

# CONSIGNES DE COURSES

## Championnat de Bretagne MD du 30/03/2025



### ANNONCE



### ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE

Championnat Bretagne Moyenne Distance  
30/03/2025  
ROSTRENN (bois de Kerbescont)



#### INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : Quimper Orientation  
Directeur de course : Yannick GUILLOU  
Délégué/Arbitre : Jean DURRMANN

Contrôleur des circuits : Daniel POEDRAS  
Traceur : Noé PECOURT  
GEC : Yannick GUILLOU

Configuration des boîtiers : SIAC Air+



#### CARTE

Nom : Bois de KERBESCONT  
Relevés : 2021 (Màj) hiver 2025  
Cartographe : Marian COTIRTA

Échelle : 7500 / 5000

Équidistance : 5m

Type de terrain : Type de terrain : Relief marqué de belles zones de rochers, beaucoup de mouvement de terrain. De nombreux chemins

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



#### ACCÈS

Parking du stade : 48.235166 / -3.319619  
Distance parking-accueil : sur place  
Distance accueil-départ : 2 Km  
Distance arrivée-accueil : 2 Km



#### HORAIRES

Accueil : 9h30  
Départ : 10h (horaire de départ attribués)  
Remise des récompenses : Oui (12h30)  
Fermeture des circuits : 1h30 après le dernier départ



#### CIRCUITS

Nombre de circuits compétition :  
8 Circuits de catégories sélectifs pour le CFMD  
Nombre de circuits initiation : 4  
Vert-Bleu-Jaune-Orange



#### RÉSULTATS

<https://www.quimper-orientation.fr/result>



#### SERVICES



#### TARIFS

Licenciés (FFCO) : 5 / 8€  
Non-licenciés : 10 €  
Familles :  
Location de puce : gratuit



#### INSCRIPTIONS

Avant 22/03/2025 20h <https://www.quimper-orientation.fr/event>

/! 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.



#### CONTACT

Sébastien PECOURT [carhaixorientation@gmail.com](mailto:carhaixorientation@gmail.com) 06 01 53 60 95  
Yannick GUILLOU [yannickguillou29140@gmail.com](mailto:yannickguillou29140@gmail.com) 06 81 90 36 68



## Distances/Dénivelé/Postes

<u>Circuits / Catégorie</u>	<u>Distances / Dénivelé</u>	<u>Postes</u>	<u>Initiation</u>
<b>A</b> H20/21/35	<b>4.3 KM</b> 230m D+	<b>26 postes</b>	
<b>B</b> H18/40/45/50	<b>3.7 KM</b> 195m D+	<b>20 postes</b>	
<b>C</b> D18/20/21/35/40/45	<b>2.5 KM</b> 150m D+	<b>17 postes</b>	
<b>D</b> D50/55 H55/60/65	<b>2.3 KM</b> 130m D+	<b>15 postes</b>	
<b>E</b> H70+ D60/65/70+	<b>2 KM</b> 115m D+	<b>12 postes</b>	
<b>F</b> D/H 16	<b>2.4 KM</b> 130m D+	<b>14 postes</b>	<b>Orange</b>
<b>G</b> D/H 14	<b>1.7 KM</b> 85m D+	<b>11 postes</b>	<b>Jaune</b>
<b>H</b> D/H 12	<b>1.6 KM</b> 80m D+	<b>10 postes</b>	<b>Bleu</b>
<b>I</b> D/H 10	<b>1.4 KM</b> 45m D+	<b>11 postes</b>	<b>Vert</b>

## Echelles d'impression

1/7 500 : A / B / C / D / F

1/5 000 : E / G / H / I

**Important** : Le circuit A et B seront en recto verso

## Cartographie et compléments d'information

Bois de Kersbescond, cartographie novembre 2020, MAJ 2025

**IMPORTANT** : pour les circuits jeunes. Une course pédestre a eu lieu il y a quelques semaines... De ce fait de nombreuses flèches blanche sont présentes sur les chemins et ne sont donc pas à prendre en compte durant la course. Il peut également rester quelques prébalisage de cette course

Quelques zones de ronces plus ou moins denses, bonne protection des jambes conseillée.

