

DECEMBRE 2019 N° 16

**FEUILLET D'INFORMATIONS DESTINÉ AUX JEUNES DE L'ÉCOLE DE COURSE D'ORIENTATION (ECO) ET À LEURS PARENTS**

Ne sont retenus dans les résultats ci-dessous que les 10 premiers par catégorie ou par circuit, le rouge souligne les podiums

<p><b>Tests de détection Groupe France moins de 18 ans à Loches</b> (37) le 30 octobre</p> <p>6 jeunes présents pour ces détections avec Maël et Arthur P. retenus pour le GF 2020.</p> <p><b>Championnat de France de nuit à St Benoît la forêt</b> (37) le 31 octobre</p> <p>13 jeunes présents. Class. par catégories :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>D12: Liv P. 6/23</li> <li>D16: Justine 7/50</li> <li>H12: Anatole 6/20</li> <li>H14: Arthur P <b>2</b>/54, Yann 4</li> <li>H16: Maël <b>2</b>/66</li> </ul> <p><b>Régionale à St Benoît la forêt</b> (37) le 1er novembre</p> <p>12 jeunes présents. Class. par catégories :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>D10: Anahi <b>2</b>/27, Juliette <b>3</b></li> <li>Jalonné: Loïs <b>1</b>/37</li> </ul> <p><b>Championnat de France de Sprint à Bourgueil</b> (37) le 2 novembre</p> <p>7 jeunes présents aux qualifications puis aux finales: 1 jeune en finale A: Liv C. 6 jeunes en finale B:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dames jeunes: Justine <b>2</b>/45</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hombres jeunes: Maël 5/60, Arthur P. 6</li> </ul> <p><b>Régionale Sprint à Avoine</b> (37) le 2 novembre</p> <p>10 jeunes présents. Class. par catégories :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>D10: Juliette <b>1</b>/37, Anahi 7</li> <li>H16: Thomas 7/53, Simon 8</li> </ul> <p><b>Critérium National des Équipes à Cheillé</b> (37) le 3 novembre</p> <p>17 jeunes présents. Catégorie jeunes, équipes de 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Justine, Simon, Arthur P. et Maël 5/54</li> <li>Costin, Liv C., Yann et Thomas 6</li> </ul> <p>Catégorie mini relais, équipes de 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Juliette, Anahi, Liv P. <b>3</b>/29</li> </ul> <p><b>Il faut noter la belle prestation de l'équipe Hommes (7 relayeurs) qui prend la première place devant 92 équipes.</b></p> <p><b>Rhône 'Orientation à St Pierre la Palud</b> (69) le 24 novembre</p> <p>6 jeunes présents. Classement au scratch:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Circuit E dames: Elsa <b>3</b>/59</li> <li>Circuit E hommes: Arthur P. <b>1</b>/62</li> </ul>	<p><b>LOST au col des Limites</b> (42) le 7 décembre</p> <p>5 jeunes présents, Top 10 au scratch:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Circuit C: Isaac <b>1</b>/28, Anatole 5, Liv P. 6, Arthur C. 7</li> </ul> <p><b>Classement Coupe de France 2019</b></p> <p>Pour participer à ce classement, il faut participer aux compétitions: Nationales et Championnats de France, c'est le total des points des 4 meilleures courses pour les 12-14 ans et 5 meilleures courses pour les 16 ans et plus. Classement en cours de calcul par la FFCO.</p> <p>*****</p> <p><b>Classement Coupe de Ligue Auvergne Rhône Alpes 2019</b></p> <p>Pour participer à ce classement, il faut participer aux compétitions Coupe de Ligue (CDL), c'est le total des points des 5 meilleures courses.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>D10: Juliette <b>1</b>/31, Anahi <b>3</b></li> <li>D12: Liv P. <b>3</b>/22,</li> <li>D14: Lise <b>2</b>/38, Elsa 5</li> <li>D16: Justine 5/36, Liv C. 8</li> <li>H10: Nathaël 7/37, Arthur C. 9</li> <li>H14: Arthur P. <b>1</b>/43, Yann <b>2</b>, Benjamin 9</li> <li>H16: Baptiste 4/52, Costin 8, Maël 9</li> <li>H18: Peter 9/26</li> </ul> <p><b>Il faut donc participer à un maximum de compétitions !</b></p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Assemblée Générale du NOSE le samedi 7 décembre à Saint-Étienne**

1 personne rejoint les membres du comité directeur, il est possible à tous d'assister aux réunions mais également de s'investir dans les diverses commissions qui permettent au club de fonctionner. La parité s'approche de la perfection !



