

# 6<sup>ème</sup> CO Nationale A\*\*, 22<sup>ème</sup> CO Individuelle Fribourgeoise du 18 septembre 2005

(A la mémoire de Thomas Häusler)

PERSONAL  
**aeins**  
just in time

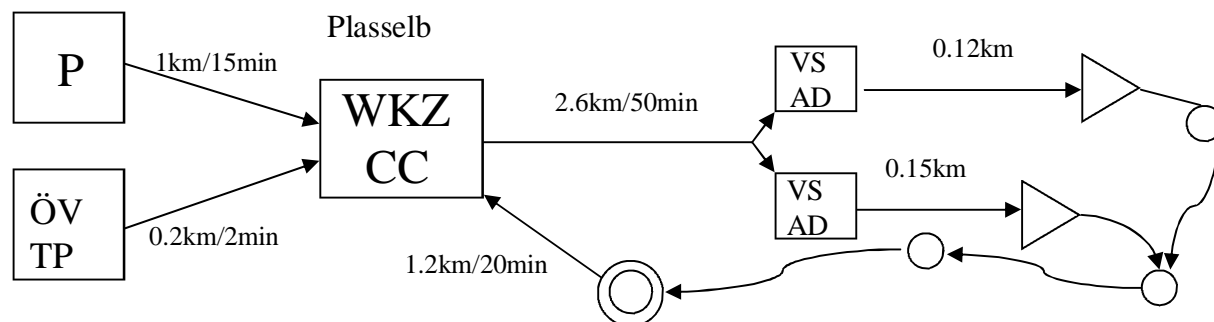
|  |   |
|--|---|
| <b>Organisateur</b>  | OLC SKOG Fribourg   |
| <b>Chef de course</b>  | Bernard Peissard  |
| <b>Traceur / Contrôle</b>                                    | Andreas Grote / Daniel Jungo  |
| <b>Délégué technique</b>                                     | Marcel Schiess  |
| <b>Carte</b>   | Tschärлуuschwand-Ärgeragraben 1:10 000 / 1:15 000, état printemps 2005, équidistance 5m, Yupo   |
| <b>Renseignements</b>  | Olivier Baechler, rte de l'Ecole 27, 1785 Cressier FR<br>026 674 34 69 E-Mail: <a href="mailto:info@olcskog.ch">info@olcskog.ch</a> , <a href="http://www.olcskog.ch">www.olcskog.ch</a>  |
| <b>Doping</b>  | Seuls les coureurs ayant signé la déclaration concernant le dopage peuvent participer dans les catégories DE/HE/D20/H20.<br>Voir: <a href="http://www.solv.ch/solv/doping-infos.html">http://www.solv.ch/solv/doping-infos.html</a>       |
| <b>Centre de course</b>                                      | Ecole primaire, Plasselb / FR, dès 8h   |
| <b>Transports publics</b>                                    | Bus tpf à partir de Fribourg, voir <a href="http://www.cff.ch">www.cff.ch</a><br>Fribourg dép: 08.32 h, Plasselb arr: 8.56 h<br>Fribourg dép: 10.02 h, Plasselb arr: 10.26 h<br>Fribourg dép: 11.32 h, Plasselb arr: 11.56h               |
| <b>Distances</b><br><b>(voir plan de situation plus bas)</b> | TP -> CC 2 minutes<br>Place de parc -> CC: 15 minutes, 1km<br>CC -> avant dép (1+2): 50-60 minutes, 2.6km, 120m dénivel.<br>Avant dép -> départ (1+2) 4 minutes<br>Arrivée -> CC: 20 minutes, 1.2 km                                      |
| <b>Information</b>   | L'information au centre de course est ouverte à partir de 8 h.<br>Description de postes, location de badges SI, vente de cartes avec réseau de postes et listes de résultats complets, protêts.<br>Inscription catégories ouvertes.       |
| <b>Système de contrôle / Postes</b>                          | SPORTident. Les badges SI peuvent être loués à l'information pour Fr. 3.-. Chaque poste est muni d'une unité SI et d'une pince. Si l'unité SI ne fonctionne pas, poinçonnez la carte. Si le poste manque, notez la couleur des confettis. |
| <b>Description des postes</b>                                | Uniquement sur la carte de course.  |
| <b>Zones interdites</b>                                      | Les zones interdites sont imprimées sur la carte de course. La pénétration entraîne la disqualification.  |
| <b>Dépôt de vêtements</b>                                    | Que par très mauvais temps. Info au CC.   |
| <b>Avant départ</b>  | CC-> Avant dép. 50-60 min. (2.6km/120 dénivel.)<br>Avant dép. -> Départ : 4 minutes, appel<br>Effacer et tester badge.  |
| <b>Départ</b>  | La ligne de départ est partagée en deux. D'après la catégorie prendre départ 1 ou 2. (Catégories ouvertes voir plus bas)  |
| <b>Point de départ 1</b>                                     | 120m de la ligne de départ, marqué avec un poste ou on ne timbre pas. Le chemin est jalonné.  |
| <b>Point de départ 2</b>                                     | 150m de la ligne de départ, marqué avec un poste ou on ne timbre pas. Le chemin est jalonné.  |
| <b>Distribution des cartes</b>                               | Les cartes sont posées au point de départ. Chaque coureur est responsable de prendre la carte juste dans sa catégorie – veuillez bien contrôler.  |
| <b>Départ Ouvert</b>   | Voie de départ séparée et départ séparé pour les catégories Ouvertes. Carte au départ. Le départ est déclenché avec le poste de départ. Relever les postes!   |
| <b>Parcours</b>  | Imprimé pour toutes les catégories.   |
| <b>Ravitaillement</b>  | HAL, H2O de l'eau après 40% du parcours, imprimé sur carte modèle à l'avant départ.   |
| <b>Arrivée</b>   | Interdiction de circulation.<br>Fanion près de l'arrivée. Timbrer à l'arrivée.  |
| <b>Fermeture de l'arrivée</b>                                | 16h00   |
| <b>Lecture des SI</b>  | Le badge SI doit être lu au centre de course. Chaque compétiteur y est responsable, inclus les abandons.  |



