

DECEMBRE 2021 N° 28

FEUILLET D'INFORMATIONS DESTINÉ AUX JEUNES DE L'ÉCOLE DE COURSE D'ORIENTATION (ECO) ET À LEURS PARENTS

ASSEMBLEE GENERALE du club NOSE

Elle s'est déroulée le samedi 11 décembre en présence de nombreux licenciés

Le comité directeur élu est composé de:



Les prochains entraînements du mercredi

Le lieu et plan d'accès sera précisé par mail dans les jours qui précèdent l'entraînement, afin que chacun sache où nous nous trouvons, en particulier pour les jeunes qui habitent dans le Pilat et qui viennent directement.

- mercredi 5 janvier - **La Digonnière** - carte Col de la République
- mercredi 12 janvier - **Saint Galmier** - carte urbaine
- mercredi 19 janvier - **Les Chaumasses** - carte Les Grives
- mercredi 26 janvier - **Croix de Trêves** - carte Cx de Trêves
- mercredi 2 février - **La Maison Neuve** - carte Chavannes
- mercredi 9 février - **Saint Héand** - carte urbaine
- mercredi 16 et 23 février - vacances de février
- mercredi 2 mars - **BMX** - carte Cx de Trêves

En cas d'empêchement, merci de contacter Hervé par mail ou en laissant un message sur le 06 28 51 66 14

Ces lieux sont susceptibles d'être adaptés à la météo, en particulier en raison de chute de neige en début de semaine !

Les prochains entraînements du samedi

Ces séances du samedi sont accessibles à tous les licenciés à .
RdV au rond point F. Roosevelt pour covoiturage.
Les horaires seront précisés sur le site.

- dimanche 9 janvier: **Véranne** - carte Crêt de Peillouté
- dimanche 23 janvier: **Pilat** - lieu à définir
- samedi 29 janvier: **Pilat** - lieu à définir

Les prochains déplacements

- samedi 15 et dimanche 16 janvier: **WE sprints en Drôme** avec regroupement des jeunes des ECO de la Loire
- samedi 22 janvier: **Malleval - LOST 3** organisée par le CDCO de la LOIRE
- week-end club 29 et 30 janvier: **Prémanon**, ski de fond
- samedi 5 février: **Renaison - LOST 4**, bois de Pardières, organisée par le CDCO de la LOIRE
- samedi 26 février: **La Versanne - LOST 5**, Les loges de Lapras

Pour tous renseignements sur les déplacements, merci de contacter Odile par mail odile.haberkorn@gmail.com ou par téléphone au 06 19 76 19 13

Connexion NOSE Rappel

Pour vous inscrire sur les déplacements proposés, il suffit de se rendre sur le site du club: nose42.fr

Pour vous connecter sur la page réservée aux licenciés, dans « Le club / Accès licenciés »:

- le login est nom_p (nom et initiale du prénom séparés par un souligné (sous le 8))
- le mot de passe c'est prénom sans accent.



BONNES VACANCES de NOEL



Petit lexique et format des compétitions: les temps ci-dessous sont donnés pour les meilleurs coureurs

- LOST: Trophée des Samedis de l'Orientation Ligérienne ... vous gardez les initiales, vous les inversez et vous allez chercher la traduction en anglais ... en général, 3 circuits adaptés aux compétences des participants
- SPRINT: course en milieu urbain ou semi urbain d'une durée de 12 à 15 minutes, l'échelle des cartes est au 1/4000 ou 1/5000
- MD: course moyenne distance d'une durée de 30 à 35 minutes pour les élites en terrain varié et technique, l'échelle est au 1/10000
- LD: course longue distance d'une durée de 70 à 100 minutes pour les élites où le choix d'itinéraire est privilégié, l'échelle est au 1/15000 pour les élites, 1/10000 pour les autres
- RELAIS: équipe de plusieurs relayeurs soit par catégorie (circuits similaires pour les relayeurs), soit par club (circuits adaptés au niveau de chaque catégorie de relayeur)
- A savoir que les circuits de couleurs proposent des circuits adaptés au niveau de chacun avec des distances et des temps de courses conçus pour que chacun trouve du plaisir dans l'effort en associant déplacement et concentration

Ne sont retenus dans les résultats que les 10 premiers par catégorie ou par circuit, le rouge souligne les podiums.

WEEK-END fin octobre entre Championnats et CNE du 28 octobre au 31 octobre 2021

Championnat de France de nuit - Larzac (24)

du 28 octobre (circuits de catégories)

12 jeunes et 24 adultes présents:

- D12: Anahi Perrin **1/19**, Juliette Pellissier 8
- D16: Lise Pellissier 10/39
- D18: Justine Pellissier 8/23
- D45: Charlotte André 5/32, Élisabeth Pellissier 10
- D50: Odile Perrin 5/32, Véronique Héritier 8

- D60: Marie Françoise Roux **1/18**
- H21: Mathieu Perrin **1/95**
- H40: Thibaut Magne **2/54**, Julien Merle 9
- H45: Gilles Perrin **1/69**
- Open Jaune: Benjamin Pascal **2/31**

