



COMM DU COM

La lettre d'information du CO Mulhouse

5 nov. 2017

MD Urbaine

Strasbourg (68)

DL: 22/10

Les Femmes à l'honneur !

105 licenciés au COM dont 95 licenciés sportifs et 52 féminines, avec notre prochaine licenciée Elodie nous allons dépasser les 50 % de femmes au club !

La course d'orientation et notre club tout particulièrement fait une grande place à la pratique féminine.

Dans cette édition de la Comm j'aimerais tout particulièrement mettre deux de nos licenciées féminines à l'honneur.

Nous ne manquerons pas de suivre notre championne traileuse Audrey lors de sa diagonale à partir de ce jeudi soir 20h. Elle est affûtée comme jamais et nous promet de belles émotions... Arrivée à St Denis

de la Réunion dans la nuit de vendredi à samedi... Bonne course Audrey !

Nous tenons aussi à adresser notre plus grand soutien à Mallorie qui s'est lancée malgré elle dans une épreuve encore bien plus longue et éprouvante. Pendant le suivi de grossesse du petit quatrième, un cancer du sein lui a été diagnostiqué. Après une opération en urgence et un diagnostic approfondi, le processus thérapeutique compatible avec la grossesse a été mis en place, mais le parcours s'annonce long et difficile. Nous admirons ton courage et ta force Mallorie, ne lâche rien !

Côté orientation, la saison officielle des courses est bientôt terminée. Plus qu'une compétition au calendrier national en Alsace : le dimanche 5 novembre pour une moyenne distance urbaine à Strasbourg, dernière chance pour les coureurs n'ayant pas encore leurs 3 courses au compteur. Cette semaine, pour les jeunes, ne ratez pas notre première manche du challenge de l'école de CO du COM samedi après-midi.

Notre dernière organisation de l'année a rencontré un grand succès, merci à tous les bénévoles qui sont venus aider au Trail et Rand'O de ce dimanche au Waldeck.

MD Urbaine à Strasbourg 5/11

Juliette et Mathieu proposent aux jeunes de l'école de CO (à partir du niveau bleu) un déplacement à cette dernière course de l'année.

Le voyage se fera en train et nous en profiterons pour passer l'après-midi à Strasbourg. Le programme et les infos détaillées vous parviendront bientôt.

Inscription impérative avant le dimanche 22 octobre 2017 sur : <https://com.yaentrainement.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.

Réunion du Comité Départemental

Le comité départemental de course d'orientation regroupe les 3 clubs d'orientation du Haut-Rhin et s'occupe entre autres de la formation, des passages de balises, des stages jeunes, de la cartographie... Deux membres du COM siègent au CDCO68, Mauricette Joly est la trésorière et Mathieu Harnist membre du comité. Les comptes rendus des réunions du comité sont disponibles sur le site internet du CDCO68 : <http://www.haut-rhin.ffcorientation.fr/ffco/compte-rendu/>

Passage de balises : carton plein !

Bravo à tous les participants du COM, tout le monde a brillamment réussi son passage de balise.



balise jaune : Bader

balise bleu : Dahlia, Aude

balise verte : Paulin, Ugo, Léonie P., Victor et Caroline

Le passage de balises permet aux jeunes de valider leurs acquis. Pour le club cela permet de valider le bon fonctionnement de notre école

de CO. Pour pouvoir courir en 1ère division nationale lors du Championnat de France des Clubs, il faut attester d'une école de CO labélisée avec un nombre de jeunes possédant une balise de couleur (10 au minimum), le COM a désormais 15 jeunes avec une balise !

Challenge de l'école de CO

L'équipe d'animateurs du COM propose à ses jeunes un challenge sur toute l'année. Il se déroulera en 5 manches, une chaque samedi veille de vacances. Des points seront attribués à chaque étape sur les différentes épreuves.

Le premier challenge aura lieu ce samedi 21 octobre, avec une partie théorique et une partie pratique. Thierry communiquera aux participants les détails sur le déroulement ainsi que le règlement. Aucun stress à avoir ! Tout se déroulera dans la bonne humeur et la convivialité !

