28 mars 2017 - N° 6
Les infos de la semaine

COMM DU COM

La lettre d'information du CO Mulhouse

02 avril 2017
Basler Einzel-OL
Basel (CH)

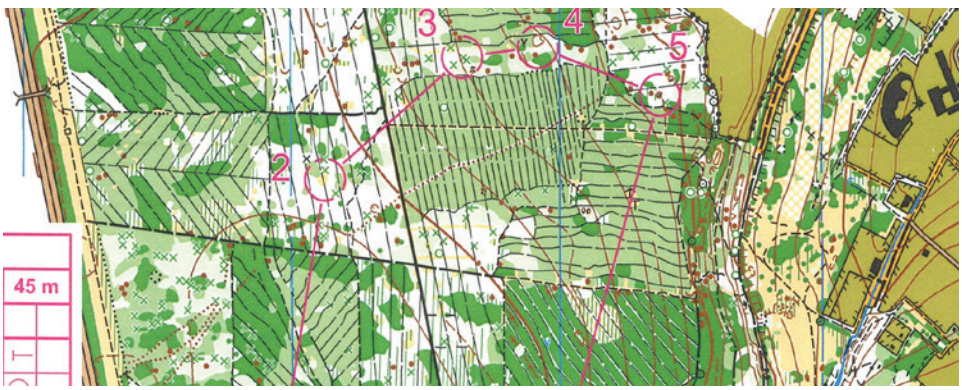
09 avril 2017
Reg. LD
Moncel les Lunéville (54)
DL: 02/04

22-23 avril 2017
Chpt France MD et Clubs
Casteljaloux (47)

Les premiers champions pédestre.

1er week-end complet de CO avec les deux championnats de Ligue moyenne distance (MD) et longue distance (LD) à Villers-lès-Nancy.

20 personnes du COM ont participé le samedi et 17 le dimanche, 6 titres de champion de Ligue pour le COM, 2 doublés avec les titres en MD et LD en H35 pour Marc Muller et D45 pour Ursula Odermatt, un titre sur la MD pour Marion en D12 et un titre pour Leslie en D21Elite sur la LD.
Les autres membres du club n'ont pas démérité, de nombreux podiums et places d'honneur que je vous laisse découvrir dans la partie résultats.
Le Championnat de Ligue MD était qualificatif pour les Championnats de France, tous les coureurs du COM présents se déplaçant au CFC ont réussi à se qualifier, bravo !



1-2 avril : stage club

Vous trouverez ci-après le programme complet du mini-stage.
N'hésitez pas à rejoindre les jeunes pour les séances d'entrainement, vous pouvez vous inscrire indépendamment à chaque séance sur com.yaentrainement.fr
Tout le monde est le bienvenu !

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

Nous vous rappelons que les deux comités départementaux de course d'orientation organiseront du 6 au 8 mai un stage pour les jeunes orienteurs d'Alsace (9 à 16 ans) au Champ du Feu.

Le nombre de places par club étant très limité, dépêchez de vous inscrire en envoyant un mail à Mauricette (mauri7ab@free.fr).
Elle se tient également à votre disposition pour répondre à toutes vos questions. Une partie du coût du stage sera prise en charge par le club et le CDCO 68.

CFC 2017
23 avril 2017

Les équipes pour le Championnat de France des Clubs (CFC) sont quasiment bouclées.

Le CFC est le grand rendez-vous annuel des clubs d'orientation.
Cette année le week-end du CFC se tiendra du 21 au 23 avril dans le Sud-Ouest de la France près de Casteljaloux (entre Toulouse et Bordeaux).

Le vendredi aura lieu le Championnat de France de Relais Sprint (le COM n'est pas qualifié pour cette course), samedi se tiendra le Championnat de France de Moyenne Distance et le dimanche les relais du CFC.

Suivant les divisions ce sont des relais à 8 ou 6 coureurs avec des orienteuses féminines et des catégories d'âge imposées.

