

FEDERATION FRANCAISE DE COURSE D'ORIENTATION

Charente-Maritime Orientation



La Tremblade Ronce-les-Bains



Ligue Nouvelle-Aquitaine
de Course d'Orientation



RDE SUD-OUEST 2018

En Charente-Maritime

Samedi 24 et dimanche 25 novembre 2018

Le programme est conforme au cahier des charges du Réseau de Développement des Espoirs .Niveau jaune minimum des participants.(âge de 13 à 18/19 ans)

Samedi 24 novembre: Accueil de 11 h 30 à 12 h 30 (prévoir panier repas)

Maison forestière de la Bouverie (D25/D268) Forêt de la Coubre 17390 LA TREMBLADE

	Objectif	Type	Horaire
Séance n° 1	Application technique	Mémo, couloir, fenêtre, point d'attaque, suivi d'itinéraire...	13 h 30 – 16 h 30
déplacement	Hébergement dans l'île d'Oléron (La Douelle)		17 h 00
Débriefing	Analyse technique	En petit groupe	18 h 00
repas	A l'hébergement		19 h 00
Réunion	Echanges d'informations	Intervention référent	Après le repas

Dimanche 25 novembre :

	Objectif	Type	Horaire
Petit déjeuner	A l'hébergement		7h 45
Séance n° 2	Confrontation	Sprint, relais sprint course aux scores	08 h 45 – 11 h 15
repas	A l'hébergement		12 h 00

Prestation :

Tarif : 25 euros/personne en pension complète du samedi soir au dimanche midi inclus pour ligue LNACO et 35€ pour les autres ligues et 45€ pour les encadrants

Entraîneur référent :

Valérie Berger-Capbern

Inscriptions avant le 13 novembre 2018

Lien <http://liquenouvelleaquitaine-co.fr/inscription/>

Le bulletin d'inscription, complété des noms des accompagnateurs, sera adressé par email à Patrick Robin

Pour tous renseignements complémentaires contacter :

Patrick ROBIN

07 81 02 90 23

patrick.robin1@free.fr

Thierry GUERAUD

06 81 86 02 79

club.vtt.co@wanadoo.fr