



Corrèze O' Week

7 JOURS DE COURSE

DU 17 AU 24

**AOUT
2025**


CORREZE
LE DÉPARTEMENT

PROGRAMME

Du 17 au 19 août

4 courses : LD, MD, sprint , mass
start de Nuit
autour du Lac de Vassivière

Le 20 août

MD à Peyrelevade

Le 21 août

Entraînements à Peyrelevade

Le 22 août

Sprint à Meymac et Challenge
National des Jeunes Orienteurs

Le 23 août

Championnat de France LD
à Viam

Le 24 août

Championnat de France de
relais à Bugeat

Info : <http://brivelimousinco.fr>



Le mot de Bienvenue

Tout bon Livret d'accueil se doit de commencer par vous souhaiter la Bienvenue !

Bienvenue à la COW, en Corrèze, pour le jeu de mot, mais la semaine ne se déroulera pas uniquement dans ce département. Bienvenue surtout en LIMOUSIN.

Ancienne région, qui réunissait la Corrèze, la Haute Vienne et la Creuse, c'est maintenant cette région qui nous a réunis avec la fusion des 3 clubs : BRIVE Corrèze CO, Orientation 87 et Creuse Oxygène, pour donner maintenant BRIVE LIMOUSIN C.O.

Nous espérons que vous allez apprécier ce territoire, et nous avons fait tout notre possible pour que cela se passe bien.

Cependant, il faut le répéter, nous ne sommes que des bénévoles, et nous avons tous pris du temps sur nos congés et nos temps libres, pour vous proposer des courses qui, nous l'espérons, vous satisferont.

Il devient de plus en plus compliqué d'organiser de tels événements avec les différentes contraintes administratives, et nous sommes toujours très nombreux à nous déplacer... Soyez donc vigilants à bien respecter les consignes que nous allons vous donner (parking, covoiturage, ravitaillement, sécurité, déchets, etc), il en va de l'avenir de notre discipline et l'avenir du bénévolat !

Merci à vous et profiter bien de cette semaine au cœur du Limousin.

Yannick BEAUVIR



Consignes ou Informations valables pour la semaine :

- Remise des prix uniquement sur les CFLD et CF de relais de catégorie.
- Un lot coureur sera donné à l'ensemble des coureurs.
- Il n'y aura pas de garderie, à part le samedi 23 Août.
- Pas de gobelet à l'arrivée - il y a une rampe à eau, prévoir son gobelet ou son bidon.
- Nécessité d'optimiser le covoiturage (venir seul dans sa voiture paraît inconcevable).
(Les zones de parking ne sont pas infinies et chercher à réduire l'impact carbone des manifestations sportives doit nous faire agir).

Vous êtes nombreux, pensez à venir tôt pour avoir le temps de vous garer (on ne pourra pas garer 500 véhicules en 1 heure !)

- L'été a été très sec (même dans cette région souvent humide) : pas de feu, et de cigarettes sur les arénas et en forêt.
- Pas de poubelle sur les arénas. Chacun ramène ses déchets. Nous devons continuer à être exemplaire vis-à-vis des personnes qui nous autorisent à venir sur leur terrain !
- Dossards uniquement pour le CF relais.
- Toutes les courses sont en SI Air
- Présence des vendeurs de matériels sur les arénas.



Plan pour les 3 courses autour du Lac de Vassivière

Accueil, Arrivée et GEC
pour les 2 courses
Dimanche et Mardi soir,
WC

Secours :

45°48'03.6"N
1°50'21.8"E

Arrivée et **Secours** :

45°48'00.4"N 1°51'52.8"E

Parking : zone dégagée
et bords de route

Départ LD

Départ Mass start

Départ

Accueil
et WC

Buvette- Restauration :

Dimanche midi : non. Il y en a aura au
Festival du Conte,

Lundi : 2 Food Truck sur l'île + restaurant
(Réservez rapidement le jour même, pas
de réservation en amont).

Parking
Champ + WC





Infos Course LD à Auphelle du Dimanche 17 Août :

Parking : 45°48'07.0"N 1°50'37.1"E

Accueil : à partir de 9h, Distance Accueil-Départ : environ 400 m, Distance Parking-Accueil environ 500m, Distance Arrivée-Accueil : sur place

Infos Courses :

La carte a été refaite en début d'année et déjà nous pouvons trouver des changements.

Au niveau de la végétation, elle est très luxuriante et donc plus difficile à passer par rapport à ce qui est noté.

Exemple :



Les ronces mesurent 1 mètre de haut

Le traçage a fait en sorte d'éviter ces zones !



Les ronces mesurent 2 mètres de haut

Dans les zones de sapins, les layons ne sont plus très lisibles. Nous avons fait le choix d'en effacer une partie pour faciliter la lecture de carte.

Dans la partie Sud, tout est blanc mais attention l'herbe a beaucoup poussé (1 m de haut) laissant peu apparaitre les petits éléments.

Au niveau courabilité, toujours dans la partie Sud, elle n'est pas très bonne due aux nombreux pierriers et touffes d'herbes. Attention à vos chevilles.

Catégorie	Circuit	Distance (km)	Dénivelé (m)	Nb de balises
H35 H21 H20	A	8.6	305	20
D35 D21 D20	B	6.76	250	18
H18 H40	C	7.3	250	19
D18-40-45	D	6.02	215	16
H45	E	6.37	225	19
H50-55	E bis	6.33	220	18
D50-50-55	F	4.66	150	15
H60-65	G	5.15	165	16
D60-65 H70-75	H	3.82	115	9
D70 et + H80 et +	I	2.53	65	10
HD 16 et Open	K	5.28	175	12
HD14 et Open	L	3.47	80	13
HD12	M	2.59	65	12
HD10	N	2.38	40	11
Jalonné	J	2.16	40	10



Photo caractéristique de la zone avec des herbes sèches qui gênent la visibilité (voir le rocher sur la photo).





Infos Course MD à Vassivière du lundi 18 Août :

Parking : 45°47'27.9"N 1°51'50.3"E

Distance pour aller au départ : 800 mètres.

Accueil avant la passerelle.

Toilettes sur le parking, à l'accueil et à l'arrivée.

Cette île est le siège du centre international d'Art et du Paysage. L'île de Vassivière présente une forêt typiquement limousine mêlant résineux et feuillus, parsemée des œuvres que les différents artistes associés au Centre ont imaginées. Le site permet aussi la course dans des espaces ouverts et des sentiers.

Deux passages obligatoires à respecter pour franchir la clôture à l'Est de la balise 39 et deux zones interdites à cause de la présence d'animaux.

Pour le reste de la course, il existe des passages sur la carte à privilégier pour passer d'une parcelle à une autre.

