

AVRIL 2024 N° 42

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

Séance ECO le 10 avril 2024 à Gramenand (42)



Groupe ECO (6 absents)



Groupe SECTION

Fin de séance, il a fait frais ! dans une forêt assez claire où chacun s'est confronté à ses compétences dernière séance du trimestre.

Les prochaines séances du mercredi

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

Peu de séances avant les grandes vacances ! On compte sur vous !

- mercredi 8 mai - **Férisé** - actuellement, rien de prévu
- mercredi 15 mai - **Marthes** - carte Forêt de l'Arbret
- mercredi 22 mai - **Le Bessat** - carte La Jasserie
- mercredi 29 mai - **Planfoy** - carte Croix de Trèves
- mercredi 5 juin - **Marthes** - carte Bois du Suc
- mercredi 12 juin - **La Digonnière** - carte Col de la République
- mercredi 19 juin - **Le Bessat** - carte des Grand Bois après-midi découverte, invitez copains, copines, familles ...

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

*Toutes les séances sont accessibles à tous les licenciés.
RdV au rond point F. Roosevelt pour covoiturage ou sur site.*

Les prochains entraînements du club

- mercredi 1 mai - **Férisé** - Sprint urbain, à **confirmer**
- dimanche 2 juin - **Pilat sud** - carte des Grands Bois
- Dimanche 23 juin - **Le Bessat** - carte Jasserie
- Dimanche 30 juin - **Col des limites** - pique-nique club

Les prochains déplacements

- 27 et 28 avril - **WE de sélection HD18** - Loire
- samedi 4 mai - **Championnat de F Universitaire de CO Montbrison** (42) relais sprint U puis course open
- dimanche 5 mai - **Championnat de F Universitaire de CO Col de la Loge** (42) MD individuelle U puis course CDL
- 18 et 19 mai - **Raid O'bivwak** (63) Vulcania
- 25 et 26 mai - **Aillon le Jeune** (73) CDL MD et LD
- 8 et 9 juin - **La Plagne** (73) CDL MD et Chpt de ligue LD
- 15 et 16 juin - **Collet de Doizieux** (42) CDL MD et LD **samedi 15, support du passage des balises de couleurs**
- 6 et 7 juillet - **Chalmazel** (42) CDL MD et LD

PASSAGE des balises de couleurs



Il se déroulera le samedi 15 juin au Collet de Doizieux. Comme pour d'autres sports, en CO, les compétences sont validées par une balisette en couleur du niveau qui sera passé. La balisette blanche avait validé la présence à au moins 5 séances de CO.

Cette épreuve est composée de différents item:

- une épreuve de connaissance écrite qui se déroulera avant ou après le 15 juin, vous avez reçu les documents des 3 niveaux de cette épreuve écrite de 2021, appliquez vous pour vous entraîner, essayez de faire les 3 niveaux, vous serez inscrits en majorité sur le niveau bleu. L'envoi des corrections a été fait hier.
- un parcours d'agilité, vous connaissez le principe, bien repérer le circuit à petite vitesse puis passer au niveau chronométrage.
- un suivi d'itinéraire adapté au niveau, simplement suivre le surligné violine et se rappeler les positions des balises rencontrées afin de débriefer à l'arrivée auprès du responsable. Nous en ferons au moins 1 avant le 15 juin.
- un circuit chronométré du niveau où vous serez inscrits, c'est ce que l'on fait tous les mercredis donc, pas de stress. Nous en reparlerons le mercredi.