Prochaines courses

Les inscriptions se font comme toujours sur le site <https://com.yaentrainement.fr/events>.

Les annonces de courses sont en annexe de la Comm et sont également disponibles dans les pages-calendrier de notre site <http://comulhouse.fr/calendrier/>.

- dimanche 5 novembre : Régionale Moyenne Distance Urbaine à Strasbourg organisée par l'ASOPE. Attention ! date limite d'inscription le 22 octobre 2017, le club de l'ASOPE pratiquant un surcoût pour les inscriptions tardives (de 7 Euros non conforme au règlement de la ligue !) merci de respecter impérativement la date limite ! Le surcoût des inscriptions tardives n'est pas pris en charge par le COM.

Pas de déplacement du COM cette année au Critérium National des Equipes (course en relais de 7) ni au championnat de France de Nuit et de sprint, en raison de la distance (c'est en Bretagne !) et de l'indisponibilité de beaucoup de coureurs (blessures, vacances...). Clément U. sera le seul coureur du COM qui participera au Championnat de France sprint et nuit, tous les espoirs du COM reposent sur tes épaules Clément, bonnes courses en Bretagne !

Espace membres sur comulhouse.fr

Les comptes rendus des réunions du comité du COM sont disponibles dans les pages membres de notre site comulhouse.fr

Pour y accéder, il vous faut un identifiant que vous pouvez demander auprès de Vincent Frey : info@comulhouse.fr

Coupe de France des Clubs

53 coureurs du club (sur 89 licenciés sportifs) ont marqué des points à la coupe de France des clubs. Cette belle participation de tous nous permet d'être actuellement 26ème club de France sur 191, Bravo à tous ! Nous battons largement notre total de l'année dernière et pouvons encore espérer grappiller encore quelques places (le 22ème n'étant qu'à 12'000 points)

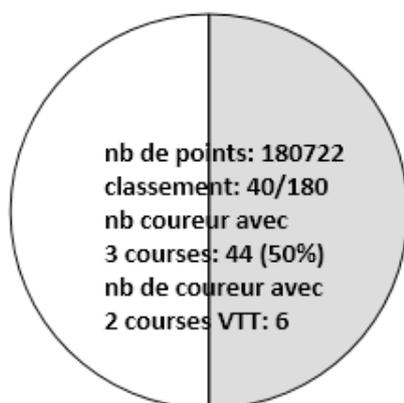
Mais la saison n'est pas encore tout à fait terminée : il reste encore 1 course en Alsace pour les coureurs n'ayant pas encore couru 3 courses pédestres en 2017.

Plus qu'une course pour Aude, Gérald, Alcide, Julien, Luna, Pauline, Léonie, Daniel Dubrez et Daniel Schamberger.

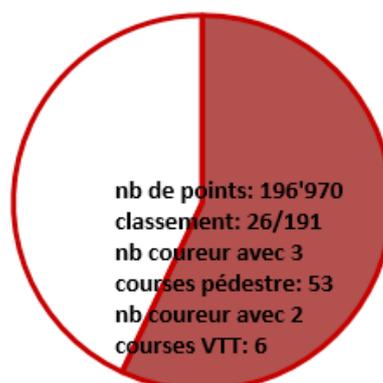
Si tous les 9 viennent courir à Strasbourg nous pouvons encore marquer plus de 17'000 points

Alors réservez votre dimanche du 5 novembre et venez courir à Strasbourg.

classement CF des Clubs du COM année 2016



classement CF des Clubs du COM au 17.10.2017



Rand'Orientation du COM

15 octobre 2017 au Waldeck

Cette 4ème édition de la Rand'O et Trail'O s'est déroulée sous un soleil magnifique ! 18 coureurs ont participé aux trails de 10 et 20km, dommage que nous n'ayons pas pu attirer plus de coureurs.

