14 avril 2017 - N° 7
Les infos de la semaine

COMM DU COM

La lettre d'information du CO Mulhouse

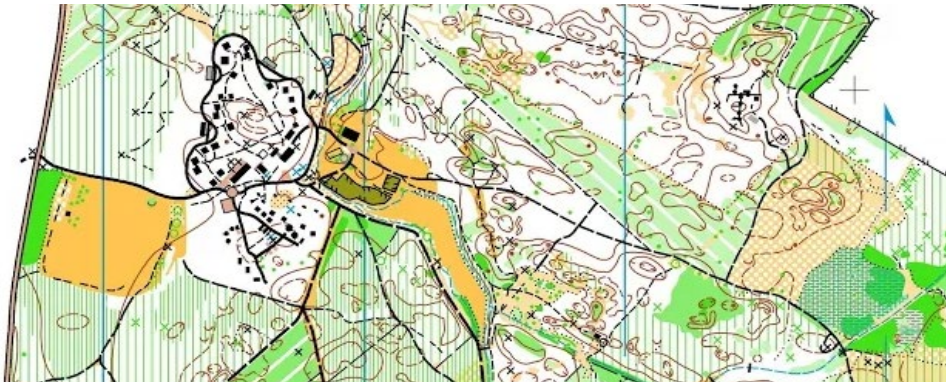
CFC J-10

Dans 10 jours aura lieu le rendez-vous CO de l'année avec le Championnat de France des Clubs.

Nous sommes actuellement en 1ère division française, et malgré l'éloignement de l'épreuve qui aura lieu à Casteljaloux entre Bordeaux et Toulouse, nous pourrons présenter une belle équipe qui saura relever le défi du maintien en N1.

Merci aux sportifs qui feront le déplacement aller-retour pour ce week-end et tout particulièrement à la famille Odermatt sans qui il n'aurait pas été possible de présenter une équipe en N1 et une en N4.

Pensez à emporter votre licence avec une photo car elle est obligatoire pour courir au CFC !



Formation 1er secours OMS

L'OMS envisage d'organiser une formation aux premiers secours et lance un appel aux intéressés (à partir de 14 ans), voir document ci-joint.
Les personnes intéressées du COM sont priées d'envoyer un email à Anne avant le 18 avril 2017 (anne.clar@free.fr).

Annonces de course

Dès leur diffusion vous retrouverez dans la rubrique « calendrier-annonces de courses » sur notre site comulhouse.fr les annonces de course avec toutes les informations utiles.

Stage CD 67-68

5 jeunes (Félicia, Dahlia, Séléna, Bader et Paulin) du club participeront au stage que les deux comités départementaux de course d'orientation organiseront du 6 au 8 mai au Champ du Feu.

Résultats
Défi des seigneurs

Bravo à notre championne Audrey pour cette belle victoire au trail « Défi des seigneurs », 74 km et 2500 D+ en 8h23 ! La diagonale des Fous se prépare sous les meilleurs hospices !

Régionale LD
Résultats

Résultats de la régionale Longue Ditsance du 9 avril organisée par le SO Lunéville à Mondon.
Jalonné:
4 Heloise BRETON 33:01
5 Louise BRETON 50:04
Noir 10.9 km 21 P
1 Thomas BACHEL T.A. FAMECK Noir 1:21:27
14 Alex ODERMATT 1:51:47
Violet Long 9.2 km 15 P
1 Kylian ZIMMERMANN SCAPA NANCY 1:01:46
18 Ursula ODERMATT 1:35:39
30 Aster BRETON 2:53:40
VioletCourt (26) 4.4 km 0 m 10 P
1 Jean-Jacques ONATE 36:43
15 Elodie THIERRY 1:11:39

Stage COM : 1er et 2 avril 2017

Plus de 30 personnes ont participé aux différents entrainements proposés lors de ce mini stage sur la carte de Lauw-Bourbach

Exercice relief le samedi après-midi, course au score de nuit le samedi soir, circuits CO classique le dimanche matin et one man relay le dimanche après-midi. En tout plus de 120 balises posées et déposées en 2 jours !

Et tout cela dans la bonne ambiance et une météo finalement très clémente.

Raid Obiwak

C'est l'événement Raid CO incontournable avec près de 2000 participants !

