



Ligue Nouvelle Aquitaine de Course d'Orientation

Règlement des Compétitions 2026

*Ce présent règlement est adopté par le Conseil
d'administration LNACO*

Il est applicable à compter du 8 janvier 2026



Table des matières

1. Préambule	5
2. Règlements communs à toutes les courses régionales et départementales (pédestre, VTT...)	5
2.1. Construction du calendrier des compétitions	5
2.2. Préparation des compétitions	6
2.3. Annonces de course	6
2.4. Inscriptions aux compétitions	6
2.4.1. Conditions d'inscriptions	7
2.5. Cartes des compétitions CN	8
2.6. Experts/Techniciens pour les compétitions CN	8
2.7. Nomination des DAR et CCR ou TR	9
2.7.1. Prise en compte des frais de déplacement	9
3. Classification des compétitions	10
4. Compétitions course d'orientation pédestres	10
4.1. Championnats de Ligue pédestres qualificatifs au championnat de France (groupe B2).	10
4.1.1. Qualifications/Quota	11
Conditions de qualifications aux Championnats de France	11
4.1.2. Calendrier	11
4.1.3. Conditions de participation	11
4.1.4. Clôture des inscriptions	11
4.1.5. Horaires de départ	11
4.1.6. Regroupement de circuits	11
4.1.7. Ramassage des cartes	12
4.1.8. Récompenses	12
4.1.9. Championnat de Ligue Longue Distance	12
4.1.9.1. Départ	12
4.1.9.2. Cartes	12
4.1.9.3. Circuits/catégories	13
4.1.10. Championnat de Ligue Moyenne Distance	13
4.1.10.1. Départ	13
4.1.10.2. Cartes	13
4.1.10.3. Circuits/Catégories	13
4.1.11. Championnat de Ligue de Sprint	13
4.1.11.1. Départ et Quarantaine	13
4.1.11.2. Cartes	14
4.1.11.3. Circuits/Catégories	14
4.2. Championnats de Ligue non qualificatifs (Groupe B2)	14
4.2.1. Championnat de Ligue de Nuit	14
4.2.1.1. Départ	14
4.2.1.2. Cartes	14
4.2.1.3. Circuits/Catégories	14
4.2.1.4. Récompenses	15
4.2.2. Championnat de Ligue des Clubs (Relais)	15
4.2.2.1. Organisation	15

4.2.2.2. Composition	15
4.2.2.3. Horaires championnat	16
4.2.2.4. Trophée relais	16
4.2.2.5. Circuit jalonné et Open	16
4.2.2.6. Traçage & contrôle	16
4.2.2.7. Arbitrage	17
4.2.2.8. Divers	17
4.2.3. CLRS (Championnat de Ligue de Relais Sprint)	17
4.3. Championnats Inter-Régionaux, Courses à étapes régionales (groupes B2 et C2) - Compétitions Régionales par catégories d'âge (Groupe C2)	17
4.4. Compétitions régionales et Départementales organisées par circuits de couleur (groupe D)	18
4.4.1. Compétitions Régionales et Départementales CN	18
4.4.1.1. Conditions de participation	18
4.4.1.2. Départ	18
4.4.1.3. Cartes	18
4.4.1.4. Arrivée	18
4.4.1.5. Circuits de couleurs	19
4.4.1.6. Sprints	20
4.4.1.7. Experts et Techniciens	20
4.4.1.8. Départementales CN	21
4.4.1.9. Récompenses	21
4.4.2. Départementales non CN et formats particuliers (O'Score...)	21
5. Compétitions à VTT	22
5.1. Objectif	22
5.2. Experts/Technicien	22
5.3. Championnat de Ligue (CN VTT), groupe B2	22
5.3.1. Formats de course / Circuits / Catégories / Temps / Distances / Niveaux techniques	22
5.3.2. Conditions de participation	22
5.3.3. Récompenses	22
5.4. Course Régionales et Départementales (CN VTT), groupe D	23
6. Orientation de précision	23
7. Classement individuel et clubs de la coupe de Nouvelle Aquitaine	23
7.1. Classement individuel pédestre	23
7.2. Classement individuel VTT	24
7.3. Classement clubs	24



1. Préambule

Ce document a pour but de préciser les dispositions particulières relatives à l'organisation des compétitions régionales et départementales organisées en Nouvelle Aquitaine. Sont également précisées les règles techniques spécifiques à la LNACO et quelques règles fédérales qu'il est bon de rappeler.