Le COM possède une équipe en Nationale 1 (la meilleure division française) et va tenter de remonter une équipe de N4 à N3.
Les coureurs de l'équipe 2 sont aussi des remplaçants de choix en cas de blessure ou de défaillance des coureurs de l'équipe 1, c'est pourquoi il est très important de posséder une très bonne deuxième équipe ; encore l'année dernière nous avons dû en dernière minute reconfigurer les équipes et nous avons réussi à assurer avec brio (14ème sur 26) notre maintien en N1.
Pour cette année, il nous manque encore un orienteur sportif pour terminer en beauté dans l'équipe 2 !

CFC 2017 (suite...)

La composition des équipes est à ce jour la suivante :

Nationale 1

Temps référence relais	Relayeur
50	Johann
30	Clément U.
20	Aurélie
50	Mathieu
30	Leslie
20	Ursula
30	Vincent F.
50	Brian

Nationale 4

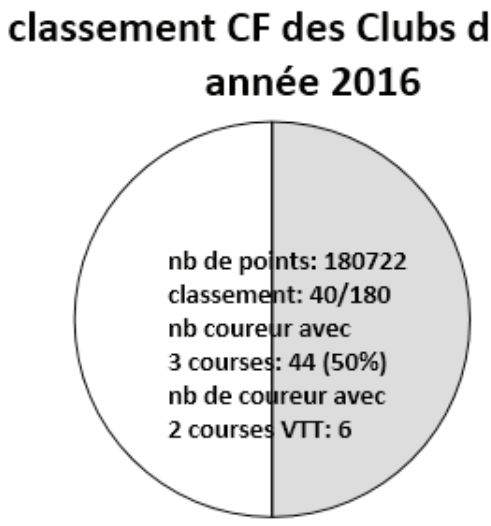
Temps référence relais	Relayeur
30	Alex
40	Christophe
20	Audrey ou Juliette
20	Thierry O.
40	Thierry J.
30	toi ?

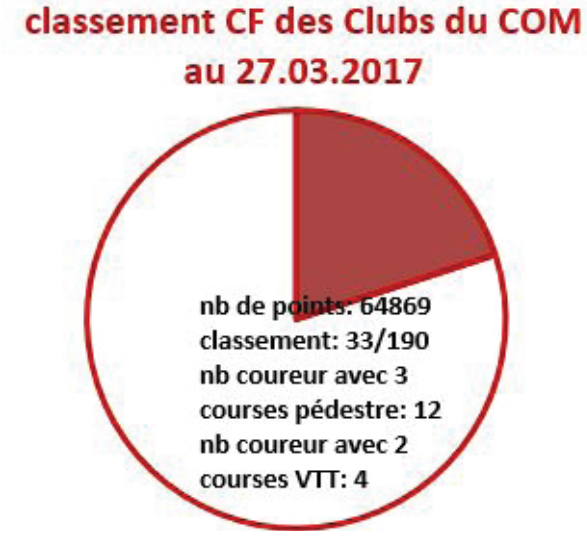
Espace membres sur comulhouse.fr

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

Coupe de France des Clubs

Les 1ers points pédestres ont été marqués suite aux deux courses du week-end. N'oubliez pas qu'il suffit de faire 3 courses pédestres dans l'année pour apporter ses points au club. Lancez-vous. Pour les jeunes et les débutants, les 5 courses de sprint urbain du 13 et 14 mai sont idéales: pas d'excuse !





Assemblée générale FFCO
25-26 mars 2017 à Paris

L'AG de la FFCO s'est déroulée ce weekend à Paris. C'était l'occasion de faire le bilan sur la saison 2016, mais également d'élire un nouveau comité directeur pour les 4 prochaines années.

Le Président sortant, Michel Ediar, a été réélu et dirigera une équipe dans laquelle nous retrouvons 2 membres du CO Mulhouse.

Bernard Mortellier sera Secrétaire Général adjoint et membres du bureau directeur. Vincent Frey sera en charge des relations internationales.

Chpt Ligue MD : Résultats

Résultats du championnat de Ligue MD du 25 mars organisé à Villers les Nancy (54).

