



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation :** EPERNAY NATURE ET SPORT  
**Directeur de course :** Bernadette DUMONT-GOSSET  
**Délégué-Arbitre régional :** Olivier GUENIN  
**Contrôleur des circuits régional CO à pied :** Bernadette DUMONT-GOSSET  
**Traceur régional CO à pied :** Franz MAREIGNER  
**GEC :** Franz MAREIGNER

**COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL**

OUI



### CARTE

**Nom :** LES RINSILLONS  
**Relevés :** 2022 m<sup>ai</sup> 2024  
**Cartographe :** Franz MAREIGNER, CAP Orientation

**Échelle :** 1/10000 (Violet HD+60 et vert : 1/7500)

**Équidistance :** 5 m

**Type de terrain :** côteau et plateau, végétation variée (jambes couvertes conseillé)



### ACCÈS

**Fléchage :** Hautvillers centre / **Accueil :** 49.091770, 3.946192

**Distance parking-accueil :** 0-200 m

**Distance accueil-départ :** 150 m

**Distance arrivée-accueil :** 20 m



### HORAIRES

**Accueil :** à partir de 9 h 30

**Départ :** de 10h00 à 11h15

**Remise des récompenses :** Non



### CIRCUITS

**Nombre de circuits compétition (distances en km effort) :** Violet long 5/6 km, Violet Moyen 4/5 km, Violet Court HD 60 et + (1/7500) : 3/4 km, orange 3/4 km, jaune 3/4 km, bleu 2/3 km, vert/vert accompagné : 2/2,5 km

**Nombre de circuits initiation :** Jaune loisir 4/5 km - bleu loisir 2/3 km (idéal avec de jeunes enfants)



### RÉSULTATS

<http://epernayns.free.fr/>

**HELGA :** <https://helga-o.com/webres>



### SERVICES

**Initiation,** conseils possibles avant votre départ.

Prêt de boussoles et puces (avec caution)

Eau,

Buvette, sandwiches, pâtisseries



### TARIFS

**Licenciés FFCO :** 9 € (+18 ans), 6 € (18 et -)

**Non-licenciés sur parcours violet ou orange :** +3€

**Non-licenciés loisir et découverte sur parcours vert, bleu et jaune :** 9 € (+18 ans), 6 € (-18 ans).

**Familles :** 15 € (circuits loisir jaune, bleu loisir) sans chrono ensemble sur le même circuit avec 2 cartes et 1 pointeur)

**Location de puce et de boussole :** gratuit / caution (50 € ou pièce identité)



### INSCRIPTIONS

- **Avant le 8/03/2026 minuit** sur le [site en ligne FFCO](http://site.en.ligne.FFCO). Non licenciés : Sur le site FFCO ou par mel pour les circuits « loisir-santé » en famille ou solo.

- **Après le 8/03/2026 ou sur place dans la limite des cartes disponibles :** Merci d'anticiper votre inscription.

**L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence compétition (orange ou violet) ou découverte compétition (vert, bleu ou jaune) et aux non-licenciés titulaires d'un titre de participation ad hoc respectant les conditions médicales d'accès : attestation de prise de connaissance du questionnaire médical fédéral et des recommandations des cardiologues du sport pour les majeurs questionnaire médical ou certificat médical de moins de 6 mois pour les mineurs (voir les liens pour télécharger ci-dessous)**



### CONTACT

DUMONT-GOSSET Bernadette - 06 84 92 40 26 - [ens5101@wanadoo.fr](mailto:ens5101@wanadoo.fr) - <http://epernayns.free.fr/>

**Attestations pour les non licenciés :**

-  Attestation inscription personne majeure non-licenciée FFCO à une compétition
  -  Les 10 règles d'Or édictées par le club des cardiologues du sport
  -  Questionnaire de santé fédéral
-  Attestation inscription personne mineure non-licenciée FFCO à une compétition
  -  Questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur
  -  Certificat médical pour les mineurs

**Tableau des Parcours :**

| Parcours:        | Distance (km) | Dénivelé (m) | Distance effort (km) | Nombre de contrôles: |
|------------------|---------------|--------------|----------------------|----------------------|
| Vert             | 2,31          | 50           | 2,81                 | 8                    |
| Bleu             | 2,27          | 55           | 2,82                 | 7                    |
| Jaune            | 2,53          | 55           | 3,08                 | 9                    |
| Orange           | 2,58          | 70           | 3,28                 | 10                   |
| Violet Court +60 | 2,73          | 75           | 3,48                 | 11                   |
| Violet Moyen     | 3,42          | 90           | 4,52                 | 12                   |
| Violet Long      | 4,14          | 140          | 5,54                 | 15                   |
| Loisir Jaune     | 2,71          | 50           | 3,21                 | 8                    |
| Loisir bleu      | 2,48          | 45           | 2,93                 | 9                    |