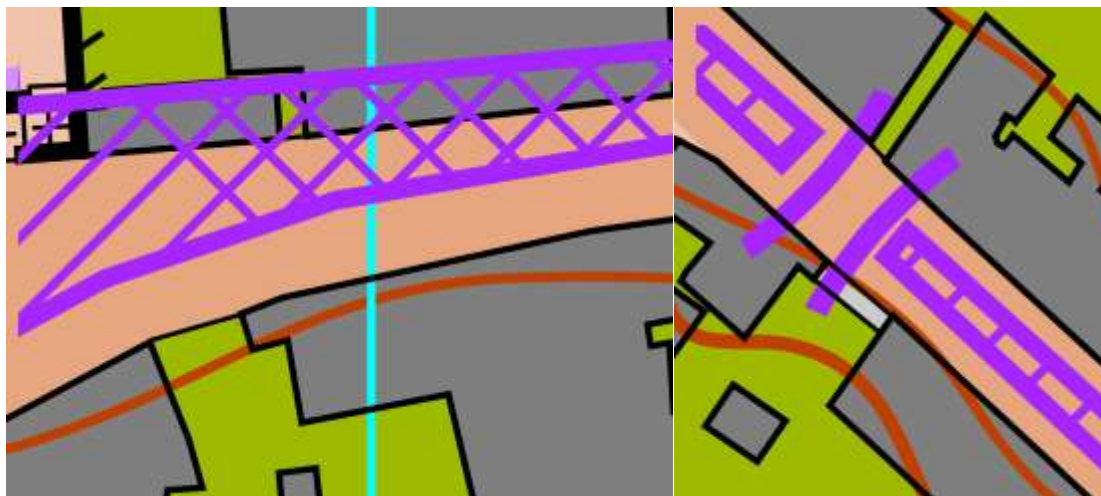
Pour ceux qui veulent installer une tente club à l'arrivée, il y a 1 km depuis le parking. Vous devez rester exclusivement sur le chemin qui y mène. Le reste est interdit tant que vous n'avez pas couru.

Parcours MD VASSIVIERE			
Parcours	Longueur	Dénivelé utilisé	Nb de contrôles
A H20 H21 H35	5,06	210	22
B D20 D21 D35	4,93	205	22
C H18 H40	4,67	205	19
D D18 D40 D45	3,87	170	20
E H45	3,7	160	18
E Bis H50 H55	3,5	140	17
F D50 D55	3,21	130	17
G H60 H65	2,53	120	16
H D60 D65 H70 H75	2,43	95	14
I D70 et + H80 et +	2,13	80	14
K H16 D16	3,35	150	16
L H14 D14	3,25	105	15
M H12 D12	1,95	65	12
N H10 D10	1,86	65	11
J Jalonné	1,37	50	6



Rappel pour les 2 sprints : les HD 10 pour des raisons de sécurité doivent être accompagnés (par qq'un qui a déjà couru)
Il n'y a pas de sur classement chez les Jeunes (Nous les avons positionnés dans le circuit de leur âge)

Consignes spéciales :



La circulation n'est pas coupée lors de la course, le respect du code de la route est donc de mise. Afin de sécuriser la zone de course, quelques points d'attention sont à noter :

- Il est possible de traverser les routes contenant le symbole de zone interdite (709) uniquement aux points de passages obligatoires notés sur la carte (symbole 710.1).
- La course est autorisée le long de toutes ces routes, de préférence sur les trottoirs.

Des contrôleurs seront présents à chaque passage obligatoire. Ces passages obligatoires sont, pour la plupart, associés à des passages piétons sur le terrain.

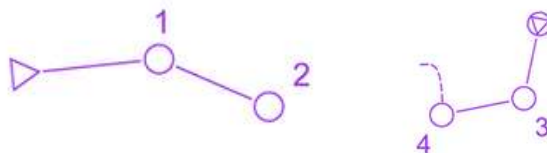


Un changement de carte sera présent pour la majorité des circuits (sauf circuits I et J). Ce changement de carte s'effectuera sur le même côté de votre carte (voir exemple ci-dessus), vous n'aurez donc pas à retourner votre carte car tout apparaît sur le verso. La partie 1 sera située à gauche de la carte et la partie 2 à droite de la carte. La partie 1 se termine par un poste (*Figure 1*) et la partie 2 démarre par un triangle de départ au sein duquel se trouve le même poste (symbole 715) que celui sur lequel se termine la partie 1 (*Figure 2*).



Figure 1 : Première partie de course

Figure 2 : Deuxième partie de course



La fin de la course se déroule dans une zone restreinte et l'afflux de coureurs sera donc important. Faites attention aux croisements de rues au sein desquels des accidents peuvent se produire si vous n'êtes pas attentifs. Nous vous conseillons de signaler votre présence à l'approche de ces croisements.

Distances :

- Parking - Départ : 450m
- Parking - Accueil : sur place
- Arrivée - Parking : 500m

Parcours :

Distance pré-départ - départ : 30m

Boîtiers AIR+

Nom du parcours	Catégories	Longueur (km)	Dénivelé (m)	Nombre de postes	Changement de carte
A	H20, H21, H35	3,3	70	20	Oui
B	D20, D21, D35	2,8	60	16	Oui
C	H40, H45, H50	3,1	65	16	Oui
D	D40, D45, D50	2,4	45	14	Oui
E	H55, H60	2,6	55	16	Oui
F	D55, D60	2,2	30	14	Oui
G	H18	3,1	65	18	Oui
Gbis	D18	2,7	55	15	Oui
H	H16	2,7	50	17	Oui
Hbis	D16	2,6	55	14	Oui
I	H65+	2,3	40	13	Non
J	D65+	2,1	30	11	Non
K	H14	2,6	50	16	Oui
Kbis	D14	2,3	30	13	Oui
L	H12, D12	2,2	40	17	Oui
M	H10, D10	2,0	30	14	Oui



Infos courses Mass start de nuit Michel Parzych du mardi 19 Août

Organisé par le GPNA et pour le GPNA et en mémoire de Michel

Il s'agit d'une course départ en Masse de nuit qui se veut ludique ; c'est une sorte de « KO W MD » où toutes les vaches ne vont pas regarder les trains mais essayer de les suivre. Bonne visibilité, zone relativement petite, de quoi bien s'éblouir... !