Moyenne Distance:

D12
1 Marion HARNIST 22:46
3 Dahlia ABDELAZIZ 36:57
D21E
1 Coline LUTHRINGER HVO 44:51
2 Leslie MERCIER 46:30
D40
1 Anne-Claire LEMERCIER SO Luneville 51:34
3 Juliette HARNIST 59:36
D45
1 Ursula ODERMATT 51:30
D55
1 Lena KORCHAK COBF 38:37
6 Mauricette JOLY 1:12:53
D65
1 M-Reine OUDIN COColmar 39:52
3 Christiane FISCHER 49:23
D70+
1 Manon RENNOTTE T.A. FAMECK 59:41
2 Odile VESCOVO 1:44:41
H12
1 Célian BLONDEAU-TOINY SO Luneville 19:29
2 Bader ABDELAZIZ 24:49
H18
1 Nils CREUSAT HVO 33:26
2 Clément ULMSCHNEIDER 35:22
7 Thierry ODERMATT 44:28
H20A
1 Brian ODERMATT 34:32
H35
1 Marc MULLER 31:56
H40
1 Antoine POULAIN 34:03
2 Mathieu HARNIST 36:18
H45
1 Laurent PINEAU 33:49
3 Alex ODERMATT 38:37
H55
1 J-Francois MORLON CSAG METZ 42:53
2 Thierry JOLY 44:36
Jalonné
1 Tom LEMERCIER T.A. FAMECK 14:43
2 Caroline HARNIST 22:36
violet4
1 Geoffrey NOYON 35:48
2 M-Dominique FISCHER 1:23:24

Prochaine course:

Dimanche Régionale LD 9 avril à Moncel-lès-Lunéville, course comptant pour le classement de la coupe du Grand Est et le classement national, les frais d'inscriptions sont pris en charge par le club.
Inscription avant le 1 avril 2017 sur com.yaentrainment.

Chpt Ligue LD : Résultats

Résultats du championnat de Ligue LD du 26 mars organisé à Villers les Nancy (54).

D12
1 Natacha BLONDIN T.A. FAMECK 45:44
4 Dahlia ABDELAZIZ 58:15

D16
1 Lucie LATASTE COColmar 45:13
5 Aurélie HARNIST 55:46

D21E
1 Leslie MERCIER 1:44:22

D45
1 Ursula ODERMATT 1:09:06

D65
1 Colette MONTANARI T.A. FAMECK 1:00:44
4 Christiane FISCHER 1:07:14

D70 et +
1 Christiane VOGT SCBarr 1:02:07
3 Odile VESCOVO 1:31:37

H12
1 Tim DOTT COBF 29:13
6 Bader ABDELAZIZ 44:20

H18
1 Justin RENAUD COBF 1:07:34
4 Clément ULMSCHNEIDER 1:13:49
8 Thierry ODERMATT 1:36:09