Vous pouvez rencontrer les membres du comité directeur lors des entraînements ou lors des déplacements, n'hésitez pas à poser les questions qui vous trottent dans la tête, tous sont disponibles par mail, texto ou téléphone que vous trouverez sur le site dans la partie réservée aux licenciés.

Le calendrier des déplacements sur les compétitions 2020 vous a été adressé par mail, certaines compétitions sont ciblées, nous souhaitons une participation maximum des jeunes sur ces déplacements, des circuits adaptés à chaque niveau sont proposés sur chaque course.

## Les prochains entraînements:

Les lieux et plans d'accès seront précisés par mail les jours précédant les entraînements en particulier pour les jeunes habitant sur le plateau.

En fonction de la neige, la séance peut se transformer en sortie ski ou raquettes, gérée par le club:

- mercredi 8 janvier au Chomeys (St G Mx)
- mercredi 15 janvier à la Croix de Trèves (entre Planfoy et St G Mx)
- mercredi 22 janvier à la Croix de Trèves
- mercredi 29 janvier au stade Caintin (La Ricamarie) **Pas de car**
- mercredi 5 février à Saint Galmier

La suite du programme sera établie début janvier par les coaches

## Les prochains rendez vous:

- Weekend de sprints en Drôme les 11 et 12 janvier en proximité de Romans, voir détails dans l'encadré ci-dessous.
- LOST 3: le samedi 18 janvier en forêt de Lespinasse, Roanne
- LOST 4: le samedi 15 février à Usson en Forez (sous réserve de confirmation)

## Réservez quelques dates:

- 29 mars avec le championnat de ligue Moyenne Distance dans la Drôme (26)
- 18-19 avril, le championnat de ligue Longue Distance dans le Puy de Dôme (63)
- 8-9-10 mai avec le Chtp de F MD et le CFC dans la Loire, un regroupement jeunes sera peut être au programme, bloquez cette date !
- 6-7 juin avec le Chtp de France de Longue Distance et relais de catégories du côté de la Lorraine

Pour ceux qui seraient intéressés pour entrer au groupe ligue ou à la section sportive du lycée Honoré d'Urfé, il faut impérativement participer aux Championnats de ligue MD et LD et au Chtp de France LD .... avis aux amateurs, bloquez les dates ci dessus !

## Weekend de 4 sprints en Drôme les 11 et 12 janvier 2019

Pour les accros des sprints urbains, le club organise un déplacement à la journée le samedi 11 janvier.

C'est un exercice très intéressant qui allie vitesse de lecture, prise de décision rapide et vitesse de déplacement où chaque seconde compte !

Une circulaire a été envoyée par Andy, il faudra vous inscrire par le biais du site club, si vous éprouvez des difficultés à vous connecter, contactez moi mais informez moi lors du prochain entraînement ou par mail si vous voulez participer.

## Retour sur le Critérium National des Equipes

54 équipes jeunes ont participé au CNE 2019 JEUNES dont 3 équipes du NOSE, cette compétition comme le Championnat de France des Clubs (CFC) se déroulent sous forme d'un relais, ce sont les 2 grands rendez vous où le club est présent depuis de nombreuses années, beaucoup de balises en forêt où il faut bipper les bonnes !!

### A vous de reconstruire les circuits.....

Les relais jeunes sont composés de 4 relayeurs de niveau orange pour un parcours de 30 minutes pour les meilleurs.

Les mini relais sont composés de 3 relayeurs de niveau bleu et vert pour un parcours de 20 minutes pour les meilleurs.

