



COURSE D'ORIENTATION POPULAIRE

OUVERTE À TOUTES ET À TOUS

Sprint Rallongé

EPFL - Écublens,

Dimanche 14 juin 2020

1ère course valable pour la coupe vaudoise 2020

Organisation	CO Lausanne-Jorat
Carte	EPFL - échelle 1:2'500 - état 2019
Type de terrain	Urbain, Parc, Campus universitaire
Équipement	Tenue sportive de plein air, boussole (location sur place), puce SportIdent (location sur place). Pas de spikes
Centre de course	Sous l'arcade est du Rolex Learning Center
Horaire	Ouverture : Dès 9h30 Départ : 10h00 – 13h00
Inscriptions	Obligatoire (maximum 250 coureurs), à l'avance, sur le site www.colj.ch , délais : vendredi 12 juin minuit Paiement à l'avance sur le compte du Colj (info en fin de formulaire d'inscription)
Catégories	Adaptées à la condition physique et technique de chacune et chacun (distances directes et parcours estimés) : - FC Facile Court 1.2 km Estimé : 1.5 km - FM Facile Moyen 1.8 km Estimé : 2.5 km - TC Technique Court 2.3 km Estimé : 4.5 km - TM Technique Moyen 3.0 km Estimé : 5.5 km - TL Technique Long 3.6 km Estimé : 7 km
Cours d'initiation	Pour débutants entre 10h00 et 12h00
Accès	Transports publics : M1 depuis Lausanne-Flon ou Renens-Gare, arrêt EPFL puis 10min à pied. SUIVRE impérativement le tracé balisé En voiture : Parkings « Forel » ou « Mercier », uniquement dans les cases vertes Plan: https://www.google.com/maps Merci de privilégier la mobilité douce
Vestiaires	Non. Le COLJ ne met pas d'eau à disposition à l'arrivée. Prévoyez votre boisson. 1 WC chimique à disposition
Chronométrage	SportIdent (location sur place)
Finance	CHF 10.- par inscription (personne ou équipe) CHF 4.- par carte supplémentaire (A3) location SportIdent: CHF 2.- location boussole: CHF 2.-, dépôt CHF 20.-
Assurance	Est l'affaire des participants. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accidents éventuels
Renseignements	Cheffe de course : Sandrine Baud – sandrine@colj.ch Traceurs : Loïc Baud et Pierre Ecoffey – pierre.e@colj.ch

INFORMATIONS DE COURSE:

La carte de l'EPFL est une carte spéciale. Elle comprend des éléments typiques des cartes « Scool » (lampadaires, luminaires sur pied, bornes hydrantes,...)

De plus, le site est sur plusieurs niveaux, représentés par des couleurs

Le niveau « sol », le plus bas est la cartographie normale de CO

Le 1er niveau au-dessus est représenté par une ligne rouge

Le second niveau est représenté par une ligne bleue

Les cercles des postes et les chiffres des postes sont de la couleur du niveau :

- Bordeaux pour le sol (couleur standard IOF)
- Rouge pour le 1er niveau
- Bleu pour le 2ème niveau
- Jaune pour le 3ème niveau

Toute entrée dans les bâtiments entraîne la disqualification. Aucune porte ne doit être franchie. La session d'examens de l'EPFL commence le 15 juin, les étudiants ont besoin de calme dans les bâtiments pour les révisions

Exemples :