- Accès : D 222 direction Lac de Vassivière – Coordonnées : 45.80500572244027, 1.8413015364028995
<https://maps.app.goo.gl/QngvfBFwqc8GQC3R8>

Distance parking-accueil : 100-1600 m

Distance arrivée-accueil : 1100 m

Distance accueil-départ : 1400 m (jalons)

● Horaires

Accueil à partir de 20h30

Départs à partir de 21h30 (H12/D12)

Fermeture des circuits 1h30 après le dernier départ

Pas de récompenses

● Détails des circuits

H20 - H21 - H35	A	3600	100	18	1/7500	A DEFINIR
D20 - D21 - F - D35	B	3600	90	16	1/7500	
H18 - H40	C	3900	110	16	1/7500	
D18 - D40 - D 45	D	3700	100	16	1/7500	
H45 - H50 - H55	E	3300	90	16	1/7500	
D50 - D55	F	3400	90	14	1/7500	
H60 - H65	G	3100	80	14	1/7500	
D60 - D65 / H70 - H75	H	2500	80	13	1/7500	
D70 et + / H80 et +	I	1800	70	12	1/7500	
H16 / D16	K	3500	90	16	1/7500	
H14 / D14	L	2800	70	12	1/7500	21H40
H12 / D12	M	2200	60	12	1/7500	21H30





Infos Courses MD à Peyrelevade du Mercredi 20 Août

Le mot du traceur :

La moyenne distance de la COW 2025 de Peyrelevade utilise les magnifiques terrains situés à l'ouest du hameau de Chamboux ; il s'agit d'une partie de la carte utilisée pour les championnats de France de longue distance 2011. Depuis, seuls quelques raideurs de *The Race 2023* ont eu l'occasion de fouler ces lieux, restés préservés de toute compétition officielle.

Cette partie du plateau de Millevaches, à environ 800 mètres d'altitude, est superbe avec des paysages ouverts, comme ceux visibles depuis l'aréna.

Pour le coureur, le terrain propose une alternance de zones humides (où la progression pourra être nettement ralentie), de landes, de prairies, de zones ouvertes parsemées de fougères parfois hautes, et bien sûr de forêts. Celles-ci seront tantôt très franchissables (hêtraies, pelouses sous résineux), tantôt plus denses et encombrées de ronces.

Le relief sera également à prendre en compte et il sera assurément judicieux de garder quelques forces pour la fin de la course où le dénivelé devrait se faire sentir.

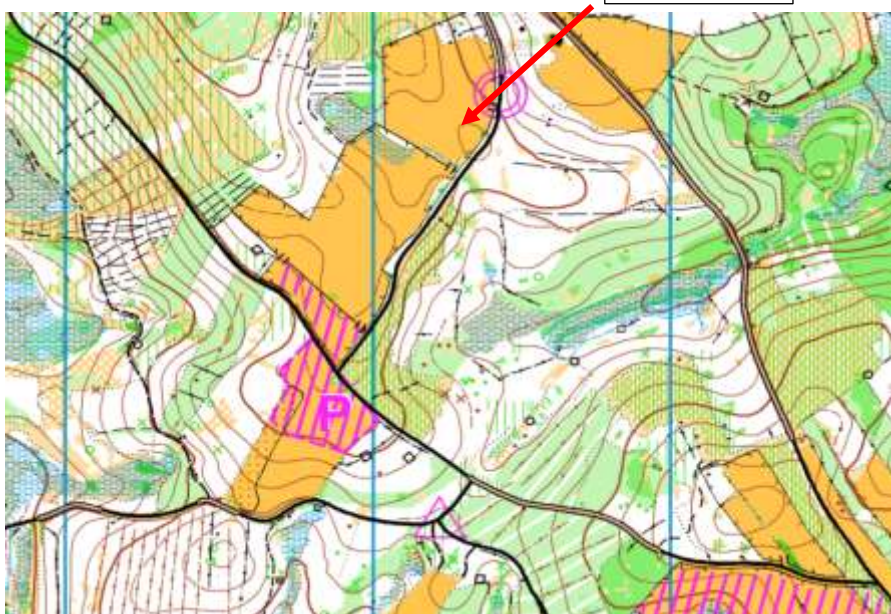
Enfin, en dehors des pistes, le réseau de sentiers est pauvre et les circuits vert et bleu utiliseront des mains courantes pouvant être inhabituelles pour ces niveaux de traçage.

Accès :

Attention : sens de circulation ! Tout le monde doit arriver par le fléchage (45°42'23.4"N 2°02'50.4"E) (par le Vinzannet) et repartir dans le même sens vers le Nord-Ouest. Sinon il sera impossible de se croiser !

Parking, départ, et aréna à moins de 500 mètres.

Aréna



Tentes, accueil, WC et GEC et

Secours :

45°41'33.3"N 2°00'41.2"E

Présence d'une buvette, et
restauration (sandwichs et
gâteaux)



Parcours MD Peyrelevade			
Parcours	Longueur	Dénivelé utilisé	Nombre de contrôles
	[km]	[m]	
A-H21/H20/H18	5,32	150	22
B-D20/D21/D35	4,52	130	20
C-H18/H40	4,66	150	21
D-D18/D40/D45	3,48	125	17
E-H45	4,38	135	21
Ebis-H50/H55	4,36	135	21
F-D50/D55	3,38	105	17
G-H60/H65	3,13	100	18
H-D60/D65/H70/H75	2,75	90	13
I-D70et+/H80et+	2,73	85	14
K-H16/D16/Open	3,64	125	16
L-H14/D14/Open	3,15	95	15
M-H12/D12	2,31	70	14
N-H10/D10	1,94	60	14
J-Jalonné	2,32	60	10



Jeudi 21 Août : entraînement ou repos !

Les cartes étaient à commander. Elles seront à retirer après règlement, à l'accueil le mercredi sur place.

Merci de bien respecter les consignes sur la carte (parking notamment) et de ne pas aller sur place le vendredi.

(Les accords des propriétaires ne sont valables que le jeudi, si vous ne voulez pas que nous ayons ensuite des interdictions d'accès, merci encore de bien respecter cela).

Sur Peyrelevade, nous allons laisser les toiles et rajouter quelques fanions sur les exercices.

Ramassage des toiles et fanions le jeudi même à 18h

Pour le Lonzac, nous avons mis des rubalises vertes « Corrèze » avec le numéro écrit dessus.

Pour ceux qui iront flâner, nous allons organiser un jeu pour trouver un objet aux confins des 3 départements. Un lot sera tiré au sort parmi ceux qui le découvriront ! Affaire à suivre sur les réseaux Instagram et facebook ! Abonnez vous 😊



Infos course SPRINT à MEYMAC du vendredi matin 22 Août :

Vous devez accéder uniquement par le fléchage et ne pas traverser Meymac (qui sera barré de toutes façons).

45°31'23.0"N 2°08'14.9"E

Parking :

- Autour du Gymnase : 300 mètres du pré-départ H-2,
- Parking allée des Bruyères, 700 mètres du Gymnase donc 1 km du pré-départ

Pas d'installation de tentes clubs sur l'aréna (pas d'accès à la place de l'arrivée avant votre départ).