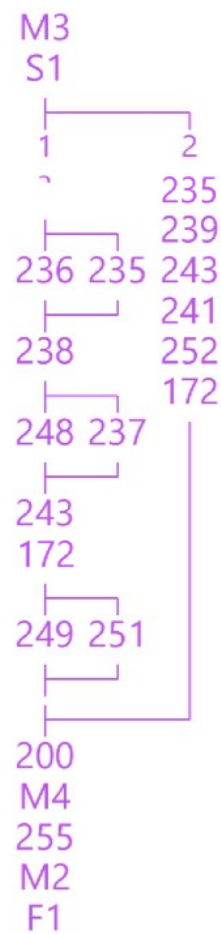
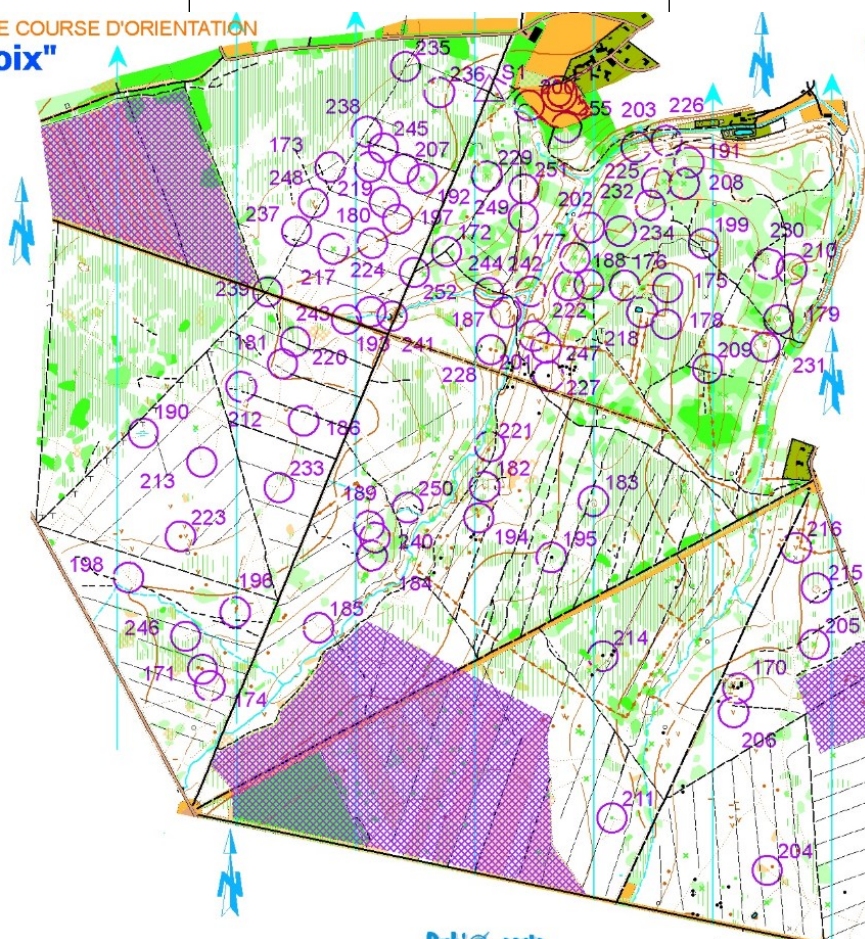
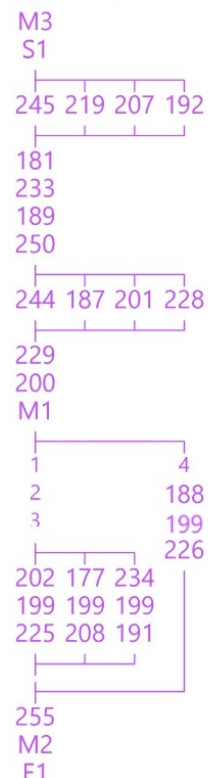
Ci-dessous la carte tous postes, à gauche l'enchaînement des 4 relayeurs jeunes et à droite, celui des 3 relayeurs du mini relais.

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION

### Cheillé "Belle Croix"

Echelle : 1/10 000

Equidistance: 5 m



**Joyeuses fêtes et Bonnes vacances**