Rappel pour l'obtention des balises de niveau supérieur

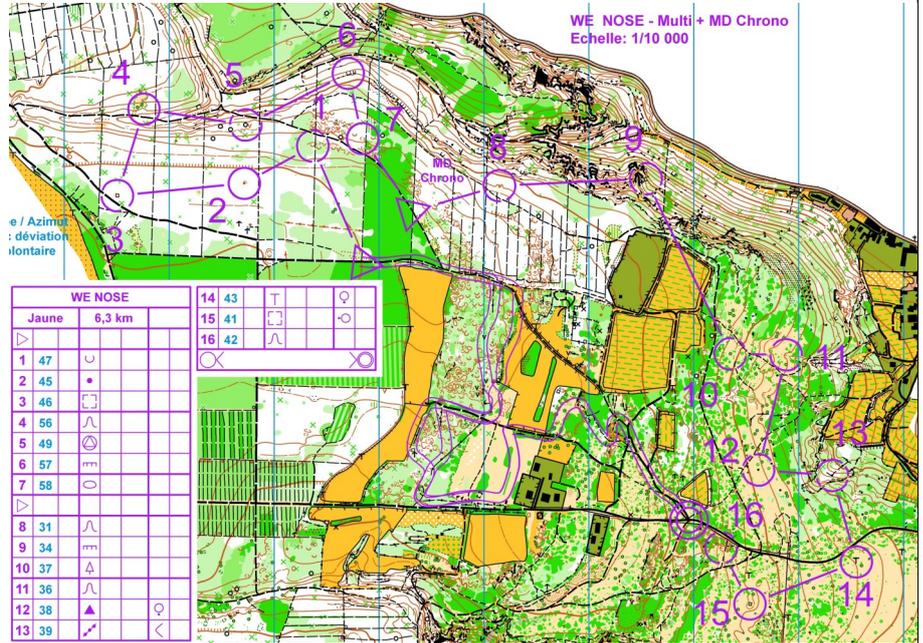


- Balise orange: réaliser 3 circuits orange, voire violet avec un CN minimum (le CN est différent entre les hommes et les dames)
- Balise violette: réaliser 3 circuits violet, voire noir avec un CN minimum (le CN est différent entre les hommes et les dames)
- Les balises de compétition, noire, bronze, argent et or dépendent du niveau de performance, lié au Classement National

Les balises de niveau orange et violet sont demandées par le club qui fournit les informations nécessaires à la commission jeune, les balises de compétition sont de la compétence fédérale.

Week-end de préparation au CFC (21)

les 9 & 10 mars du côté de Dijon
23 adultes - 9 jeunes ECO



Photos des jeunes ECO qui ont participé au stage, + 3 « anciens ECO » jeunes et une invitée.

Ci-contre le circuit jaune proposé le samedi après midi, avec, en première partie, un circuit multi technique sans chrono puis, au départ 2, un circuit type MD à réaliser en 20 minutes pour les meilleurs. Ensuite, un couloir où il ne faut pas sortir des traits en violette ...



Séance ECO de préparation à l'exercice de répartition

Le 13 mars sur la carte de La Pauze

Briefing de Véronique, les pieds dans la neige mais sous le soleil !

<==

Exercice de préparation aux Championnats départementaux UNSS et aux Championnats académiques UNSS .

Ces 2 épreuves se déroulent cette année dans la Loire, c'est une occasion à saisir !

Championnat départemental UNSS - exercice de répartition

Le 20 mars sur la carte de la Cx de Trèves, du côté de Fontfrède

Par équipe de 2, il faut se répartir un certain nombre de balises sans oublier les balises obligatoires pour chacun.

Une centaine de jeunes des établissements ligériens sont présents.

Ci-contre, la partie réflexion avant de partir ...

==>



Championnat de France de cross UNSS

le 21 mars à Dol de Bretagne (35)

La délégation du lycée Urfé, en forme !

Parcours très roulant, en herbe, sans bosse, peu de boue et brouillard breton.