Pour les sélections JEC : ouverture de la quarantaine au Gymnase à 8h30, fermeture à 9h. Les jeunes qui font ces sélections seront les premiers à partir.

Tout comme à Eymoutiers, certains circuits ont un changement de cartes qui se fait sur la même carte et le même verso (sur une deuxième « vignette »). Voir le tableau des circuits pour savoir si vous êtes concernés.

Il y a 2 « barrières » : l'une qui est « naturelle » car une rue est barrée par des travaux et une barrière artificielle qui sera identifiable sur le terrain par 2 bénévoles avec une rubalise en travers de la route à chaque extrémité, et sur la carte par de la hachure violette et un trait violet épais.

Des zones vertes infranchissables seront identifiées sur le terrain par de la rubalise afin de les rendre plus identifiables pour les coureurs. Celles qui ne sont pas entourées, demeurent bien entendu toujours infranchissables (interdites). Des contrôleurs seront présents sur le terrain pour vérifier et également pour sécuriser 3 passages piétons indiqués par le symbole « Passage », ce qui signifie que vous devez traverser cette rue uniquement à cet endroit mais que vous pouvez courir sur les trottoirs.



Pas de restauration, profitez des commerces locaux

Secours et arrivée : Place des Porrots : 45°32'05.2"N 2°08'46.4"E





Tableau des circuits :

Parcours	Longueur	Distance réelle	Dénivelé	Postes	Map flip
H21-35	2,1 km	3,5 km	60 m	20	x
D21-35	1,9 km	3,05 km	50 m	16	x
H40-45-50	1,7 km	2,8 km	45 m	17	
D40-45-50	1,4 km	2,24 km	42,5 m	14	
H55-60	1,4 km	2,13 km	42,5 m	13	
D55-60	1,2 km	1,85 km	40 m	12	
H18-20	2,1 km	3,4 km	55 m	20	x
D18-20	1,7 km	2,85 km	50 m	15	x
H16	1,85 km	2,75 km	42,5 m	16	
D16	1,33 km	2,27 km	40 m	13	
H65+	1,24 km	1,64 km	30 m	11	
D65+	1,12 km	1,60 km	20 m	11	
H14 et loisir jaune	1,01 km	1,46 km	22,5 m	10	
D14 et loisir jaune	0,86 km	1,2 km	20 m	10	
HD12 et loisir bleu	0,84 km	1,14 km	20 m	10	
H10 D10 et loisir vert	0,72 km	1,01 km	20 m	9	



Challenge National des Jeunes Orienteurs, Vendredi 22 Août

Présentation :

Le challenge est composé de plusieurs épreuves sur la journée du 22 août : le sprint organisé le matin sur la commune de Meymac (**il est nécessaire que les jeunes soient inscrits sur le sprint du matin + sur le challenge**, l'inscription au sprint n'est pas automatique) puis, l'après-midi, différents ateliers au Lac de Sèchemailles.

Les jeunes sont inscrits par équipe de 2 (l'ordre d'inscription sur le site fédéral définit l'ordre de passage sur le relais et le microsprint) dans les catégories HD10, HD12 ou HD14 (Fille, Garçon ou Mixte).

Le lac de Sèchemailles se situe à 2km du parking du sprint matinal à Meymac.

Coordonnées parking après-midi : <https://maps.app.goo.gl/L7ytXSsUGliCJY9P7>

Il n'y aura pas d'eau et de ravitaillement sur l'aréna. Toilettes et snack à 500m.



Planning de l'après-midi :

Le briefing aura lieu à 14h mais il est nécessaire d'être sur place en avance : récupération des dossards,... : penser à amener des épingles à nourrice.

Les participants seront répartis en 4 groupes (annoncés ultérieurement) pour permettre une rotation entre les différents ateliers :



	Groupe A	Groupe B	Groupe C	Groupe D
13h-13h50	Accueil (distribution dossards)			
14h-14h15	Briefing			
14h15-15h	Mémo		Microsprint	Quizz DD
			Quizz DD	Microsprint
15h-15h45	Microsprint	Quizz DD	Mémo	
	Quizz DD	Microsprint		
16h-17h	Relais			

Carte :

Ambrugeat – Lac de Sèchemailles

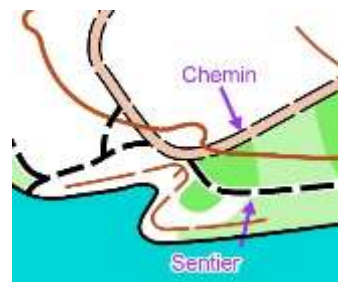
Réalisation : Juin 2025 (Pierre Martinez – Géodézic)

Spécification : ISSprOM 2019-2

Echelle : 1/4000, équidistance : 5m (pour toutes les épreuves sauf microsprint)

Rappel norme ISSprOM 2019-2 :

- Règlement : « La distance minimale à parcourir entre 2 postes est de 25 mètres et de 15 mètres en ligne droite. »
- **Il y a beaucoup de postes dans une petite zone : regardez bien les codes !**
- La représentation, sur la carte, entre un chemin et un sentier est assez différente bien que, sur le terrain, seule la largeur diffère.



Epreuves :

• **Sprint**

Il est nécessaire que les jeunes soient inscrits sur le sprint du matin + sur le challenge, l'inscription au sprint n'est pas automatique.

Informations de course dans la partie « sprint » du livret.

Le classement se fera par addition des temps des 2 équipiers.

Les HD10 doivent obligatoirement être accompagnés sur le sprint. Pour ne pas fausser le classement, chaque équipe comptabilisera, sur cette épreuve, la moyenne des points marqués sur les 3 autres épreuves (arrondie à l'entier inférieur).

Pour les épreuves de l'après-midi, les consignes et le fonctionnement seront redonnés avant chaque atelier. Voici les principales informations pour ces épreuves :

• **Mémo**

L'épreuve se déroule sous forme de relais. Il y a 6 balises à faire en aller-retour (une par une obligatoirement). Un carton avec l'ordre à respecter sera remis à chaque équipe avant le départ. L'équipier 1 devra réaliser les balises 1, 3, 5 et l'équipier 2 les balises 2, 4, 6. Il est indispensable de respecter l'ordre des balises.

Déroulement : Au top les 1^{er} relayeurs courent jusqu'aux cartes disposées au sol par catégorie, mémorisent l'emplacement (et le code) de la 1^{ère} balise qu'ils ont à effectuer (différente en fonction des équipes), se rendent à la balise et la poinçonnent, reviennent au départ, poinçonnent une balise dans le couloir passage de relais et donnent le relais au suivant qui part sur la balise 2 et ainsi de suite.