La randonnée a par contre battu tous les records de participants, 23 équipes sur la randonnée 5km et 34 équipes sur la randonnée 10km, soit plus de 120 participants avec des nombreuses familles !

Quelques photos de la journée sont disponibles ici :

<https://www.flickr.com/photos/151760975@N07/albums/72157686209856542>

Merci encore à tous les bénévoles et pâtissiers/cuisiniers ! La buvette a emporté un vif succès !



Le coin des Femmes

Mallorie invite toutes les licenciées féminines à pratiquer régulièrement l'auto-examen des seins.

Aujourd'hui le cancer du sein concerne 1 femme sur 8 !

Plus un cancer du sein est détecté tôt, plus les chances de guérison sont importantes. Grâce au dépistage précoce, la moitié des cancers du sein sont décelés alors qu'ils mesurent moins de 2 cm !

Ce niveau de détection permet d'atteindre de très hauts taux de guérison tout en réduisant considérablement l'agressivité des traitements appliqués.

Il est donc important de vous informer sur le cancer du sein car cela peut vous sauver la vie.

Infos sur l'autopalpation :

<http://www.cancerdusein.org/le-depistage/lauto-examen-des-seins>

Brochure d'information sur le cancer du sein :

http://www.cancerdusein.org/images/PDF/brochure/Brochure_LesCancersduSein_2017.pdf





INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : ASOPErstein
Directeur de course : André HALLOUARD (6707GE)
Délégué : Yves CARU (6709 GE)
Arbitre : Yves CARU(6709GE)
Contrôleur des circuits : Jean Luc LEGALLAIS (6804GE)
Traceur : Eric DEMANGE (6707GE)
GEC : ASOPErstein

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



CARTE

Nom : STRASBOURG Bassins (A3 recto voire recto verso pour certains circuits) Centre ville
Relevés : 2017 (CARTE neuve)
Cartographe : André HALLOUARD

Échelle : 1/4000 (cause parcours urbain-très nombreux détails)
Équidistance : 2,5m
Type de terrain : Urbain



ACCÈS

Fléchage : Mosquée de Strasbourg. Allée Colette BESSON
Distance parking-accueil : 10m à 700m
Distance accueil-départ : 800m
Distance arrivée-accueil : 100m



HORAIRES

Accueil : 9h30
Départ : 10h30
Remise des récompenses : 14h00
Fermeture des circuits : 14h30



CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 7(pas de jalonné) départ au boîtier
Nombre de circuits initiation –jalonné : 1



RÉSULTATS

Affichage et www.asope.info



SERVICES

Accueil en Gymnase .Buvette Distance des parcours sur www.asope.info
Nombreuses récompenses



TARIFS

Licenciés (FFCO, UNSS, UGSEL) : 1-12 ans : 4,00 €, 13-18 :6,00 €, 19 ans et + : 8,00 €
Non-licenciés : Tarif licenciés + 3,00 € (Pass'O)
Circuit Initiation (Pass'Orientation compris) : Individuel : 5,00 € - Famille (+ de 3 personnes) : 10,00 €
Location de puce : gratuit + dépôt caution (papier identité ou 30 euros)



INSCRIPTIONS

Date limite **22 octobre 2017 minuit** .Inscriptions prise en compte si le paiement a été effectué
circuits compétition: inscription en ligne sur le site FFCO ou à adresser sur le site club jusqu'au 22 octobre 2017 minuit
circuit d'initiation: inscription sur place

/!\ 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

asope@free.fr - ASOPE 5 rue des Prunus 67150 HINDISHEIM tél +33 3 88 59 05 60



Comité départemental de course d'orientation du Haut-Rhin (CDCO 68)