<== les jeunes

Dol de Bretagne ==>



Week-end du Championnat de France des Clubs 29,30 mars et 1er avril

Tous les résultats et photos sur le site de l'organisation: <https://cfc2024.provence-co.fr/>

Championnat de France de Moyenne Distance le 29 mars à MAZAUGUES (83)

12 jeunes - 36 adultes

- D10: Alix Milhaud 10/24
- D16: Juliette Pellissier 7/44
- D20: Justine Pellissier 2/26, Lise Pellissier 7
- D21: Amélie Chataing 10/67
- D50: Véronique Héritier 5/41
- D65: M Françoise Roux 5/19
- D70: Martine Villedieu 7/7



- H20: Yann Chabance 9/23



- H21: Mathieu Perrin 2/95

- H50: Éric Perrin 1/38, Gilles Perrin 3



Mathieu

Course OPEN pour les non qualifiés au Chpt de France MD

- D50-55: Charlotte André 5/94, Odile Perrin 6
- H16: Bazile Milhaud 6/86



Clément

- H18-20: Thomas Chabot 2/72
- H35: Clément Valla 1/29, J Baptiste Guy 5



Thomas

Championnat de France des Clubs le 30 mars à MAZAUGUES (83)

11 jeunes - 40 adultes - les jeunes ECO sont notés en gras



Il y avait de la boue ... beaucoup de boue sur l'arène ... et de quoi se laver !

Départ de la N2

<==

Nationale 2

Fleury Roux, **Juliette Pellissier**, **Bazile Milhaud**, Corentin Roux, Liv Charbonnier, Véronique Héritier, Éric Perrin, Solène Droin 1/38



Nationale 1

Justine Pellissier, Clément Valla, **Arthur Chouleur**, Arnaud Perrin, Lise Pellissier, **Elsa Duverney**, Amélie Chataing, Mathieu Perrin 4/32

Très belle 4ème place après 5h30 et 59 secondes de course, a 4 minutes et 19 secondes de l'équipe du club ASO de Hte Savoie, première en nationale 1



Relais de la Sainte Baume

Franck Pellissier, Victor Apostol, Benjamin Pascal 3/77



Nationale 3

Liv Perrin, Maxime Chabance, **Anatole Fournel Malsand**, **Anahi Perrin**, Rémi Baudot, Yann Chabance 6/53

Nationale 4

J Baptiste Guy, Gilles Perrin, **Louise Bouteille**, Clarisse Laurens-Berge, Thomas Chabot, Odile Perrin 3/127

<== poste spectacle la balise était neuve ... au début de la course

Championnat de France de Relais Sprint le 1er avril à St Maximin la Sainte Baume (83)

11 jeunes - 31 adultes

CFRS qualifiés en équipe de 4

- Solène Droin, Arnaud Perrin, Mathieu Perrin, Justine Pellissier 5/60



CFRS OPEN

- D10: Alix Milhaud 7/20
- D16: Louise Bouteille 9/48
- D20: Lise Pellissier 2/50
- H16: Bazile Milhaud 1/57, Anatole Fournel 2
- H50: Gilles Perrin: 5/84



Le traceur proposait un circuit de sprint urbain avec l'ajout de labyrinthes, façon orient 'show' ... Entre les ruelles de St Maximin la Sainte Baume et ces labyrinthes, la pression était au max pour tous les participants .

Et ce n'était pas un poisson d'avril !!



Championnat académique UNSS de Course d'orientation - exercice de répartition

le 3 avril à la Croix de Chaubouret au Bessat (42)

180 élèves de l'Ain et de la Loire (en collège et lycée) ont participé à ce championnat et environ 30 jeunes des clubs du NOSE et de l'OE42.



Toujours ce même exercice de répartition, par équipe de 2, la règle reste la même et, à ce jeu, les jeunes de la section sportive ont réussi cette épreuve en catégorie « excellence ».

Ce Championnat a servi de séance d'entraînement pour les jeunes des clubs du NOSE et de Orient Express



1^{er} et 2^{ème} au championnat académique ce qui permet une qualification au

Championnat de France qui aura lieu à l'île d'Oléron du 22 au 24 mai 2024.

1^{er} : Tess Basset, Théo Degand, Jérôme Janod, Armand Talon

2^{ème} : Célestin Dufour, **Elsa Duverney**, Amaia Roche et Emilie Soulaire.



Derniers instants avant la prise de décision pour le meilleur choix d'itinéraire !

Le retour, après la balise d'arrivée, plus calme et avec le sourire.