Globalement, forêt très agréable et bonne visibilité.

Forêt qui permet une orientation rapide et engagée, néanmoins cela reste un bois très physique et technique...

Certaines zones d'arbres couchés seront marquées en vert dès lors qu'ils sont considérés comme étant gênant pour la course et la visibilité.



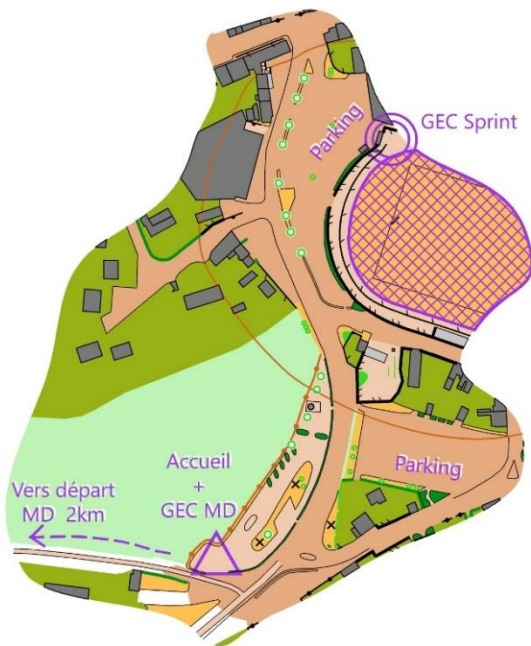
## Balises collège

**IMPORTANT : De nombreuses balises sont présentes dans les bois et ont été pour la majorité posées au sol...**

**Les postes posés par l'organisation seront sur des piqués et non au sol ;)**



## **INFORMATION : Zone de parking et d'accueil pour les 2 courses.**



Entre l'accueil et le départ, 2 circuits warm up sont mis en place pour contribuer à l'échauffement et vous faire découvrir les lieux.

Les cartes sont à récupérer à l'accueil. **Attention** prévoyez 30' en marchant tranquillement (sans les postes d'échauffement), Rappel départ à l'horloge

Pour vous rendre au départ, suivez le jalonné.

Vous pourrez déposer vos vestes dans un lieu dédié au départ si vous souhaitez faire le trajet d'échauffement couvert.

## **SECURITE**

Vigilance dans les zones avec arbres récemment tombés.

Portez secours à un coureur en difficulté.

A l'aller et au retour, vous traversez une route départementale fréquentée. Soyez vigilants et marchez sur les bords.

## **GEC :**

**A l'issue de vos courses n'oubliez pas de passer à la GEC , c'est une obligation et évite de lancer les secours.**

Résultats sur site du Quimper Orientation : <https://www.quimper-orientation.fr/result>

## **ENVIRONNEMENT**

Les lieux de stationnement, accueil doivent être plus propres après notre passage qu'avant. Merci de contribuer à cela, c'est une garantie d'autorisation pour les futures demandes.

Pendant vos parcours, les papiers doivent rester dans vos poches, direction la poubelle à l'arrivée.

**Clôture des circuits :** 1h30 après dernier départ

## Sprint du 30/03/2025

### ANNONCE



## ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE

### Régionale Challenge 29 # 4/SPRINT

30/03/2025  
ROSTRENEN



#### INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : Quimper Orientation  
Directeur de course : Yannick GUILLOU  
Délégué/Arbitre : Jean DURRMANN

Contrôleur des circuits : Yannick GUILLOU  
Traceur : Sébastien PECOURT  
GEC : Yannick GUILLOU  
Configuration des boîtiers : SIAC Air+