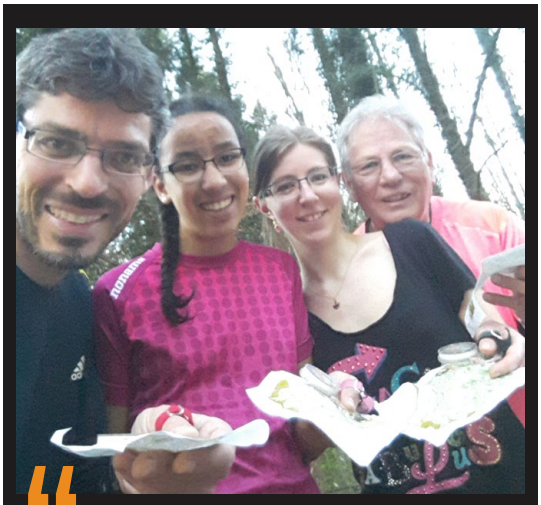
Le prochain Raid O'bivwak aura lieu le 3 et 4 juin prochain au cœur des Aiguilles d'Arves, avec pour camp de base La Toussuire, située à 1 750 m d'altitude dans les Alpes.

Le raid O'bivwak est une course d'orientation par équipe de 2 (ou 3 sur certains parcours) en 2 étapes : samedi 3 juin et dimanche 4 juin. Avec une nuit sous la tente, un bivouac commun, festif et convivial. La course se fait en autonomie (transport du matériel de bivouac et de la nourriture pour 2 jours par les concurrents).

C'est une autre manière d'aborder la CO avec un côté aventure avec une nuit sous tente dans un bivouac géant en pleine la nature !

Si vous êtes tenté par cette aventure n'hésitez pas à demander des renseignements aux vieux briscards des Raid de CO dans le club, ils sont nombreux (Alcide, Aline, Gérald, Thierry, Christophe...), en fonction du nombre de personnes intéressées on pourra s'organiser pour faire du covoiturage (signalez-vous auprès de Mathieu, mathieu@harnist.com).

Fin du tarif préférentiel le 23 avril 2017.



Les entrainements techniques de CO du jeudi soir peuvent désormais se dérouler sans lampe frontale.

Ils ont lieu au Waldeck de 18h30 à 20h, prochaine date : jeudi 27 avril, inscription sur com.yaentrainement.fr.

Ouverts aux jeunes et aux adultes.

Nouvelle veste club

Passez commande avant le 24/04!

Dernier délai pour la commande des vestes, grâce au sponsoring de la société RAK Protect (Merci Alcide !) le tarif de la veste sera de 40 euros au lieu de 55.

Nous allons uniquement commander sur pré-commande et nous n'aurons pas de stock. Si vous souhaitez acheter une nouvelle veste, vous devez remplir le bon de commande impérativement avant le 24 avril 2017, passé cette date il sera trop tard !
Bon de commande : https://goo.gl/forms/sMaHQuhieHH26Dq03

Pour toutes questions concernant les nouvelles vestes merci de contacter Thierry Joly (jolyth@hotmail.fr).

Il dispose aussi de quelques exemplaires pour essayer la taille, vous trouverez aussi le tableau des tailles dans le bon de commande en ligne.

Mulhouse O'Sprint

Nous recherchons toujours des bénévoles pour cette grosse organisation de 5 courses en 2 jours.

Il manque encore des personnes notamment pour des postes de surveillants de postes ou d'entrée/sortie de site.

Pareil du côté des lots pour les vainqueurs et les podiums des différentes catégories nous sommes toujours à la recherche !
Alors si vous avez de bons contacts avec des entreprises

Prochaine course:

Course départementale de la Moselle qui se déroulera à Vigy, le dimanche 16 avril, inscription sur place, course non inscrite au classement national, frais d'inscription à la charge des coureurs. Information voir annonce de course ci-après.

susceptibles de nous fournir des lots sous forme matérielle ou sous forme de bons pour une prestation (soin, restaurant....) n'hésitez pas !

Nous avons aussi imprimé des affiches au format A3, si vous voulez en afficher (Mairie, centre sportif, écoles, collèges, boulot ...) n'hésitez pas !

Pour tous ces points, merci de contacter le directeur de course Christophe Marchand (crinny@neuf.fr ou 06 01 80 48 14).

Week-end Ascension Bourgogne 25 - 28 mai

4 courses sont au programme de ce grand week-end de CO en Bourgogne

Jeudi. Régionale sprint (Châteauneuf)
Vendredi : interrégionale moyenne distance
Samedi : Championnat de France longue distance (Lusigny sur Ouche)
Dimanche : championnat de France de relais (Saint Jean de Bœuf)

Le club prend en charge les frais d'inscription aux courses du samedi et dimanche ainsi qu'une partie l'hébergement du samedi au dimanche (une participation de 10 euros par adulte sera demandée).

Nous avons réservons des chambres à l'hôtel IBIS Budget de Pouilly en Auxois, la confirmation du nombre de chambres devant être effectuée avant la fin du mois.

Merci de vous inscrire sur com.yaentrainement.fr aux différentes courses et de préciser votre souhait d'hébergement en commentaire **avant le 26 avril 2016**, vous pouvez aussi réserver des nuitées pour le jeudi et le vendredi soir (53 Euros la chambre de 1 à 3 personnes), merci de tout préciser en commentaire. Pour toutes questions sur le déplacement vous pouvez contacter Leslie (leslie.mercier@wanadoo.fr)

Date limite d'inscription pour l'hébergement 26 avril !