Vulcan'O - les 13 et 14 avril en Auvergne (63)

des courses traditionnelles et des sélections pour les jeunes HD16, HD18, HD20 et HD21

CDL - samedi 13 avril à Aydat - MD 1 2 jeunes - 16 adultes

- Violet Court: Aurore Chomette **2/72**, Odile Perrin 5
- Circuit Vert: Antonin Chomette 9/12
- Circuit Orange: Anatole Fournel Malsand **3/47**

CDL - dimanche 14 avril à Mazayes - MD 2 2 jeunes - 15 adultes

- Violet Court: Aurore Chomette **2/69**, Odile Perrin 10
- Circuit Vert: Antonin Chomette 6/8
- Circuit Noir: Arnaud Perrin 4/88, Éric Perrin 6, Gilles Perrin 8

Sélection Sprint 1 - samedi 13 avril à Cournon d'Auvergne 6 participants HD 18-20-21

- H21: Mathieu Perrin **2/46**

Sélection Sprint 2 - samedi 13 avril à Gerzat 7 participants HD 16 et 21

- D16: Juliette Pellissier 6/16
- H16: Bazile Milhau 8/14
- H21: Mathieu Perrin **2/17**

Le groupe des jeunes qui ont participé aux sélections et leurs encadrants

Sélection Moyenne Distance - dimanche 14 avril à Mazayes 9 participants HD 16-18-20-21

- Circuit A (noir): Mathieu Perrin **2/45**
- Circuit D (noir): Juliette Pellissier 4/16

Sélection Longue Distance - lundi 15 avril à Mazayes 8 participants HD 16-18-20

- D16: Juliette Pellissier 4/16, Anahi Perrin 10
- D18: Elsa Duverney **2/6**
- H16: Bazile Milhau 9/14, Arthur Chouleur 10
- H20: Arthur Perrin **2/14**



Un peu de précisions quant au rôle du DN

Le DN est le Délégué National, il est le représentant et l'interlocuteur de la fédération auprès des organisateurs. C'est un conseiller et un expert en matière de préparation logistique de la manifestation. Il est le premier expert en contact direct avec les organisateurs.

Il doit à ce titre s'assurer très tôt qu'ils ont pris connaissance du cahier des charges des compétitions du groupe national et qu'ils en suivent le contenu.

Il est en relation étroite avec la commission juges et arbitres à laquelle il fait parvenir des comptes rendus réguliers via le secrétariat fédéral sur l'état d'avancement et sur les éventuels dysfonctionnements.

(Extrait du mémento du corps arbitral)

Ses tâches commencent 1 an 1/2 à 2 ans avant la compétition avec une visite terrain afin de valider l'accès, l'arène, les parkings, les zones des divers ateliers et la classification du site (parc naturel, Natura 2000...). S'ensuit un compte-rendu qui permet au comité directeur de la fédération de valider la demande des organisateurs.

Le DN est ensuite en contact permanent avec le directeur de course afin que toutes les actions se déroulent correctement comme la parution des gels des terrains, les diverses autorisations d'accès, le montage du budget, l'articulation de l'organigramme, la communication, l'aspect développement durable, la présence des secours, le matériel technique et informatique, la validation de l'annonce de course, la mise en page de la carte... et éventuellement participer aux réunions avec les élus,

Il se met en contact et partage les informations avec le CCN (Contrôleur des Circuits National) et avec l'AN (Arbitre National) afin de créer une cohésion dans l'équipe des experts, leurs nominations arrivant plus tardivement.

Le DN a la responsabilité décisionnaire d'annuler une course, ainsi les 2 nationales en Ardèche en avril 2022 pour raison d'intempéries et plus lointains, le WE du CNE 2020 à La Palmyre, annulé par le DN en raison d'un dossier incomplet, il manquait l'autorisation d'accès à l'hippodrome.

Le rôle des différents experts, DN, CCR et AN est finalement assez transparent pour l'ensemble des participants, concurrents et bénévoles.