#### CARTE

Nom : ROSTRENEN  
Relevés : 2025  
Cartographe : Noé PECOURT

Échelle : 4000  
Équidistance : 5m  
Type de terrain : Urbain

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



#### ACCÈS

Parking du stade : 48.235166 / -3.319619  
Distance parking-accueil : sur place  
Distance accueil-départ : sur place  
Distance arrivée-accueil : sur place



#### HORAIRES

Accueil : 13h  
Départ : 13h30 (horaire de départ attribués)  
Remise des récompenses : Non  
Fermeture des circuits : 1h après le dernier départ



#### CIRCUITS

Nombre de circuits compétition : 8

Nombre de circuits initiation : 3  
Bleu- Jaune- orange



#### RÉSULTATS

<https://www.quimper-orientation.fr/result>

Circuit	KTE	
A	18 à 40	H
B	18 à 40	F
C	16 - 45 à 55	H
D	16 - 45 à 55	F
E	60 & +	H
F	60 & +	F
G	14	H/F
H	12	H/F



#### TARIFS

Licenciés (FFCO) : 5 / 8€  
Non-licenciés : 10 €  
Familles :  
Location de puce : gratuit



#### INSCRIPTIONS

Avant 22/03/2025 20h <https://www.quimper-orientation.fr/event>



#### CONTACT

Sébastien PECOURT [carhaixorientation@gmail.com](mailto:carhaixorientation@gmail.com) 06 01 53 60 95  
Yannick GUILLOU [yannickguillou29140@gmail.com](mailto:yannickguillou29140@gmail.com) 06 81 90 36 68



## Distances/Dénivelé/Postes

<u>Circuits / Catégorie</u>	<u>Distances réelles / Dénivelé</u>	<u>Postes</u>	<u>Initiation</u>
<b>A H18/20/21/35/40</b>	<b>3.7 KM 80m D+</b>	<b>21 postes</b>	
<b>B D18/20/21/35/40</b>	<b>3 KM 65m D+</b>	<b>17 postes</b>	
<b>C H16-H45/55</b>	<b>3.2 KM 65m D+</b>	<b>17 postes</b>	
<b>D D16-D45/55</b>	<b>2.8 KM 60m D+</b>	<b>16 postes</b>	<b>Orange</b>
<b>E H60+</b>	<b>2.6 KM 60m D+</b>	<b>15 postes</b>	
<b>F D60+</b>	<b>2.2 KM 50m D+</b>	<b>11 postes</b>	
<b>G D/H 14</b>	<b>1.9 KM 40m D+</b>	<b>12 postes</b>	<b>Jaune</b>
<b>H D/H 12</b>	<b>1.3 KM 30m D+</b>	<b>12 postes</b>	<b>Bleu</b>

## Echelles d'impression

1/4000

## INFORMATION

Départ et arrivée proche du parking.

Des zones infranchissables sont indiquées sur la carte (norme ISPrOM 2019). Elles le sont soit pour des raisons de sécurité, soit pour des raisons de propriétés privés. C'est votre devoir de les respecter, toute constatation de non-respect sera sanctionnée par une élimination. Il y aura des contrôleurs avec prise de photos.

## SECURITE

Attention, rues étroites et circulation sur le bourg pouvant être significative : **VOUS N'AVEZ PAS LA PRIORITE**

Portez secours à un coureur en difficulté.

Zones urbaines avec pavé pouvant être glissante

## GEC

Sur la zone d'arrivée

Résultats sur site du Quimper Orientation : <https://www.quimper-orientation.fr/result>

## ENVIRONNEMENT

Les lieux de stationnement, accueil doivent être plus propres après notre passage qu'avant. Merci de contribuer à cela, c'est une garantie d'autorisation pour les futures demandes.

Pendant vos parcours, les papiers doivent rester dans vos poches, direction la poubelle à l'arrivée.

**Clôture des circuits** : 1h après dernier départ

**BONNES  
COURSES !!**