H20A
1 Brian ODERMATT 1:08:07

H35
1 Marc MULLER 1:15:42

H40
1 Jean Marc DISCHER T.A. FAMECK 1:11:25
3 Mathieu HARNIST 1:15:11

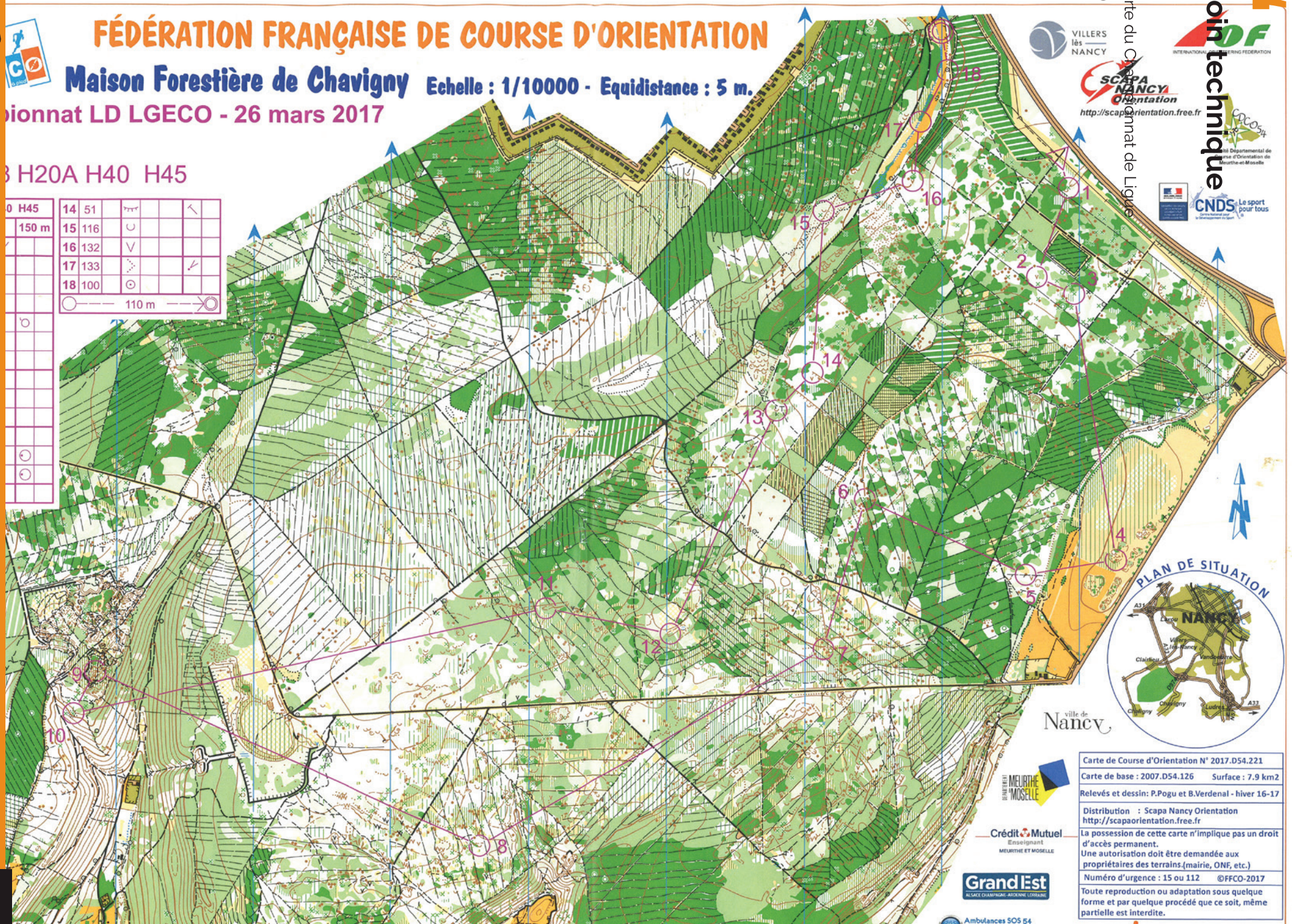
H45
1 Laurent PINEAU 1:09:10
2 Alex ODERMATT 1:21:22