1 seule puce par équipe (celle du relayeur 1 obligatoirement).

Il y aura une balise obligatoire à poingonner avant chaque passage de relais.

Temps limite après lequel il n'est plus possible de partir : 30".

Le classement se fait par le nombre de balises bonnes. Pour un même nombre de balises bonnes, le temps départage les équipes.

	Distance*	Dénivelée*	Nombre de postes*
HD10 (vert)	0,9km	5m	6
HD12 (bleu)	1,4km	15m	6
HD14 (jaune)	1,8km	20m	6

* Pour l'équipe

- **Microsprint**

Echelle : 1/1000, équidistance : 2,5m

L'épreuve se déroule sous forme de relais avec 2 passages par équipier.

Pour simplifier le fonctionnement, les 4 boucles à effectuer pour une même équipe (relayeur 1 : boucle 1 et 3, relayeur 2 : boucle 2 et 4) seront sur une même carte A4 recto-verso. C'est donc la carte qui servira de passage de relais. **Les coureurs doivent être très vigilants d'utiliser la bonne carte sur la bonne boucle.** La numérotation des cartes sera la plus explicite possible.

Pas de numéro de code. Pas de définition (point au centre du rond).

30" de pénalité par balise supplémentaire et/ou manquante (pas de disqualification pour « PM »).

Pas de contrainte sur la distance entre deux postes ; les postes peuvent donc être très rapprochés.

Il est strictement interdit, sous peine de disqualification, de poingonner par-dessus les barrières ou rubalises ou de franchir ces dernières.

	Distance**	Dénivelée**	Nombre de postes**
HD10 (vert)	200m	2,5m	9
HD12 (bleu)	220m	2,5m	11
HD14 (jaune)	260m	2,5m	13

**Par boucle, par équipier

- **Questionnaire développement durable**

L'épreuve est obligatoire mais ne rapporte pas de points dans le classement du challenge.

- **Relais**

Départ en masse de toutes les catégories en même temps.

Les consignes pour le fonctionnement du passage de relais seront données sur place.

Passage spectacle en fin de course avec une dernière boucle de 2-4 minutes.

	Distance	Dénivelée	Nombre de postes
HD10 (vert)	1,4km	20m	13
HD12 (bleu)	1,7km	45m	14
HD14 (jaune)	2,2km	60m	20



Classement :

Sur chaque épreuve (hors microsprint), les PM marqueront le nombre de points du dernier de la catégorie +1.

- **Challenge de catégorie :** L'équipe gagnante est l'équipe qui totalise le moins de points dans sa catégorie d'âge sur l'ensemble des épreuves. Les 3 premières équipes : fille, garçon et mixtes de chaque catégorie seront récompensées. A égalité de points c'est le résultat à l'épreuve de relais obligatoire qui permet de départager les équipes.
Les équipes open sont classées et récompensées.
- **Trophée des écoles de CO :** L'école de CO d'un même club doit avoir une équipe mixte inscrite dans au moins 2 catégories d'âge. L'école de CO gagnante est l'école qui totalise le moins de points sur la somme des places réalisées par ses 2 meilleures équipes mixtes et sur 2 catégories d'âges. Les équipes open comptent dans le calcul du classement. A égalité de points c'est le résultat à l'épreuve de relais qui permet de départager les équipes (par la somme des classements).
Seule la première Ecole de CO est récompensée.

La remise des prix aura lieu le lendemain en même temps que celle du CFLD.

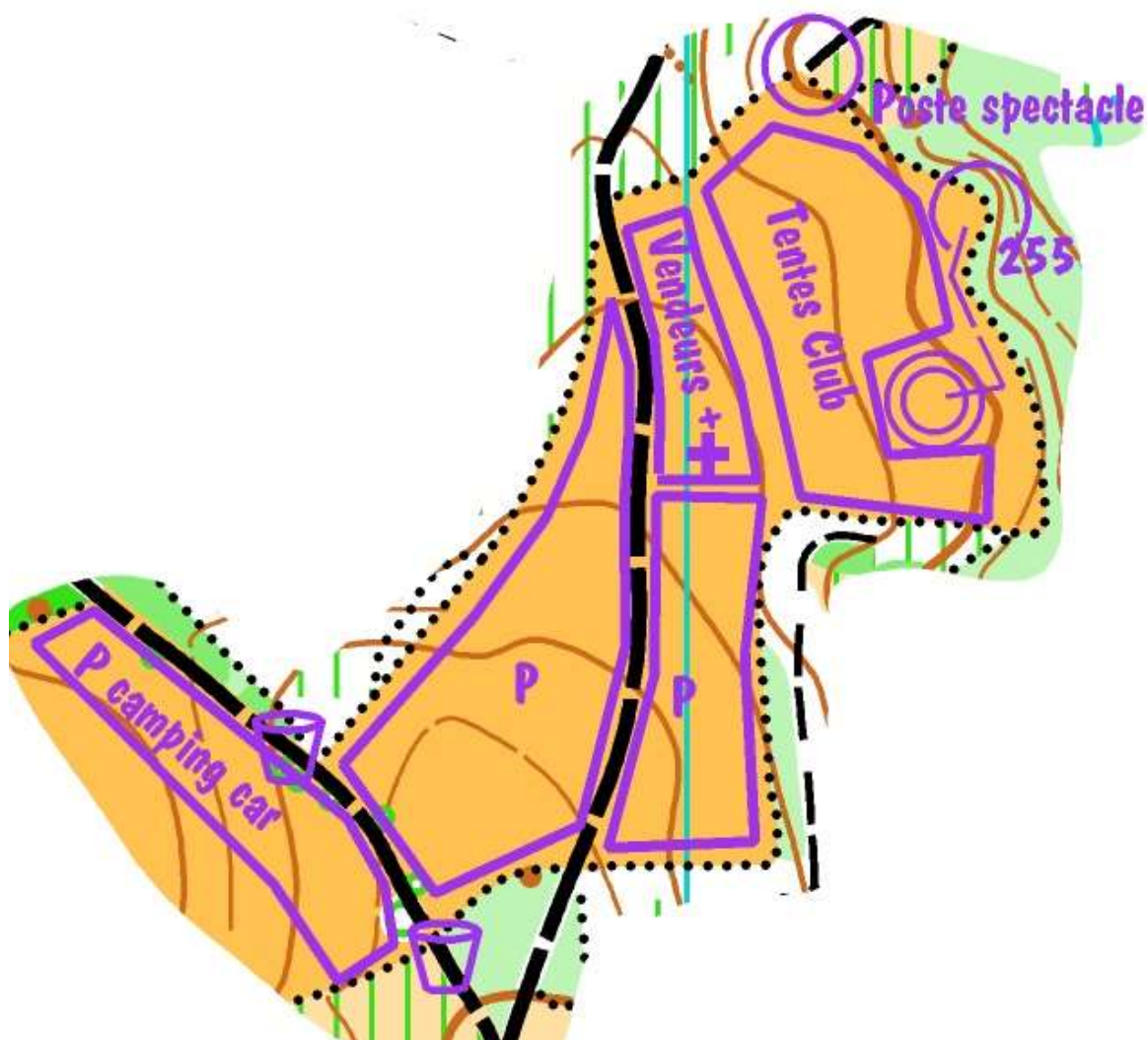


Infos courses CFLD et OPEN à Viam du samedi 23 Août

Vous devez accéder par le fléchage et ne pas suivre votre GPS !! Il y a des accès avec de très petites routes qui rendraient l'accès pour certains assez difficiles !

