Règlement de course et informations
Rouen, le 28/11/2026 – 8 ième Edition

GENERALITES :

Cette année notre épreuve « **LA CHOUETTE ORIENTATION** » vous propose cinq parcours :

Trois proposés par ALBE Orientation inscrits au challenge Normand des raids de nuit de la **Ligue de Normandie de Course d'Orientation,** deux parcours loisirs proposés par ALBE Sport-Nature.

Parcours ALBE Orientation inscrits au Challenge, chronométrés :

- 7km « LES TROTTEURS » techniquement facile.
- 14km « LES ORIENTEURS » techniquement difficile
- 19km « LES RAIDEURS » physiquement et techniquement difficile.

Parcours ALBE Sport Nature, loisirs, non chronométrés :

- Le COpen se déroule sur un parcours de 10 km.
- Le Téléthon se déroule sur un parcours de 5km.

SITUATION :

Pour tous les parcours l'accueil, le départ et l'arrivée sont situés dans le Stade Saint-Exupéry à Rouen.
Les plus petits parcours 5, 7 et 10 km se dérouleront sur le territoire de la commune de Rouen.
Les autres communes traversées par la course sont :

- Darnetal et Saint-Léger du Bourg-Denis pour le 19 km.
- Bonsecours pour le 14 et 19 km

Nous vous encourageons à utiliser les transports en commun pour parvenir au site de course.
Et à n'utiliser que les parkings autorisés. Une communication vous sera faite lors de votre engagement pour vous préciser tous les moyens pour parvenir au stade Saint-Exupéry.

Les installations de Saint-Exupéry sont très confortables, nous protégerons les sols et prévoyons une zone de déchaussage à votre retour de course.

1. La salle dispose de sanitaires. Les douches se trouvent dans l'enceinte du gymnase.
2. Vous pouvez déposer vos affaires et vos sacs dans les gradins dans la salle.

ACCUEIL

A partir de 16h accueil de TOUTES les EQUIPES et TOUS les COUREURS pour validation des inscriptions. Vous récupérerez la feuille de route et le doigt électronique de pointage.

HORAIRES des départs et heures limites d'arrivée :

Briefing obligatoire 15 minutes avant le départ des courses.

	Accueil	Briefing	Départ	Limites horaires en course	Heure limite d'arrivée
RAIDEURS 19 KM	De 16h00 à 17h00	17h15	17h30	20h45 – Balise 60 dans la cour de la cathédrale 20h45 – Balise 67 à l'Aitre Saint-Maclou	3h30 de course après votre départ
ORIENTEURS 14 KM	De 16h00 à 17h20	17h35	17h50		2h50 de course après votre départ
COpen 10 KM	De 16h30 à 17h50	18h05	18h20		2h20 de course après votre départ
TROTEURS 7 KM	De 16h30 à 18h15	18h30	18h40		2h00 de course après votre départ
TELETHON 5 KM	De 16h30 à 18h30	Individuel	De 17h30 à 19h Départs libres		20h30

Heure de fermeture espaces communaux spécialement ouverts pour la course

Certains espaces seront clos et les balises inaccessibles après 20h45.

- Aître Saint-Maclou, balise 67
- Cour de la Cathédrale, balise 60
  Organiser votre parcours en tenant compte de ces barrières horaires.

REGLEMENT ET CONSIGNES DE COURSE :

Acceptation des conditions de participation : Les participants à toutes les courses de la Chouette Orientation doivent avoir lu, accepté et signé les conditions de participation qui couvrent les points suivants : Règles de participation, attestation ou questionnaire médical de participation, attestation d'assurance, responsabilité des coureurs.

Règles de participation : Vous certifiez à l'organisateur de l'événement auquel vous vous inscrivez, ainsi que vos équipiers, que vous vous engagez à respecter et à faire respecter le règlement du challenge des Raids de nuit et celui de l'épreuve. En procédant à cette inscription, vous déclarez être majeur. Dans le cas où vous inscrivez une personne mineure, vous certifiez avoir l'autorité légale afin de procéder à cette inscription. Dans le cas où vous inscrivez une tierce personne, vous déclarez avoir reçu l'accord préalable de celle-ci et vous déclarez également que cette tierce personne a pris connaissance et accepte le règlement de l'épreuve. Conformément aux usages unanimement admis et reconnus, relatifs aux inscriptions à des épreuves sportives, en cas d'annulation d'une épreuve sportive ou dans le cas où la personne inscrite ne participe pas à l'épreuve à laquelle elle s'est inscrite, les paiements seront conservés par l'organisateur et ne pourront donner lieu à aucun remboursement. Cette clause est valable quelle que soit les raisons de l'annulation.

B/ Attestations médicales de participation - Licence, questionnaire de santé ou certificat médical :

1 – La participations aux épreuves sportives compétitives Trotteurs, Orienteur ou Raideur organisée par ALBE Orientation et agréées par la Fédération Française de Course d'Orientation est subordonnée à :
Avant qu'il ne prenne le départ, la présentation d'une licence compétition annuelle FFCO ou pour les non-licenciés FFCO auxquels ces compétitions sont ouvertes, la délivrance d'un Le Pass'Découverte Compétition.
De plus, pour une personne majeure, la présentation d'une attestation signée indiquant qu'elle a pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport, - pour une personne mineure, soit la présentation d'une attestation par les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur que chacune des rubriques du questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur (défini par l'arrêté du 7 mai 2021) a été rempli conjointement par eux et qu'il a donné lieu uniquement à des réponses négatives ; soit, à défaut, la présentation d'un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la

pratique sportive datant de moins de 6 mois. En cas de non-présentation de ce justificatif, le concurrent ne pourra prétendre à la participation à l'épreuve ni à un quelconque remboursement des frais engagés.

