



# COURSE D'ORIENTATION POPULAIRE

OUVERTE À TOUTES ET À TOUS

Grand Jorat Est, Quatre Chemins (Forel VD)

Samedi 4 septembre 2021

7ème course valable pour la coupe vaudoise 2021

Veuillez étudier le concept de protection COVID-19, qui est disponible sur le site [www.colj.ch](http://www.colj.ch)

Organisation	CO Lausanne-Jorat
Carte	Grand Jorat Est - échelle 1:10'000 - état 2021
Type de terrain	Forêt, sentiers forestiers, chemins
Équipement	Tenue sportive de plein air, protection des jambes et des bras conseillée, boussole (location à préciser lors de l'inscription), puce SportIdent (location à préciser lors de l'inscription), anti-tiques.
Centre de course	Refuge des Quatre Croisées, 1077 Forel (Lavaux). <a href="https://s.geo.admin.ch/9242ef0697">https://s.geo.admin.ch/9242ef0697</a>
Départ	20 min à pied (1km) depuis le CC (balisé)
Horaire	Départ de 12h30 à 15h00. Fermeture des parcours à 17h00
Inscriptions	<b>Obligatoire</b> , à l'avance, sur le site <a href="https://zeno.colj.ch">https://zeno.colj.ch</a> Inscription individuelle obligatoire sauf exception pour un parent courant avec un jeune enfant.
Délai d'inscription	<b>mercredi 1 septembre 2021 à 23h59</b> Paiement à l'avance sur le compte du COLJ (info à la fin de l'inscription) jusqu'au 2 septembre 2021 à 23h59. <b>Les paiements non effectués dans les délais seront majorés de CHF 5.-</b>
Finance	CHF 10.- par inscription individuelle CHF 3.- par carte supplémentaire location SportIdent: CHF 2.- location boussole: CHF 2.-, dépôt CHF 20.-
Catégories	Adaptées à la condition physique et technique de chacune et chacun : - FC Facile Court 2.5 km 60m 9 postes - FM Facile Moyen 3.7 km 80m 12 postes - TC Technique Court 3.3 km 80m 11 postes - TM Technique Moyen 4.7 km 135m 15 postes - TL Technique Long 6.9 km 150m 19 postes
Accès	<b>Transports publics:</b> depuis Lausanne Sallaz trajet 30 minutes, Bus N°75 dir. Mézières (départ 12h32) jusqu'à Cullayes, Pra la Tête puis 10 min (500m) à pied, ou N°65 (départs 11h00, 12h15, 13h30) jusqu'à Servion, Zoo puis 20 min (1km) à pied <b>En voiture:</b> Parking à côté du centre de course <a href="https://s.geo.admin.ch/9242ef0697">https://s.geo.admin.ch/9242ef0697</a> <b>Merci de privilégier la mobilité douce.</b>



<b>Cours d'initiation</b>	Si besoin sur place
<b>Vestiaires</b>	Dans la nature
<b>Chronométrage</b>	SportIdent (location à préciser lors de l'inscription)
<b>Assurance</b>	Est l'affaire des participants. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accidents éventuels.
<b>Renseignements</b>	Chef de course : Beat Müller <a href="mailto:beat@colj.ch">beat@colj.ch</a> 079 457 00 51 - Victor Kuznetsov <a href="mailto:victor@colj.ch">victor@colj.ch</a> 079 885 04 22 Traceur et contrôleur : Alexander Pope - <a href="mailto:alexander@colj.ch">alexander@colj.ch</a> et Damiano Luzzi <a href="mailto:damiano@colj.ch">damiano@colj.ch</a>