ANNONCE DE COURSE * DÉPARTEMENTALE

DEPARTEMENTALE N°2

16/04/2017

VIGY

INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : Tout azimut Fameck
Directeur de course : Nicolas STEIN
Délégué : -
Arbitre : -
Contrôleur des circuits : Céline Lemercier
Traceur : Nicolas STEIN
GEC : -

COURSE COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL

~~OUI~~ – NON

CARTE

Nom : Le Pont De Mapré
Relevés : été 2011 / mise à jour 2015
Cartographe : CAP Orientation

Échelle : 1/10 000
Équidistance : 5 m
Type de terrain : forêt feuillue

ACCÈS

Fléchage : centre du village Vigy (intersection D52/D67)
Distance parking-accueil : sur place
Distance accueil-départ : 500m
Distance arrivée-accueil : sur place

HORAIRES

Accueil : 9 h 30

Départ : 10h00 à 11h30
Remise des récompenses : NON
Fermeture des circuits : 12 h 30

CIRCUITS

3 circuits 2km (vert)/ 4km (jaune) /6km (violet)

RÉSULTATS

http://www.orientation-fameck.fr/
http://cd57.monsite-orange.fr/

SERVICES

Prêt de boussoles et possibilité de se faire conseiller.

TARIFS

Licenciés du département (FFCO, UNSS, UGSEL) : 2 € par personne
Non-licenciés et licenciés hors département : 4 € par enfant et adulte
Familles : 10€
Location de puce : prêt gratuit (caution de 30 € ou pièce d'identité)

INSCRIPTIONS

Inscriptions sur place.
Pré-inscriptions souhaitées auprès de Nicolas Stein par mail nicolas.stein@orange.fr avant le 14 avril 2017

/!\ Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la course d'orientation en compétition de moins d'un an.

CONTACT

Nicolas Stein - 0677445675

Département Moselle
Réussir ensemble !

CDCO 57

O'bivwak

Raid d'orientation | **AIGUILLES D'ARVES - LA TOUSSUIRE - SAVOIE**

3 & 4 juin 2017

Raid O'bivwak [2 jours, par équipe de 2 ou 3]

LE FESTIVAL O'BIVWAK PROPOSE SON :

- raid o'bivwak.
- trail o'bivwak.
- sco'bivwak.
- raid découverte.

ANIMATION
Ambiance musicale et buvette locale au bivouac. Marché artisanal au village arrivée.

SIMPLIFICATION
5 parcours sur le raid O'bivwak au lieu de 8.

NOUVEAUTÉ

Un parcours spécial coureurs de trail : le Trail O'bivwak

L'aventure a toujours un sens

Programme et inscriptions sur www.obivwak.net

Course Orientation Ligue Rhône-Alpes
SAVOIE LE DÉPARTEMENT
CNDS Le sport pour tous
La Région Auvergne-Rhône-Alpes
Office National des Forêts
FFCO Course d'Orientation
ARVAN-VILLARDS SIVAY-MAURIENNE
l'Arvan

PROGRAMME DU FESTIVAL O'BIVWAK DU 30 MAI AU 4 JUIN 2017

RAID O'BIVWAK
Sur 2 jours par équipe
3 et 4 juin

NOUVEAU TRAIL O'BIVWAK
sur 2 jours par équipe
3 et 4 juin

SCO'BIVWAK
Raid scolaire
30 et 31 mai

RAID DÉCOUVERTE
À la demi-journée solo ou par équipe
3 et 4 juin

INSCRIPTIONS EN LIGNE
sur le site obivwak.net

INFOS
www.obivwak.net
contact@obivwak.net
Tél. : 04 56 00 82 49

Navettes spéciales O'bivwak depuis la gare de Chambéry

© Cyril CRESPEAU Extra agence.com ©

ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

INTERZONE MOYENNE DISTANCE

Samedi 29 avril
CHANTRAINE

INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : LOISIR ORIENTATION SANCHEY
Directeur de course : Chantal MAILLARD
Délégué – Arbitre : Laurent PINEAU
Contrôleur des circuits : Bernard LEMERCIER
Traceur : Dominique ETIENNE
GEC : Valérie PETITNICOLAS

COURSE COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI

CARTE

Nom : BENAVAU VTT
Relevés : 2010
Cartographe : Benoît VERDENAL

Échelle : 1/15000
Équidistance : 5m
Type de terrain : forêt Vosgienne

ACCÈS

Fléchage : Rond-Point de CHANTRAINE
GPS : 48°10'28.89''N – 6°26'02.39''E

Distance parking-accueil : sur place
Distance accueil-départ : 1000m
distance arrivée : sur place