2 – La participations aux épreuves sportives non compétitives de type « loisir », qui ne donne pas lieu à un classement, le Téléthon, la COpen organisées par ALBE Sport Nature, association non affiliés à la Fédération Française de Course d'Orientation est subordonnée à :
Avant qu'il ne prenne le départ, la présentation d'une attestation signée indiquant qu'elle a pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport, - pour une personne mineure, soit la présentation d'une attestation par les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur que chacune des rubriques du questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur (défini par l'arrêté du 7 mai 2021) a été rempli conjointement par eux et qu'il a donné lieu uniquement à des réponses négatives ; soit, à défaut, la présentation d'un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique sportive datant de moins de 6 mois. En cas de non-présentation de ce justificatif, le concurrent ne pourra prétendre à la participation à l'épreuve ni à un quelconque remboursement des frais engagés.

Attestation d'assurance. Pour toutes les courses du chalenge, les participants doivent être couvert par une assurance. Soit par leur licence FFCO ou par un titre de participation PASS' découverte compétition. Les participants aux courses loisir doivent certifier être en possession d'une assurance individuelle accident. Si vous souhaitez souscrire un PASS' Loisir santé, vous pourrez le faire lors de votre enregistrement (3,00€).

Responsabilité du coureur et décharge de responsabilité : Sur les voies ouvertes à la circulation publics ou privées, le coureur doit respecter scrupuleusement le code la route et ne pas courir sur la chaussée. Il doit veiller à sa propre sécurité, respecter les consignes de sécurité éditées dans le règlement de l'épreuve communiqué avant la course. Il doit sur son itinéraire contourner les zones ou les objets dangereux signalés sur la carte. Les blessures, accidents, voire décès, des inscrits lors de leur participation aux épreuves ou lors de leurs entraînements sportifs sont de leur entière responsabilité. La responsabilité de l'administrateur ou des propriétaires ou gestionnaires des sites de course ne pourrait être engagée d'aucune manière que ce soit.

Respect des interdictions. De nombreuses zones sont notées comme infranchissables (espaces privés, plates-bandes, voies dangereuses, champs cultivés, clôtures etc.), elles ne doivent pas être franchies sous peine de mise hors course (Voir « interdictions en CO » ci-dessous).

Respect de l'environnement. La course d'orientation c'est d'abord l'amour de la nature et le respect de l'environnement, de la faune et de la flore. Gardez avec vous vos déchets, prévoyez une poche assez grande pour les contenir et ne pas les laisser s'échapper. Vous trouverez sur votre parcours partout dans la ville assez de poubelles pour les déposer. Le manquement à cette règle est synonyme de mise hors course immédiate.

En cas d'urgence. Pendant la course, vous pourrez appeler l'organisation les secours ou le médecin, ces numéros se trouvent sur la feuille de route.

Les cartes. Dessinées aux normes ISPROM 2029 et ISOM 2017. Toutes les balises sont déjà cartographiées à l'exception de certaines dans les défis. Ceci est expliqué dans les consignes de course. Nous vous conseillons vivement d'élaborer une stratégie pour optimiser votre parcours et ne pas oublier de balise. Il est conseillé d'emmener un stylo (type petit marqueur sinon le stylo risque de « glisser » sur le papier anti-pluie) afin de tracer, si besoin, votre parcours. Un jeu de carte est fourni participant papier ou pretex suivant votre inscription.

Le pointage des balises. Sur le parcours des 19 km et 14 km deux équipiers seront porteur d'une puce de chronométrage. Toute balise non pointée par 1 équipier entrainera une pénalité pour l'équipe.
Sur le 5 km et le 7 km et 10 km une seule puce par équipe.

La barrière horaire. Il incombe aux coureurs d'arriver avant l'heure limite.

Heures limites. Au-delà des temps de course pour chaque parcours une pénalité sera attribuée par tranche de 5 mins (à partir de 1s et jusqu'à 4mins59s : 1 heure de pénalité, entre 5mins et 9mins 59s : 2 heures…).

Les résultats. Pour les courses du challenge, le classement sera établi par points, puis par temps de course. Chaque balise à la valeur d'un point. Pour les couses loisir votre résultat individuel sans classement vous sera communiqué à l'arrivée et sera affiché sur le site web de l'ALBE Orientation dans les jours suivants la course.

Récompenses. Uniquement aux participants des courses du challenge pour les premiers de chaque circuit.

Raideur : 1ère équipe mixte, 1ère équipe femme et la 1ère équipe homme
Orienteur : 1ère équipe mixte, 1ère équipe femme et la 1ère équipe homme
Trotteur : 1ère équipe mixte, 1ère équipe femme et la 1ère équipe homme
Pas de récompenses sur le COpen et le TELETHON

Le matériel obligatoire.

- **Par équipe :** Une boussole, un téléphone portable, une couverture de survie, la feuille de route.
- **Par équipier :** Un gilet fluo, un système d'éclairage performant, eau et ravitaillement solide pour plusieurs heures d'effort et nous vous conseillons également de vous munir d'une boussole, de stylos ou feutres (pour tracer votre parcours) et d'avoir les jambes couvertes.