Les compétitions en Nouvelle Aquitaine sont organisées conformément aux directives de la Fédération Française de Course d'Orientation.

Lorsque cela est utile, vous trouverez les noms des documents qu'il vous faudra consulter, le RC FFCO 2026 en cours ou autres documents disponibles sur le site fédéral ou LNACO.

2. Règlements communs à toutes les courses régionales et départementales (pédestre, VTT...)

2.1. Construction du calendrier des compétitions

Tous les championnats régionaux (sauf relais) et courses régionales sont inscrits au CN (Classement National), les départementales sont inscrites ou pas au CN. Elles doivent toutes être validées par la Ligue avant d'apparaître à l'agenda FFCO.

La commission calendrier de la LNACO transmet aux clubs le calendrier des compétitions de l'année N+1 qu'il faut renseigner dans les délais prescrits. En règle générale :

- avant l'été pour les championnats de Ligue avec une délibération par le Conseil d'Administration pour leur attribution ;
- durant l'été et jusqu'en Octobre pour les autres courses régionales et départementales CN et non CN.
- L'inscription des organisations au CN sur le site de la FFCO doit être réalisée avant le 1er décembre de l'année N-1.

Exceptionnellement, une course CN peut être ajoutée à l'agenda en cours d'année sur demande auprès de la commission « pratique sportive » de la LNACO (pratiquesportive@liguenouvelleaquitaine-co.fr) et sur approbation de la FFCO. Dans ce cas, le club fournit une garantie sur le respect des délais d'organisation et propose le nom d'un délégué/arbitre régional (DAR) disponible. Les courses non CN peuvent être ajoutées en cours d'année sur demande.

En cas de conflit de dates, les clubs doivent se coordonner. Si besoin, la commission pratique sportive décide en donnant généralement la priorité aux courses régionales.

2.2.Préparation des compétitions

L'organisateur doit obtenir suffisamment tôt les autorisations nécessaires auprès des propriétaires, mairie, ONF, etc...L'objectif est d'avoir une situation claire 3 mois avant la compétition et les points durs potentiels identifiés.

La déclaration administrative de course doit être déposée au minimum 2 mois avant la compétition auprès des services concernés (mairies, préfectures). Le DAR veille à faire respecter ces délais et plus généralement se tenir au courant en temps utiles des avancées auprès de l'organisateur : cartographie, traçage, contrôle, sécurité, etc...).

Documents à consulter en priorité dans le cadre de la préparation d'une compétition :

RC FFCO de l'année en cours.

RTS (Règles Techniques et de Sécurité) :

<https://www.ffcorientation.fr/licencie/fede/reglementation/>

RC LNACO

Memento du DAR :

https://liguenouvelleaquitaine-co.fr/documents/ffco/memento_du-DARegional_2024.pdf

2.3.Annonces de course

Tous les formats de course CN doivent faire l'objet d'une annonce de course diffusée sur le site de la LNACO après validation faite par le Délégué/Arbitre (DAR) nommé pour la compétition.

Ces annonces sont mises en ligne au plus tard un mois avant la compétition. Ce délai doit être plus particulièrement respecté dans le cadre des championnats. Après validation, l'annonce de course doit être transmise par mail à : annonces-inscriptions@liguenouvelleaquitaine-co.fr.

En plus des informations classiques exigées, les annonces doivent obligatoirement renseigner sur le nombre, le nom des circuits et sur la configuration des boîtiers (Air+). Si possible, indiquer les détails des circuits : longueur, dénivelé....

Afin d'assurer une homogénéité de la présentation des ces annonces, utiliser les modèles disponibles sur le site FFCO : <https://www.ffcorientation.fr/licencie/clubs/organisations/>

Les courses ou animations non CN peuvent également faire l'objet d'une annonce de course mise en ligne sur le site LNACO.

