

# ANNONCE DE COURSE \* DÉPARTEMENTALE

1<sup>ère</sup> du Challenge départemental COOL 2026

## Course semi-urbaine longue

1<sup>er</sup> février 2026

BIZANOS (64)



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation :** Marie BONDIVENNE  
**Contrôleur des circuits** Marie BONDIVENNE  
**Traceur :** Éric BONDIVENNE  
**GEC :** Mikaël CABOCHE

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

NON



### CARTE

**Nom :** Bizanos  
**Relevés :** Reprise 2025  
**Cartographe :** Éric BONDIVENNE

**Échelle :** 1/4000

**Équidistance :** 5 m

**Type de terrain :** Agglomération : Quartiers résidentiels.

**Forêt :** Très nombreux détails (relief, végétation) et bon réseau de chemins. Végétation dense



### ACCÈS

**Fléchage :** Rocade de Pau (D802) Rond-point de liaison à la D937

**Distance parking-accueil :** 250 à 350 m

**Distance accueil-départ :** 150 m

**Distance arrivée-accueil :** 150 m



### HORAIRES

**Accueil :** 9 h

**Départ :** 10 h à 11 h 30

**Pas de récompenses**

**Fermeture des circuits :** 13h



### CIRCUITS

**Nombre de circuits :** 4 (Voir tableau)



### RÉSULTATS

Sur liversresult,  
sur Facebook du club : Le club COOL – 64  
sur le site LNACO



### SERVICES

Toilettes, Buvette simple avec café, sandwiches jambon et gâteaux



### TARIFS

**Licenciés FFCO :** 19 ans et + : 5,00 € ; 18 ans et - : 3,00 €

**Non-licenciés FFCO :** ajouter au tarif précédent 3 € pour Pass compétition

Lors de la prise de licence, le licencié doit signer 2 attestations : une attestation d'avoir rempli un questionnaire de santé ([https://www.formulaires.service-public.fr/gf/cerfa\\_15699.do](https://www.formulaires.service-public.fr/gf/cerfa_15699.do)) et pris les dispositions médicales nécessaires en cas de réponse positive à une question afin d'adapter sa pratique sportive à son état de santé du moment ; une attestation d'avoir pris connaissance et de respecter tout au long de sa pratique sportive les 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport ([https://www.ffcorientation.fr/media/cms\\_page\\_media/75/10REGLESODOR.pdf](https://www.ffcorientation.fr/media/cms_page_media/75/10REGLESODOR.pdf)) ; le licencié s'engage également à avoir pris connaissance et à suivre les règlements FFCO : des compétitions, antidopage, médical, etc.

**Location de puce :** Caution de 40 euros ou pièce d'identité



### INSCRIPTIONS

Date limite: Lundi 26 janvier 2026 à 24h00 sur site LNACO : <http://liguenouvelleaquitaine-co.fr/inscription/>



### CONTACT

Marie Bondivenne : 06 32 84 09 06 lesbdv@orange.fr





## ANNONCE DE COURSE \* DÉPARTEMENTALE

### Les Circuits

Circuit	Niveau Urbain	Niveau Forêt	Distance	Dénivelée	Nombre de postes
Viorange Long	Orange	Violet	6,500 km	160 m	29
Viorange Moyen	Orange	Violet	4,750 km	100 m	24
Jaurange	Entre jaune et Orange		4,800 km	80 m	18
Bleu		Bleu	2,600 km	60 m	14

### Foire aux questions

#### 1. Est-ce que c'est une Longue Distance ?

Non, mais il y a des choix d'itinéraires, et des postes à poste long...

#### 2. Est-ce que c'est une Moyenne Distance ?

Non, mais il y aura des postes très technique demandant une orientation fine...

#### 3. Est-ce que c'est un Sprint ?

Non, mais il y aura une partie en ville, et des postes très rapprochés...

#### 4. Ben, c'est quoi alors ?

Comme en 2022, c'est un format inhabituel, avec une partie en ville (sauf pour le circuit enfants : bleu), et une partie en parc et forêt. Cette épreuve se veut aussi très ludique et originale, combinant plusieurs formats de CO.

Pourquoi faudrait-il choisir ?

