



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE



INSCRIPTIONS

Pour les licenciés inscription sur le site FFCO avant le dimanche 5 octobre 2025 minuit

Pour les non licenciés avant le dimanche 5 octobre 2025 minuit : [inscriptions ici Course 1](#)

Pour être chronométré, vous devez obligatoirement avoir répondu NON à toutes les questions du Questionnaire de santé qui vous sera présenté et avoir pris connaissance des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport (attestation de réponse négative au questionnaire pour les mineurs)

Tous les documents utiles sont disponibles sur les liens du formulaire d'inscription ci-dessus ainsi que le jour de la course à l'accueil.



CONTACT

Mail : Boa81@gmail.fr / site internet <https://boa81.fr/>

DETAIL DES CIRCUITS :

Nous vous engageons à vous inscrire dans les différents relais en priorité plutôt que sur les courses individuelles. Les relais non au format seront à inscrire en Relais Open sur le site fédéral.

Voici un lien pour une [bourse aux équipiers](#)

Des courses Open individuelles restent cependant possibles si vous ne trouvez pas de partenaires.

Championnat de ligue de Relais Sprint

4 coureurs d'un même club, en respectant les genres dans l'organisation du relais.

Tous panachages d'âge et de sexe autorisés (H/D14 et +).

Relayeur	Niveau	Genre	Temps de course	Distance topo	Distance réelle	Dénivelé
1	Orange	Dame	12 -15 min	1290	2000	85
2	Orange	Homme	12 -15 min	1520	2650	135
3	Orange	Homme	12 -15 min	1520	2650	135
4	Orange	Dame	12 -15 min	1290	2000	85

Relais OPEN Adultes :

4 coureurs, tout panachage de club, d'âge et de sexe autorisés (H/D14 et +).

Relayeur	Niveau	Temps de course	Distance topo	Distance réelle	Dénivelé
1	Orange	12 -15 min	1290	2000	85
2	Orange	12 -15 min	1520	2650	135
3	Orange	12 -15 min	1520	2650	135
4	Orange	12 -15 min	1290	2000	85

Relais Jeunes : 2 coureurs d'un même club H/D10, H/D12 et H/D14

Relayeur	Niveau	Temps de course	Distance topo	Distance réelle	Dénivelé
1	Bleu	12-15min	930	1500	55
2	Bleu	12-15min	980	1500	55

Course OPEN individuelle : course individuelle ouverte aux licenciés et non licenciés

Circuit	Temps de course	Distance topo	Distance réelle	Dénivelé
Open Bleu	12-15min	930	1500	55
Open Orange	12 -15 min	1290	2000	85

Les équipes et coureurs individuels OPEN sont classés mais ne peuvent pas prétendre aux titres.