H55
1 J-Marc MEYER COColmar 57:36
4 Thierry JOLY 1:07:22

Bleu
7 Nadia ABDELAZIZ 1:17:53

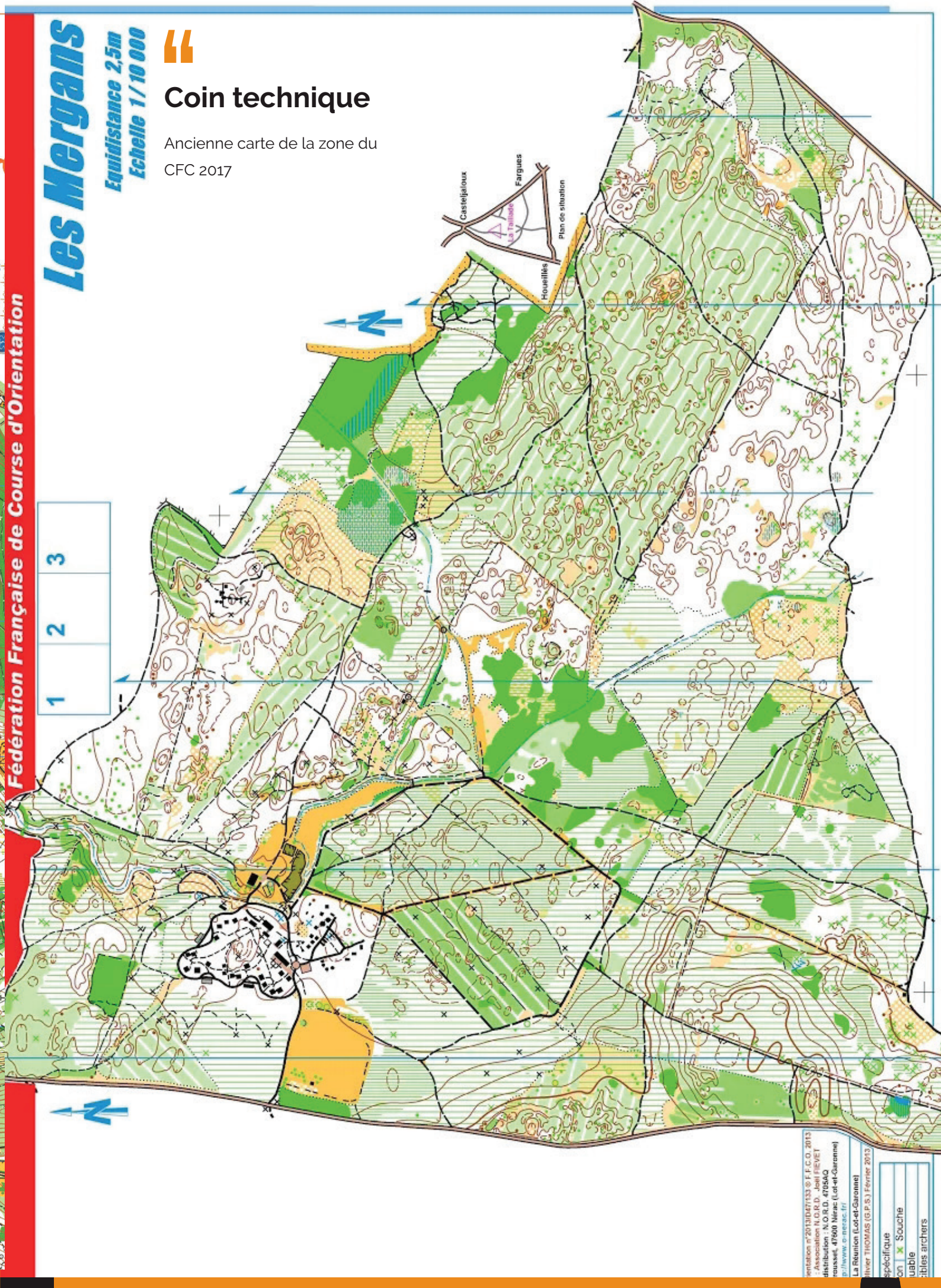
Violet4
1 Mauricette JOLY 1:01:44
3 M-Dominique FISCHER 1:21:04

Carte du Championnat de Ligue LD



Coin technique

Ancienne carte de la zone du CFC 2017



Mini stage COMulhouse

du 1 et 2 avril 2017

BOURBACH-LE-BAS – LAUW

Organisation du weekend

Encadrement

L'encadrement est assuré par ses animateurs du club : Mauricette (06 81 04 04 42), Juliette (06 38 01 88 24), Thierry (06 71 80 24 83) et Mathieu (06 99 69 21 31).
Les 4 animateurs dormiront avec les jeunes au chalet.

Hébergement

Chalet des amis de la nature : situé dans le parc naturel régional des Ballons des Vosges, Rue du 3ème Spahis, 68290 Bourbach-le-Bas
Téléphone : 03 89 82 58 54

Repas

Samedi soir

Pâtes sauce bolognaise
Salade verte
Yaourt au fruit ou flanc caramel

Petit déjeuner

Lait, Café, thé, jus d'orange, pain, beurre, confiture, yaourt, fruits.
(En cas d'habitude particulière le jeune apporte ce qu'il lui faut !)