Hotel Hirschen  
Sangernboden

|                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <b>Résultats</b>                      | Résultats intermédiaires au centre de course. Envoi aux compétiteurs n'ayant pas accès à internet.  |
| <b>Vestiaires / Douches</b>           | Les vestiaires se trouvent au centre de course, à partir de 8 h.  |
| <b>Samaritains</b>                    | Au centre de course.  |
| <b>Protêts</b>                        | Les protêts sont à déposer par écrit au plus tard 1 heure après fermeture de l'arrivée à l'information au centre de course. Jury: Marcel Schiess (DT), Bernhard Peissard (organisateur), Stefan Schlatter (FSCO).   |
| <b>Cantine</b>                        | L'OLC SKOG Fribourg offre un riche choix alimentaire à la cantine située au centre de course.   |
| <b>Garderie d'enfants</b>             | Pour enfants à partir de 2 ans au centre de course. Inscription jusqu'au 14 septembre à Annerös Hediger tel. 026 660 50 84 Natel: 079 543 64 87   |
| <b>CO pour enfants</b>                | CO Ficelle et CO Ecole, inscription au centre de course de 10 à 13 h.   |
| <b>Assurance</b>                      | Est l'affaire des participants. L'organisateur décline toute responsabilité.  |
| <b>Proclamation des résultats NOM</b> | Dimanche à 15h.   |
| <b>Logement</b>                       | Voir sous <a href="http://www.schwarzsee-tourismus.ch">www.schwarzsee-tourismus.ch</a> , Tel: 026 412 13 13<br>Il n'y a plus de place au CC.  |
| <b>Spécial</b>                        | Temps indicatif pour HE: 50 min, DE: 45 min (Disposition de la commission pour le sport d'élite).<br>Attention, lors de précipitations les terrains rocheux rendent la course plus difficile.<br>Les forestiers sont en train de couper du bois par endroit. La course est rendue plus difficile. |

#### Plan de situation



#### Parcours

| Catégorie | Dist. | Déniv. | Echelle  | Départ |     |     |     |          |   |
|-----------|-------|--------|----------|--------|-----|-----|-----|----------|---|
|           |       |        |          |        | H14 | 4.8 | 180 | 1:10 000 | 2 |
| DE        | 4.8   | 220    | 1:15 000 | 1      | H16 | 5.9 | 240 | 1:15 000 | 1 |
| HE        | 7.7   | 320    | 1:15 000 | 1      | H18 | 7.5 | 340 | 1:15 000 | 1 |
| D10       | 1.9   | 80     | 1:10 000 | 2      | H20 | 9.2 | 400 | 1:15 000 | 1 |
| D12       | 2.7   | 130    | 1:10 000 | 2      | HAK | 4.7 | 230 | 1:15 000 | 1 |
| D14       | 3.3   | 150    | 1:10 000 | 2      | HAM | 6.6 | 260 | 1:15 000 | 2 |
| D16       | 3.7   | 190    | 1:15 000 | 2      | HAL | 9.2 | 400 | 1:15 000 | 1 |
| D18       | 4.5   | 220    | 1:15 000 | 2      | HB  | 3.7 | 170 | 1:10 000 | 2 |
| D20       | 5.6   | 240    | 1:15 000 | 1      | H35 | 7.4 | 300 | 1:15 000 | 1 |
| DAK       | 2.9   | 150    | 1:15 000 | 1      | H40 | 6.7 | 280 | 1:15 000 | 2 |
| DAL       | 4.7   | 210    | 1:15 000 | 1      | H45 | 6.3 | 270 | 1:10 000 | 1 |
| DB        | 2.7   | 130    | 1:10 000 | 2      | H50 | 5.9 | 240 | 1:10 000 | 2 |
| D35       | 4.8   | 210    | 1:15 000 | 1      | H55 | 5.5 | 220 | 1:10 000 | 1 |
| D40       | 4.3   | 200    | 1:15 000 | 1      | H60 | 4.7 | 210 | 1:10 000 | 1 |
| D45       | 3.8   | 190    | 1:10 000 | 1      | H65 | 4.0 | 160 | 1:10 000 | 2 |
| D50       | 3.5   | 160    | 1:10 000 | 2      | H70 | 3.4 | 150 | 1:10 000 | 2 |
| D55       | 3.2   | 140    | 1:10 000 | 2      | H75 | 3.2 | 120 | 1:10 000 | 2 |
| D60       | 2.8   | 130    | 1:10 000 | 1      | OK  | 1.9 | 80  | 1:10 000 | 2 |
| D65       | 2.7   | 130    | 1:10 000 | 2      | OM  | 3.7 | 170 | 1:10 000 | 2 |
| H10       | 1.9   | 80     | 1:10 000 | 2      | OL  | 4.7 | 210 | 1:10 000 | 2 |
| H12       | 2.7   | 130    | 1:10 000 | 2      |     |     |     |          |   |