Début du Fléchage : 45°33'13.4"N 1°52'57.5"E, par la commune de GOURON MURAT

Secours: 45°34'23.6"N 1°51'45.7"E



Présence de producteurs locaux, buvettes, restauration (Burger avec viande Limousine)



INFORMATIONS très importantes :

Sachant que le parking est accessible par un sentier carrossable, il sera très très compliqué de se croiser.

Nous allons donc imposer un horaire maximal de descente et un horaire minimal de remontée :

Il sera donc interdit de remonter de l'aréna avant 13h30 et d'y descendre après cet horaire.

En cas de difficulté, nous ferons un système de « Feu » les uns montent et les autres attendant.

Prenez donc vos précautions pour arriver tôt le matin et tôt en début d'après-midi pour ceux qui font la course Open.

Le traçage a eu pour état d'esprit de vous faire profiter des zones techniques et des zones de blanc, avec des choix d'itinéraires.

La forêt est très variée avec de belles zones courables, des marécages, falaises, levées de terres. Il y a une alternance de pénétrabilité. La végétation basse (VB1) est facilement courable, en revanche la VB2 (hachures plus serrées) indiquent des ronces au sol, très souvent difficiles à franchir.

- Entre le printemps pluvieux et l'été très chaud, la végétation a poussé et peut ralentir.
- Le cartographe a fait une sélection sur les clairières en ne gardant que les grandes clairières.
- Le cartographe a généralisé les souches. La plupart des arbres couchés ne sont pas représentés, sauf si leur souche est proéminente.
- Les layons de débardage (qui ont tendance à disparaître) ne sont pas tous notés pour simplifier la lecture de carte.
- Il y a un ravitaillement pour les circuits dont le temps de course est supérieur à 50' (RC2025).
- Les ravitaillements sont sur un chemin (pas sur un poste) et indiqués par le symbole gobelet sur la carte.
- Il y a un poste spectacle (H4) pour les HD 21-20-35 et H18-H40-H45.
- Les plus longs circuits ont un itinéraire qui peut les faire passer par l'aréna et les parkings.
- Le parking et l'aréna sont interdits sur la carte et leur traversée conduira à la disqualification. Vous devez faire le tour par les bords des champs. (Et de toutes les manières, passer par les parkings vous amènerait à perdre du temps).
- Plusieurs parties des circuits du HD 10 et jalonné sont communes.
- Une attention particulière est à mentionner concernant la densité de postes dans certaines zones. C'est le cas pour la zone des premiers postes ainsi que la zone de retour sur l'aréna. Vigilance dans la lecture des codes.

Un tirage au sort parmi les coureurs de la journée, sera effectué par notre partenaire SportIdent pour gagner une puce SIAC pour un Homme, et une puce SIAC pour une Femme. Résultats sur le stand et remise sur le podium.



Parcours CFLD et OPEN				
Parcours	Longueur	Dénivelé utilisé	Nombre de contrôles	ECHELLES
A H21	11,36	440	22	1/15000
A H21 open	10,63	390	20	1/15000
B D21	8,91	400	18	1/15000
B D21 open	7,98	320	18	1/15000
C E H20-35	9,60	350	19	1/15000 - 1/10000
C E H20-35 open	9,50	350	19	1/15000 - 1/10000
D F D20-35	7,46	240	15	1/15000 - 1/10000
D F D20-35 open	7,39	240	15	1/15000 - 1/10000
G H18	8,54	250	23	1/15000
G H18 open	8,61	250	23	1/15000
H D18	6,07	175	15	1/15000
H D18 open	6,15	175	16	1/15000
I H40-45	8,29	340	19	1/10000
I H40-45 open	8,32	340	20	1/10000
J D40-45	5,16	180	12	1/10000
J D40-45 open	5,24	180	13	1/10000
K H50-55	6,88	190	18	1/10000
K H50-55 open	6,87	190	17	1/10000
L D50-55	4,64	150	13	1/10000
L D50-55 open	4,72	150	14	1/10000
M H60-65	5,04	160	13	1/7500
M H60-65 open	5,20	160	14	1/7500
N D60-65	3,80	95	10	1/7500
N D60-65 open	3,97	95	11	1/7500
O H70-75	3,37	75	9	1/7500
O H70-75 open	3,54	75	10	1/7500
P D70-75 H80-85 et +	2,19	50	10	1/7500
P D70-75 H80-85 et + open	2,27	50	11	1/7500
Pbis D80-85 et +	1,95	50	9	1/7500
Pbis D80-85 et + open	2,02	50	10	1/7500
Q H16	7,06	225	19	1/10000
Q H16 open	7,07	225	20	1/10000
R D16	5,23	180	13	1/10000
R D16 open	5,27	180	14	1/10000
S H14	4,38	170	15	1/10000
S H14 open	4,38	170	16	1/10000
T D14	4,04	160	12	1/10000
T D14 open	4,04	160	13	1/10000
U HD12	3,47	125	12	1/10000
U HD12 open	3,43	125	11	1/10000
HD10	2,51	85	11	1/10000
Jalonné	2,89	80	11	1/10000



BUGEAT, CF relais Dimanche 24 Août, stade d'athlétisme

Secours : 45°36'11.4"N 1°55'40.1"E

Parking :

Camping-car : au bord de l'étang de la Ganette.

Voitures : à proximité du centre 1000 sources, stade d'Athlétisme et place du champ de foire dans le centre Bourg



Présence d'une buvette, restauration, toilettes dans le gymnase et au centre des 1000 sources, et sous les gradins



Infos Course du CF relais à Bugeat du dimanche 24 Août

L'aréna du CF relais a été choisie sur le site de Bugeat pour faciliter la logistique et celle-ci se situe sur le stade au SO de la carte.

Ce positionnement engendre un balisage et un dénivelé obligatoires pour proposer des circuits dans les zones intéressantes de la carte.