Championnat de France de sprint - Béziers (34) - carte urbaine

du 30 octobre (circuits de catégories) sont sélectionnés 8 jeunes et 7 adultes pour participer aux qualifications (424 participants):

ont passés les **QUALIFICATIONS**

- Dames jeunes: Lise Pellissier, Elsa Duvernavy, Justine Pellissier
- Hommes jeunes: Arthur Perrin, Benjamin Berne
- Hommes élites: Arnaud Perrin, Corentin Roux, Mathieu Perrin, Fleury Roux

FINALE

- Dames jeunes: Justine Pellissier 8/31
- Hommes jeunes: Arthur Perrin 4/34
- Hommes élites: Arnaud Perrin 8/49

Sprint open - Béziers (34) - carte urbaine

du 30 octobre (circuits de catégories) sans sélection, 6 jeunes et 16 adultes présents:

- D12: Juliette Pellissier **1/29**, Anahi Perrin 4
- D21: Solène Droin 5/41
- D45: Charlotte André: 6/60
- D60: Marie Françoise Roux 5/24

- H16: Arthur Zaugg Plattard **3/32**
- H18: Costin André **1/17**, Baptiste Duverney 5
- H35: Vincent Chomette 7/18
- H40: Julien Merle **1/48**, Nans Perrin 5



Départs du relais hommes à la frontale, de nuit
←
→
Départ du relais dames, 2 heures après les hommes



Critérium National des Équipes (24) - Larzac

du 31 octobre (reliais) - 12 jeunes et 24 adultes présents

- **Hommes:** Maxime Chabance, Thibaut Magne, Fleury Roux, Éric Perrin, Corentin Roux, Arnaud Perrin, Mathieu Perrin 4/73
- **Dames:** Justine Pellissier, Odile Perrin, Amélie Chataing, Solène Droin 7/78
- **Jeunes:** superbe course mais 1 poste manquant les disqualifient !
- **Mini:** Juliette Pellissier, Bazile Milhau, Anahi Perrin **3/34**

LOST 1 - Chalmazel (42)

Le samedi 13 novembre 2021 avec 75 participants de la ligue AURACO

Cette course départementale a proposé 3 circuits:

- Circuit A: environ 10 km niveau violet
- Circuit B: environ 6 km, niveau orange
- Circuit C: environ 3 km, niveau vert-bleu

- **Circuit A:** Corentin Roux **1/25**, Benjamin Berne **3**, Thomas Chabot 4, Andy, Jacoud 6, Costin André 7
- **Circuit B:** Véronique Héritier **1/27**, Elisabeth Pellissier 8
- **Circuit C:** Juliette Pellissier **1/16**, Lohan Esposito 4, Marie Verdier 5

Journée de formation dans le cadre UNSS - Croix de Chaubouret

Le 10 novembre 2021

Côté UNSS: 10 établissements ligériens avec **150** jeunes présents encadrés par leurs professeurs et les jeunes de la section sportive du lycée URFE.

Côté Écoles de CO: club de Pélussin (OE42) avec **14** jeunes et 2 encadrants
club de St Etienne (NOSE) avec **29** jeunes et 6 encadrants

Beaucoup de monde dans ce joli coin du Pilat avec des activités variées au programme: circuits traditionnels, suivi d'itinéraires, circuit d'agilité et un QUIZZ.

Briefing de Véro pour les jeunes UNSS



Circuit d'agilité, on le fait et on recommence pour améliorer son temps !

C'est un circuit entre 2 rubalises d'une longueur de 200 à 300 mètres qui veut représenter ce que le coureur d'orientation rencontre en course: passage d'obstacles naturels, changement de direction, passage entre les arbres ...



ECO du NOSE

La séance est terminée, les balises sont déjà récupérées et contrôlées, le bus n'est pas loin



ECO de Pélussin

prêts pour commencer l'entraînement

Coupe de ligue Auvergne Rhône Alpes - année 2021

Classement des clubs: cette année, les points marqués proviennent de 11 CDL en additionnant les 2 meilleurs scores par catégorie;

- NOSE **1/28** clubs ayant participé

Classement individuel: les points marqués sont additionnés pour les 5 meilleures courses CDL de l'année;

- D12: Anahi Perrin **1/52**, Juliette Pellissier **2**
- D14: Liv Perrin 4/26
- D16: Lise Pellissier **1/26**, Elsa Duvernay **2**
- D18-20: Justine Pellissier **3/24**, Liv Charbonnier 4
- D50-55: Véronique Héritier **1/43**, Odile Perrin **3**
- D60 et +: Marie Françoise Roux **1/24**, Sylvie Pitaval 4, Martine Villedieu 7
- H12: Arthur Chouleur 6/52, Bazile Milhau 10
- H16: Yann Chabance **2/30**, Arthur Perrin 6, Arthur Zaugg Plattard 8, Benjamin Berne 10
- H18-20 Costin André 6/35
- H21-35: Mathieu Perrin **1/79**, Arnaud Perrin **3**, Maxime Chabance 7
- H40-45: Éric Perrin **1/102**, Olivier Charbonnier 6, Nans Perrin 7
- H50-55: Gilles Perrin 5/50