2.4.Inscriptions aux compétitions

La LNACO dispose d'un site internet permettant les inscriptions de tous les licenciés FFCO et aussi des non licenciés. Bien qu'ancien et non évolutif, ce site a l'avantage de proposer en ligne le choix des horaires de départ sur les courses où ceux-ci sont libres.

L'accès au site est libre pour l'inscription, mais le choix d'un horaire ou une modification/annulation de l'inscription est soumise à un mot de passe que chaque licencié peut initialiser lors de son premier choix d'horaire. En cas de problème (perte de mot de passe) contacter : annonces-inscriptions@liguenouvelleaquitaine-co.fr


Dans certains cas, les inscriptions peuvent être réalisées sur le site FFCO (ex : courses régionale à caractère national).

L'annonce de course doit préciser le site internet et la date de fin des d'inscriptions.

2.4.1. Conditions d'inscriptions

En Ligue NA, lors des courses par catégories ou par circuits de couleurs, les licenciés et titulaires d'un Pass' O (licence journalière) peuvent s'inscrire sur les circuits conformément au tableau ci-après :

Licence	Circuits par catégories	Circuits de couleurs (Sauf Sprint § 4.4.1)	Classement
Licencié "Compétition" Adulte	Tous les circuits sont autorisés. <i>Le sous-classement ne donne pas droit au titre dans un championnat de Ligue ni à une qualification aux CF</i>	Tous	National
Licencié "Compétition" H/D18 et moins	Surclassement interdit (sauf , voir RC 2026 article X.2) <i>Le sous-classement ne donne pas droit au titre dans un championnat de Ligue ni à une qualification aux CF</i>	Tous	National
Pass' Compétition Adultes et H/D18 et moins <i>Ne donne pas droit au titre dans un championnat ni à une qualification aux CF</i>	Voir lignes ci-dessus.	Tous	Journalier
Licencié "Découverte Compétition" <i>Ne donne pas droit au titre dans un championnat ni à une qualification au CF</i>	Jusqu'aux circuits équivalents au niveau jaune max (H/D14).	Jaune maximum	Journalier
Pass' Découverte-Compétition <i>Ne donne pas droit au titre dans un championnat ni à une qualification au CF</i>	Jusqu'aux circuits équivalents au niveau jaune max (H/D14)	Jaune maximum	Journalier
Licencié "Loisirs Santé" et Pass' Loisirs-Santé <i>Ne donne pas droit au titre dans un championnat ni à une qualification au CF</i>	Jusqu'aux circuits équivalents au niveau jaune max (H/D14)	Jaune maximum	Sans Classement



Pour obtenir un Pass'C et Pass'DC auprès de l'organisateur de la course, les coureurs devront préalablement prendre connaissance des dispositions médicales obligatoires définies dans le RC FFCO, systématiquement affichées à l'accueil et dans les annonces de courses.

Les licenciés LS et titulaires d'un Pass LS ne sont pas classés, mais peuvent être enregistrés dans la Gestion Électronique de Course pour un meilleur suivi des retours de course, puis saisis Non Classés par l'organisateur et le DAR.

S'il le désire, l'organisateur peut limiter l'inscription des Pass'O à certains circuits, notamment lors des compétitions organisées par catégories.

Consulter le RC FFCO pour les autres règles générales.

2.5. Cartes des compétitions CN

Les cartes mises à disposition des coureurs doivent respecter : le RC FFCO 2026 et le règlement cartographique

https://www.ffcoorientation.fr/media/cms_page_media/72/reglementcartographique2020.pdf

Afin d'avoir une homogénéité dans la qualité des supports cartographiques fournis aux coureurs, la LNACO recommande fortement de solliciter les services de professionnels pour l'impression des cartes de compétition.

2.6. Experts/Techniciens pour les compétitions CN

Chaque épreuve doit être tracée par un Traceur Régional diplômé, ou par un traceur en formation supervisé par un CCR diplômé .

