



## A vos boussoles !

Courses régionales d'orientation organisées par l'association sportive de Montigny-le-Bretonneux en Forêt départementale de Méridon à Chevreuse.

**6 circuits de 2 km à 9 km allant de « facile » à « techniquement difficile ».**

**Inscription, coût, pièce à joindre :**

Pour les circuits non chronométrés, l'inscription est gratuite.

Possibilité de participer à l'une des courses chronométrées ; dans ce cas, prévoir 8 euros pour les frais d'inscription (à régler sur place) et fournir un certificat médical d'autorisation de pratique de la course d'orientation "en compétition".

**Pour tous, inscription obligatoire via l'espace membre avant le 21 septembre afin que les organisateurs de l'A.S.B.M.B.-C.O. prévoient le nombre d'encadrants suffisant pour l'initiation.**

**Rendez-vous à 8h45** à la gare de St Rémy-lès-Chevreuse (RER B). Train au départ de Denfert-Rochereau à 8h04.

Les départs des courses, individuels ou en groupe, se feront de 9 h 30 à 12 h ; fermeture des circuits à 14 h. Il est conseillé d'arriver un peu plus tôt afin de procéder aux enregistrements des équipes ; c'est pour cela que je vous donne rendez-vous à 8h45.

A la suite de cette matinée « déboussolante », nous déjeunerons à l'abri d'un feuillu avant de partir à la découverte des forêts environnantes : distance en fonction du temps restant (entre 10 et 15 kms). Retour prévu à la gare de Saint-Rémy-les-Chevreuse vers 18h pour une arrivée à Denfert-Rochereau vers 18h45.

Pour ceux qui viennent en voiture et ne veulent pas participer à la balade de l'après-midi, rendez-vous à 9h sur le parking de la forêt de Méridon (D906 sortie Sud de Chevreuse puis direction Boullay-les-Troux).

N'hésitez pas à me contacter via le Kifaikoi ou par tél au 06 86 87 11 92