De fait, afin de préserver un intérêt technique et conserver la spécificité des courses relais, certains parcours n'auront pas de seconde boucle. En cas de présence de seconde boucle, celle-ci sera courte et un retournement de carte sera proposé.

Pour les mêmes raisons, il a été décidé et accordé de proposer des circuits plus longs par rapport à ce que préconise le RC.

En effet, 10% à 15% supplémentaires de temps de course offrent la possibilité de tamponner le dénivelé et le balisage imposé afin d'aller orienter dans les zones intéressantes de la carte.

Vous trouverez ci-après le plan de l'aréna ainsi que les informations circuits.

INFORMATIONS RELAIS

L'entrée dans la zone de départ se fait milieu du stade (2 sur le plan) afin d'accéder à la zone d'échauffement, au départ en masse et à la zone de transmission.

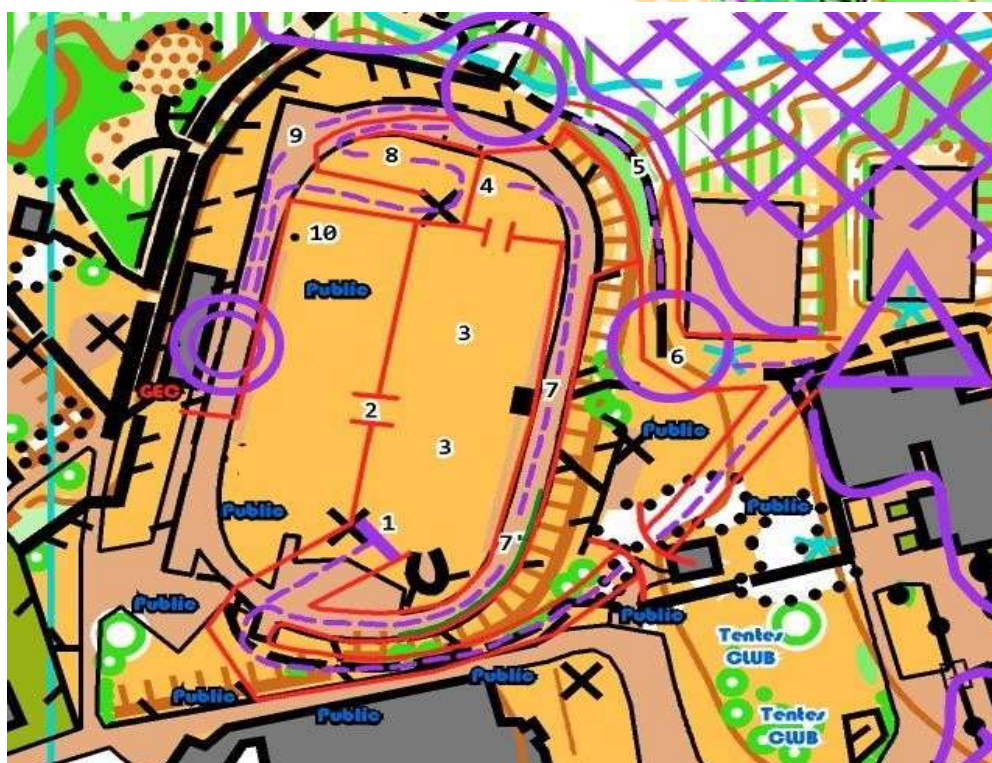
Le poste spectacle - 255 - est le même que le dernier poste pour les circuits ayant une seconde boucle.

3 possibilités une fois le poste 255 biper :

- Je suis relayeur 1 et/ou 2 et j'ai une seconde boucle : je prends le couloir spectacle qui me conduit à un poste de sortie puis de nouveau au départ avec retournement de carte. (5 et 6 sur le plan)
- Je suis relayeur 1 et/ou 2 et je n'ai pas de seconde boucle : je prends le couloir pour la transmission du relais. Je viens donner ma carte à mon relayeur qui est entré dans la zone prévue (4 sur le plan). Je poursuis ce couloir afin d'aller biper l'arrivée. (8 sur le plan)
- Je suis le dernier relayeur et j'ai éventuellement déjà fait ma seconde boucle : je prends le couloir qui va directement à l'arrivée (9 sur le plan).

Le passage de relais s'effectue donc par la transmission de la carte au relayeur suivant. Celui-ci, après être entré dans la zone prévue, s'engage dans le couloir menant aux cartes (7 et 7' sur le plan). Il jette la carte de son relayeur dans une zone prévue puis récupère sa carte. Il remonte ensuite le couloir jusqu'au départ.

Aréna CF Relais





Catégorie	Nombre de relayeurs	Distance à vol d'oiseau en kms	D+ estimé en mètres	Nombre de postes	Temps prévu RC /relayeur	Tps estimé/ Relayeur	2ème boucle	Temps approx. 2ème boucle	Retournement de carte	Echelle Equidistance
H12	2	2.86	100	11	20'	27'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
D12	2	2.82	100	11	20'	29'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
H16	3	3.93	145	18	30'	34'	OUI	3'/4'	OUI	1/10000ème 5m
D16	2	3.58	155	17	30'	36'	OUI	3'/4'	OUI	1/10000ème 5m
H20	3	5.59	205	26	35'	38'	OUI	2'/3'	OUI	1/10000ème 5m
D20	2	3.94	135	15	35'	39'	NON	-	NON	1/10000ème 5m
H21	3	6.1	235	25	40'	43'	OUI	3'/4'	OUI	1/10000ème 5m
D21	3	4.92	200	20	40'	45'	OUI	4'/5'	OUI	1/10000ème 5m
H35	3	5.75	220	25	35'	43'	OUI	3'/4'	OUI	1/10000ème 5m
D35	3	3.5	155	16	35'	41'	OUI	2'/3'	OUI	1/10000ème 5m
H45	3	4.53	200	19	30'	37'	OUI	2'/3'	OUI	1/10000ème 5m
D45	3	3.19	120	14/15	30'	35'	NON	-	NON	1/10000ème 5m
H55	2	3.76	185	18	30'	35'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
D55	2	2.84	105	13	30'	35'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
H65	2	3.44	145	11	30'	36'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
D65	2	2.38	90	11	30'	36'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
H75	2	2.73	100	11	30'	38'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
D75	2	1.77	70	8	30'	37'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
Vert	2	2.33	65	10	20'	25'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
Bleu	2	2.78	95	11	30'	33'	NON	-	NON	1/7500ème 5m
Jaune	2	3.71	115	16	30'	37'	OUI	3'/4'	OUI	1/10000ème 5m
Orange	2	4.2	170	19	30'	39'	OUI	3'/4'	OUI	1/10000ème 5m
Violet	2	4.87	165	22	30'	38'	OUI	4'/5'	OUI	1/10000ème 5m



INFORMATIONS TERRAIN

La carte est une mise à jour d'une ancienne carte, celle-ci a été effectuée au printemps 2025 par le cartographe d'origine, Bruno Marchegay.