HORAIRES

Accueil : 13h00 à l'école Robert DESNOS de CHANTRAINE
Départ : 14h00
Fermeture des circuits : en fonction du nombre de participants

CIRCUITS

Circuits compétition (distance réelle, dénivelé inclus): VERT = 5km – BLEU = 9km – JAUNE MOYEN = 14km – JAUNE LONG = 18km - ORANGE = 21km – VIOLET MOYEN = 18 km – VIOLET LONG = 22km
Nombre de circuits initiation : 3

RÉSULTATS

Sur le site du LO Sanchey :
http://www.vosges.ffcorientation.fr/lo-sanchey/

SERVICES

Poste de secours - buvette

TARIFS

Licenciés FFCO : 19 ans et plus = 10 euros - 15/18 ans = 8 euros – 14 et moins = 6 euros
Non-licenciés FFCO : Découverte (circuits initiation) = + 3 euros - Compétition (tous les circuits) = + 12 euros
Location de puce : 3€ +caution

INSCRIPTIONS

Sur site fédéral avant le 13 avril

/!\ Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter 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.

CONTACT

etiendom@yahoo.fr – 06 85 62 91 14

ANNONCE DE COURSE * NATIONALE

NATIONALE NORD EST de CO à VTT - LD

Dimanche 30 avril 2017

EPINAL

INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : LO SANCHEY
Directeur de course : Chantal MAILLARD
Délégué et Arbitre : Claude VOGT
Contrôleur des circuits : Loïc LONCHAMP
Traceur : Dominique ETIENNE
GEC : Valérie PETITNICOLAS

COURSE COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI

CARTE

Nom : le Void des Roches VTT
Relevés : 2011 mises à jour hiver 2016-17
Cartographe : Michel DUBOC

Échelle : 1/15000°
Équidistance : 5m
Type de terrain : forêt Vosgienne

ACCÈS

Fléchage : Tranchée de Docelles sur la D11 en direction de GERARDMER
GPS : 48°10'07.77'' N – 6°31'47.90''E
Distance parking-accueil : de 0 à 200m

Distance accueil-départ : 1,5 km

Distance arrivée-accueil : 500m

HORAIRES

Accueil : 9h00

Départ : 10h00
Remise des récompenses : à partir de 14h00 pour les trois premiers de chaque catégorie
Fermeture des circuits : sera précisée dans les consignes de course

CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 8
Nombre de circuits initiation : 3

RÉSULTATS

Sur le site du LO Sanchey :
http://www.vosges.ffcorientation.fr/lo-sanchey/

SERVICES

Poste de secours de la Protection Civile - Buvette - Possibilité de laver les VTT
PAS de garderie : horaires décalés possible sur demande
Hébergement : office du tourisme d'Epinal - www.tourisme-epinal.com/

TARIFS

Licenciés FFCO : 19 ans et plus = 13,07 - 15/18ans = 9,95 – 14 et moins = 6,79
Non-licenciés FFCO : Pass'Découverte (circuits vert, bleu et jaune) = ajouter 3€ et Pass'Compétition = ajouter 12€
Location de puce : 3€ + caution

INSCRIPTIONS

Inscription en ligne sur le site fédéral avant le 13 avril 2017
/!\ Pour être chronométré vous devez obligatoirement présenter 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.

CONTACT

Dominique ETIENNE – 06 85 62 91 14 – etiendom@yahoo.fr

Office Mulhousien des Sports

INFORMATION AUX CLUBS

L'OMS envisage d'organiser une formation aux premiers secours.
Cette action est destinée aux entraineurs et à toute personne intéressée à partir de 14 ans.

Les thèmes de cette formation vous apporteront entre autres les connaissances nécessaires dans les domaines suivants :

- l'alerte (qui alerter),
- la perte de connaissance,
- le malaise,
- le traumatisme (l'accent sera mis sur ceux liés aux sports),
- arrêt cardiaque.

Une telle action sera profitable tant dans les milieux sportifs que dans la vie courante et sur la voie publique.

Avant la mise en œuvre définitive d'une telle formation, il est important pour nous de connaître le nom et la qualité des personnes intéressées.

Vous voudrez donc bien compléter la seconde page et nous la faire parvenir à l'OMS, 7, rue Pierre Curie, 68100 MULHOUSE, avant le 20 AVRIL prochain.

Francis DAVERIO
Président de l'OMS

Danielle ALBIETH
Responsable commission formation

7 RUE PIERRE ET MARIE CURIE / 68200 MULHOUSE / TÉL 03 89 43 95 30
courriel : oms@mulhouse-alsace.fr - site : officemulhousiendessports.com
Association inscrite au Tribunal d'Instance de Mulhouse Vol. XIII Folio 15
Agrément de la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports N° 10/96-68-S Multisport