Dimanche midi

Soupe, pain, fromage
Fruits

Affaires à emporter

Min. 2 tenues de sport long + 2 paires de basket
Tenue de pluie en fonction de la météo
Sac de couchage + Taie d'oreiller
Nécessaire de toilette
Lampe frontale
Affaires de CO (doigt et boussole, porte définition pour ceux qui ont)
Montre (indispensable)
Gâteaux pour les gouters/desserts

Programme

- *Samedi 14h – 17h : 1ère séance d'entraînement/école de CO*
  RDV au bout de la rue de Bourbach-le Bas à Lauw.
- *Samedi 19h30 : petite CO de nuit*
- *Dimanche 10h00 : 2ème séance d'entraînement*
  Départ : salle poylvalente Bourbach-le-Bas
- *Dimanche 14h00 : 3ème séance d'entraînement sous la forme d'un one-man relay*
  Départ : salle poylvalente Bourbach-le-Bas
- *16h30 : fin de stage*

Covoiturage

Le covoiturage à partir de Mulhouse ou de Cernay est assuré, merci de contacter Juliette (06 38 01 88 24, juliette@harnist.com) pour Mulhouse et Mauricette pour Cernay (06 81 04 04 42 mauri7ab@free.fr)

Frais de stage

L'ensemble du coût du stage est pris en charge par le club.

Divers

L'hébergement au chalet est complet. La participation aux différents entraînements (et repas) reste bien entendu ouvert à tous les membres du club (enfants, jeunes, adultes…). Pour la bonne organisation des séances et l'impression des cartes, merci de vous inscrire avant jeudi 30 mars sur www.com.yaentrainement.fr.
Les membres venant aux entrainements et souhaitant participer aux repas le samedi soir et/ou le dimanche midi, sont priés de le signaler à Juliette.

Bon stage à tous ! - l'équipe d'animateur du COMulhouse

ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE

CO « GRAND EST » LONGUES DISTANCES
9 AVRIL 2017
MONCEL-les- LUNÉVILLE

INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : SPORTS ORIENTATION LUNÉVILLE – 5407GE
Directeur de course : Bernard LEMERCIER
Délégué & Arbitre : Daniel ROLLET – 5413GE
Contrôleur des circuits : Georges MAHLER – 5402GE
Traceur : Lucas CHAPELOT
GEC : Victoire LEMERCIER

COURSE COMPTANT POUR LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI

CARTE

Nom : Forêt domaniale de Mondon
Relevés : 2015 - mise à jour permanente
Cartographe : Bernard Lemercier

Échelle : 1/10000 (circuits vert et jalonné 1/5000)
Équidistance : 2,5 m
Type de terrain : plat, de nombreux fossés de drainage, quadrillage parcellaire important.

ACCÈS

Fléchage : MONCEL-LES-LUNÉVILLE - centre
Distance parking-accueil : 300 m
Distance accueil-départ : 100 m
Distance arrivée-accueil : 150 m

HORAIRES

Accueil : 9h
Départs : de 10h à 12h
Attribution des heures de départ à l'accueil
Fermeture des circuits : 14h30

CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 8 (noir, violet long, violet moyen, violet court, orange, jaune, bleu et vert)
Nombre de circuits initiation : 1 jalonné

RÉSULTATS

http://www.meurthe-et-moselle.ffcorientation.fr/so-luneville/
http://www.grand-est.ffcorientation.fr/

SERVICES

Buvette – petite restauration (pâtisseries – boissons-sandwichs)

TARIFS

Licenciés FFCO : nés en 1997 et avant : 8,08€ - nés en 1998 et après : 6,08€
Non-licenciés :
pass'découverte (accès aux circuits vert, bleu, jaune et jalonné) : 9 € pour nés en 1997 et avant - 7 € pour nés en 1998 et après
pass'compétition (accès à tous les circuits) : 12 € pour nés en 1997 et avant - 8 € pour nés en 1998 et après
/!\ 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.
Location de puce : avec caution de 50€ ou pièce d'identité

INSCRIPTIONS

Licenciés : en ligne sur le site FFCO : date limite dimanche 2 avril 2017 à minuit
Inscriptions tardives et sur place possibles en fonction des cartes disponibles : + 2€
Non licenciés, par mail de préférence avant le mercredi 5 avril 2017 : bernard.lemercier@wanadoo.fr

CONTACT

bernard.lemercier@wanadoo.fr // 06 83 97 78 90

Comité Départemental de Course d'Orientation de Meurthe-et-Moselle