FFCO : CD 68

SIREN 452 273 071 SIRET 452 273 071 00012

<http://www.haut-rhin.ffcoorientation.fr/>

Secrétaire

Claudie Grevet

139 rue du Hilsenfirst

68610 Linthal

grevet.claudie@wanadoo.fr

Président

Gilles Baguerey

7 rue des champs

Didenheim

68350 Brunstatt-Didenheim

cd.haut-rhin@ffcoorientation.fr

Trésorier

Mauricette Joly

10 rue du Roussillon

68700 Cernay

mauri7ab@free.fr



Info CDCO 68 du 1 au 15 octobre 2017

Le 7 octobre, le président s'est rendu à la réunion organisée par la ligue Grand Est. Le compte-rendu vous sera envoyé dès réception. A retenir, pour 2018, le comité directeur propose :

- plus de régionale le même jour ;
- les départementales ne seront plus au CN ; **Attention est-ce que les autres ligues adopteront cette proposition car elle va pénaliser les clubs du Grand Est... (Remarque personnelle)**

- Pour chaque régionale organisée le club organisateur doit mettre à disposition 2 experts

La LGE va instaurer des subventions carto à condition de suivre la procédure.

Pour toute information concernant la ligue Grand Est, se rendre sur le site www.grand-est.ffcoorientation.fr

Coupe des clubs Grand Est au 1/10/2017

1° COC (14415.66 pts) 2° Fameck (11920.66 pts) 3° COBF (10112.69 pts)5° COM (8111.84 PTS)

Lors de la réunion, le président a donné un avis favorable pour l'organisation du championnat de France de CO VTT par le COBF.

3 jours de Pâques 2019 organisés par le COM

Pour information, la candidature a été retenue par le comité directeur lors de sa réunion du 30 septembre. Conformément au règlement des compétitions, elle sera validée officiellement par le comité directeur du 9 décembre, au retour du rapport de l'expert désigné et de l'avis des commissions concernées.

Le 11 octobre, le président s'est rendu à la préfecture pour féliciter Franck Colin lors de sa remise de la médaille de bronze de la jeunesse, des sports et de l'engagement associatif.

Divers :

Pour info, le Creps Rhône-Alpes et le CDCO 07 met en place un CS CO :

Ce diplôme vous permettra de prétendre à l'obtention d'une carte professionnelle d'éducateur sportif mentionnant vos prérogatives pour la « conduite de cycles d'animation en course d'orientation », c'est-à-dire, la possibilité d'encadrer contre rémunération la course d'orientation sur tous les supports.

<http://www.creps-rhonealpes.sports.gouv.fr/devenez-specialiste-en-course-dorientation->

Les 9,10 et 11 février 2018, le salon Tourissimo à Strasbourg.

Dans le prolongement « village des sports de nature » une invitation est parvenue au CD CO 68 permettant aux visiteurs de découvrir les activités de pleine nature de proximité à travers la mise en place d'un espace spécifique « **Village des Sports de Nature** ». Montant de la prestation 250 €. Vu le lieu, l'initiative est laissée au CD 67.

Le 14 octobre, 38 orienteurs Haut-Rhinois se sont pliés aux exercices des balises de couleurs. Le beau temps était présent. Le jour J, Christophe B a très bien mené cette opération épaulé par de nombreux orienteurs expérimentés et quelques jeunes. Merci aux parents présents... Les jeunes se sont très bien comportés et le cru 2017 a été parait-il

excellent. Mais attendons les résultats. Petite anecdote, les vaches se sont invitées..... Le CD 68 a pris les 2 repas des 2 membres du CD 67 qui nous ont aidés. Les photos seront mises sur le site du CD 68.

Le CD 68 recherche une salle pour remettre les balises et les diplômes courant novembre, ainsi que les résultats de la coupe du Crédit Mutuel. (Samedi après-midi sous une forme récréative)

Licenciés à la date du 15/10/17 soit 1/3 de la ligue Grand Est (1000 licenciés)

COM	103
COC	106
COBF	102

Classement des clubs au 15/10

1° COC
10° COBF
28° COM

Agenda

Réunion carto sous la présidence de Bernard M.

Rendez-vous le vendredi 20 octobre à 19h30 à l'OMS pour les spécialistes carto des clubs.

Situation des comptes

Compte courant :	3.306,26
Livret bleu :	6.466,05
Bons de caisse :	4.186,41