Un réseau de chemins dense est présent.

On retrouve également des traces d'activités forestières.

- Les traces les plus récentes - encore légèrement visibles au sol - ont été cartographiées avec le symbole « sentier peu visible », 507.000.



- Les traces plus anciennes de débardage ont été cartographiées en couloir de blanc.



Le relief peut être prononcé à certains endroits et l'on retrouve des flancs parfois pentus.

A cela, s'ajoute une alternance de végétation ce qui peut rendre difficile l'orientation.



Suite à l'exploitation forestière, on recense un nombre élevé de levée de terre.

On retrouve également de nombreux éléments ponctuels (souche, butte, rochers...). En raison de leur ancienneté, certains de ces éléments sont plus ou moins visibles sur le terrain.

Voici un exemple caractéristique avec des charbonnières :



Avec la végétation, ces éléments ponctuels peuvent donc être plus ou moins évidents à voir. Vigilance !!

Les croix noires sur la carte correspondent à des anciennes cibles de tir à l'arc.

Les zones de coupes avec repousse – symbole terrain découvert encombré – sont, début juillet, chargées en fougères et ronces.



INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Une attention particulière est à mentionner concernant la densité de postes dans certaines zones. C'est le cas pour la zone des premiers postes ainsi que la zone de retour sur l'aréna. Vigilance dans la lecture des codes.

Comme annoncé, les circuits sont plus longs que préconisés par le règlement des compétitions. Prévoyez en conséquence !

11 circuits sur 23 possèdent une seconde boucle avec retournement de carte en passant de nouveau au départ. Cette seconde boucle sera courte. Prévoyez en conséquence !

Pour les circuits ne possédant pas de seconde boucle, la gestion du relais devra se faire avec anticipation mais pas trop pour ne pas encombrer la zone de relais. Celle-ci est prévue suffisamment grande. Prévoyez en conséquence !

Informations importantes concernant les circuits H12 et D12 : un arbre s'est couché au travers d'un chemin sur l'interposte 5-6. Un passage est possible en contournant cet arbre par le côté ouest (gauche sur l'itinéraire). Cet arbre a été cartographié comme suit :





HEURES DE DEPART

Vague 1 : 9h

Première ligne : H16
Deuxième ligne : D35
Troisième ligne : D45
Quatrième ligne : H65

Vague 2 : 9h15

Première ligne : D21
Deuxième ligne : D16
Troisième ligne : Bleu
Quatrième ligne : D65

Vague 3 : 9h30

Première ligne : H20
Deuxième ligne : D20
Troisième ligne : D55
Quatrième ligne : Orange

Vague 4 : 9h45

Première ligne : H35
Deuxième ligne : Violet
Troisième ligne : H75

Vague 5 : 10h

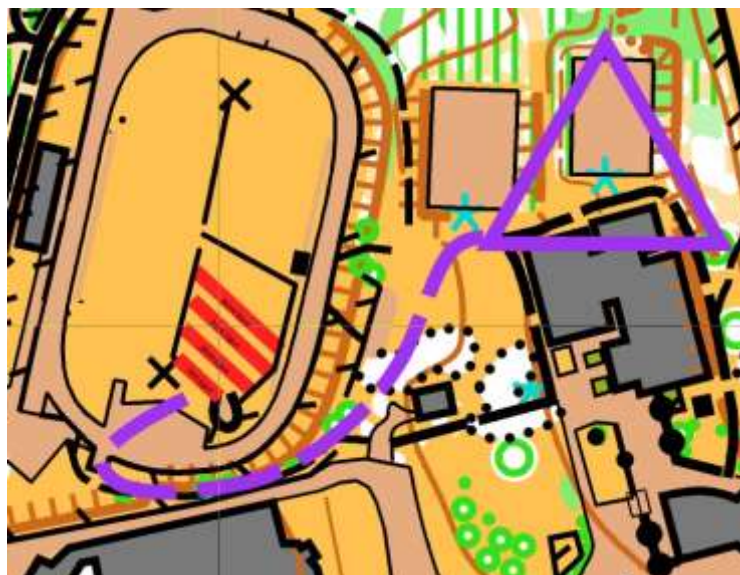
Première ligne : H21
Deuxième ligne : H45
Troisième ligne : D12
Quatrième ligne : D75

Vague 6 : 10h15

Première ligne : H55
Deuxième ligne : Jaune
Troisième ligne : H12
Quatrième ligne : Vert



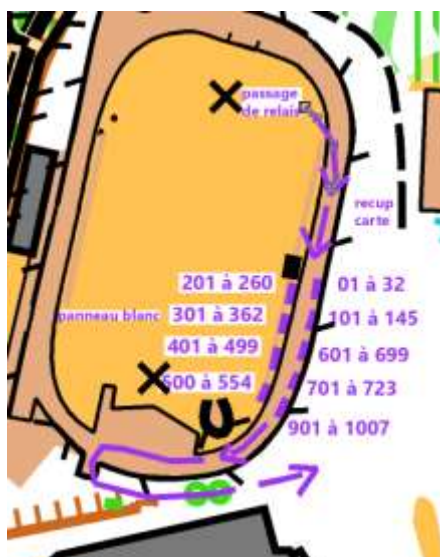
INFORMATIONS DEPART en MASSE



Attention, présence d'un resserrement et d'un virage 30 à 40 m après le départ.

INFORMATIONS PRISE DE CARTE

Après avoir récupéré la carte de votre relayeur, vous la jetterez dans une zone prévue à cet effet. Ce cheminement se fera sur la piste d'athlétisme. Au virage du départ du 300m, vous trouverez la prise de carte organisée comme suit :



La prise de carte pour les équipes à 3 relayeurs s'effectuera de haut en bas, la carte du relayeur x.2 se trouvant au-dessus de la carte du relayeur x.3. Soyez vigilant à votre numéro et à votre ordre.

Vous poursuivrez jusqu'à la balise départ située 250m après cette prise de carte. Les numéros de vos équipes vous seront communiqués à l'issue des inscriptions.



Remerciements à nos partenaires :





Et également à toutes les municipalités et collectivités qui nous ont accueillis :

Commune de PEYRAT Le Château

Syndicat Mixte de Vassivière

Commune de BEAUMONT du Lac

Commune de ROYERE en Vassivière

Commune d'EYMOUTIERS

Commune de PEYRELEVADE

Commune de MEYMAC

Syndicat du Lac de Séchemailles

Commune de VIAM

Commune de LESTARDS

Commune de BUGEAT

Haute Corrèze Communauté

Et l'Office National des Forêts