</p>
<p style="text-align: center;"><b>JAUNE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Je comprends les différences de niveau et les grandes formes de relief que j'utilise</li> <li>• Je sais identifier la pénétrabilité du terrain</li> <li>• J'utilise toutes les techniques d'orientation (boussole, point d'appui...)</li> <li>• J'évolue sur différentes lignes (sentiers, fossés, limites de végétation ...)</li> </ul> <p>→ Idéal pour ceux qui ont acquis les bases de l'orientation et qui veulent progresser sans prise de risque. Dès 13ans en compétition</p>	<p style="text-align: center;"><b>ORANGE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• J'identifie et compare les itinéraires possibles, y compris en terrain accidenté</li> <li>• Je repère les éléments pertinents pour la réussite de l'itinéraire choisi</li> <li>• Je sais estimer une distance sur 200m maximum</li> <li>• Je suis capable d'associer et utiliser à bon escient les différentes techniques d'orientation sommaires et précises</li> </ul> <p>→ Idéal pour les personnes ayant déjà de bonnes connaissances en orientation et qui souhaitent se perfectionner. Dès 15ans en compétition</p>
<p style="text-align: center;"><b>VIOLET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Je suis capable de définir un point d'attaque précis et de sélectionner les informations pertinentes dans le secteur du poste</li> <li>• J'adapte ma vitesse de course en fonction du terrain et de mes capacités</li> <li>• Je gère les postes sans ligne d'arrêt évidente et avec peu de détails aux alentours</li> <li>• Je prends des risques</li> </ul> <p>→ Idéal pour les coureurs expérimentés à la recherche de performance et désireux d'affiner leur technique. Dès 17ans en compétition. A noter que le NOIR peut être aussi proposé aux coureurs confirmés voir de plus haut niveau sur des terrains difficiles et riches en détails</p>	