Pour la majorité d'entre nous, tous les types de CO ont leurs points forts qu'on apprécie. Nous avons voulu vous proposer un concentré. Le terrain s'y prête, et la carte, très détaillée, a été réalisée avec cet objectif.

L'alternance de terrain demandera une forte adaptation du rythme de course.

#### 5. C'est quoi ces noms de circuit bizarres ?

C'est juste pour rappeler les niveaux de difficulté qui peuvent être différents entre la partie urbaine, et la forêt. Et puis, on voulait s'amuser un peu ☺ !!!

#### 6. Pourquoi la course n'est pas au CN ?

Malheureusement, le règlement des courses CN n'est pas assez souple pour accepter l'originalité de cette course (format, échelle, longueur, ...). Nous aurions aimé vous proposer ce classement, mais ça reste impossible.

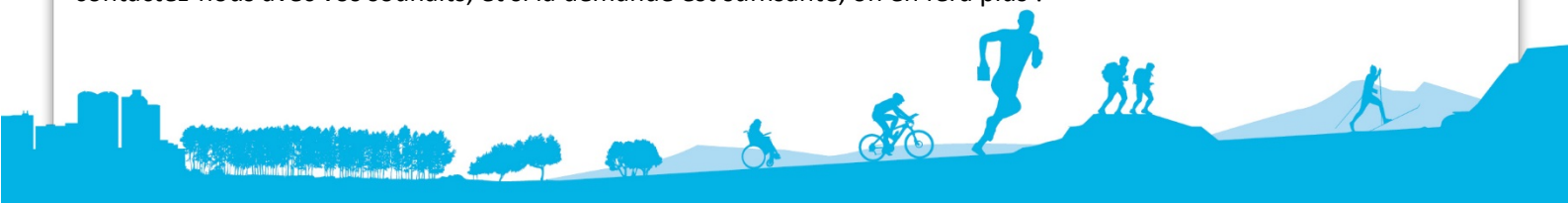
#### 7. Pourquoi avoir choisi de faire la carte au 1/4000<sup>ème</sup> ?

Tant pour la partie urbaine que pour la forêt, il y a énormément de détails. Une échelle plus grosse n'aurait pas permis de les représenter de façon lisible. Effectivement, en conséquence, la lecture de carte sera exigeante et contribuera à augmenter la charge mentale pendant la course.

#### 8. Pourquoi aussi peu de circuits ?

La course n'étant pas au CN, et compte tenu de notre position géographique excentrée (voire de son format atypique) nous avons peur qu'elle n'attire que peu de monde. Nous avons quand même essayé de préserver l'essentiel.

Mais s'il y a de la demande, nous pourrions envisager de proposer des circuits complémentaires. Donc, n'hésitez pas, contactez-nous avec vos souhaits, et si la demande est suffisante, on en fera plus !



## 9. Quelles sont les longueurs des circuits ?

Vous pouvez vous reporter au tableau récapitulatif. Les longueurs sont calculées « à vol d'oiseau », classiquement, même pour la partie urbaine. Les dénivelées sont calculées par l'itinéraire le plus pertinent. Pour le jalonné, c'est la longueur en suivant les jalons.

On a choisi d'avoir des longueurs intermédiaires entre LD et MD, de façon à couvrir les distances des circuits classiques de nos régionales pour toutes les catégories.

Les contraintes de traçage amèneront peut-être à des distances un peu différentes.

## 10. Pourquoi autant de postes sur chaque circuit ?

Ben, parce que c'est plus rigolo !

Après tout, construire un itinéraire, chercher (et trouver) un poste, c'est l'essence de notre sport. Alors on essaye de vous en donner plus !

Notre espoir, c'est quand même d'avoir plus de concurrents que de postes posés sur le terrain ☺ !!!

## 11. Quelle tenue pour courir ?

Pour la partie urbaine, franchement, les picots sont largement déconseillés !

Mais les pentes, courtes, parfois raides, peuvent être glissantes. Donc des crampons seront bien utiles en forêt !

La végétation est plutôt dense avec une invasion de « Lauriers palme ». Les ronces sont rares. Néanmoins, il est conseillé de courir jambes couvertes.