Chaque épreuve doit avoir 2 experts titulaires : un Contrôleur des Circuits Régional et un Délégué/Arbitre Régional. Le DAR doit toujours être extérieur à la structure organisatrice. La présence du contrôleur est fortement souhaitée le jour de la course.

Le CCR et le TR peuvent être du même club au sein de la LNACO.

Dans le cas de la présence de TR ou CCR stagiaires, voir ci-dessous les modalités de validation des diplômes :

VALIDATION hors temps de formation	TR titulaire	TR stagiaire	CCR stagiaire	CCR titulaire
Le club A organise une épreuve régionale ou départementale au CN et en format forêt (circuits Vert à Violet)	Aucun	Licencié au club A	Licencié au club B	Licencié au club C
	Aucun	Licencié au club A	Aucun	Licencié au club B ou C
	Licencié au club A	Aucun	Licencié au club B	Licencié au club A ou C
	Aucun	Licencié au club B	Aucun	Licencié au club A
	Licencié au club A	Aucun	Aucun	Licencié au club A <i>Dans le règlement LNACO, seul l'arbitre doit être extérieur à la structure organisatrice (1)</i>
Les SPRINT ne sont pas des épreuves éligibles à la validation d'un TR ou CCR.				

2.7. Nomination des DAR et CCR ou TR

La Ligue nomme les Délégués Arbitres Régionaux des courses au classement national.


Les structures organisatrices doivent être en mesure de fournir autant de prestations d'arbitrage que de compétitions ou journées de compétitions qu'elles organisent pendant l'année. C'est la méthode utilisée pour la construction du calendrier arbitral annuel.

2.7.1. Prise en compte des frais de déplacement

Les DAR et CCR titulaires nommés par la Ligue peuvent prétendre au remboursement de leurs frais de déplacement (route, repas et hébergement le cas échéant). Les taux de remboursement kilométriques sont fixés chaque année et sont indiqués sur la fiche de frais disponible en ligne sur le site LNACO.

Nota : Si le CCR est du club organisateur, la ligue ne remboursera pas les frais de déplacement.

Afin d'obtenir les remboursements dûs, les fiches de frais et copies des factures doivent être transmis par courriel à : arbitres@liguenouvelleaquitaine-co.fr et en copie à tresorier@liguenouvelleaquitaine-co.fr.



Rappel : possibilité de faire des dons aux œuvres pour les personnes intéressés. Les modalités de transmission des documents justificatifs sont identiques. En retour, la Ligue envoie un certificat de don à l'intéressé.

3. Classification des compétitions

Rèf : RC FFCO 2026

Ce règlement ligue ne concerne que les organisations du :

Groupe B2 : Il correspond aux championnats de ligue organisés par catégories d'âge ;

Groupe C2 : Il correspond aux courses à étapes et régionales par catégories d'âge organisées par les ligues et manche de la coupe de France des raids orientation;

Groupe D : Les courses régionales ou départementales sur circuits de couleurs ou de catégories inscrites au CN ou pas.

4. Compétitions course d'orientation pédestres

Les règles fédérales spécifiques aux compétitions pédestres s'appliquent. Elles sont détaillées dans le RC FFCO 2026 page 29.

4.1. Championnats de Ligue pédestres qualificatifs au championnat de France (groupe B2).

Les trois championnats de Ligue qualificatifs au championnat de France sont pour 2026 les deux premiers de chaque catégories :

- Moyenne Distance (CLMD)
- Longue Distance (CLLD)
- Sprint CL



4.1.1. Qualifications/Quota

Conditions de qualifications aux Championnats de France

Les modalités de qualification aux championnats de France sont définies dans le RC FFCO 2026 page 31. La liste des qualifiés d'office est publiée sur le site FFCO en amont des championnats de France.

4.1.2. Calendrier

Les championnats de Ligue auront lieu au minimum 1 mois avant les Championnats de France des formats correspondants.

4.1.3. Conditions de participation

Voir tableau § 2.4.1, colonne 'Circuits par catégories'.

4.1.4. Clôture des inscriptions

Pour ces championnats, la clôture des inscriptions sera programmée 10 jours minimum avant la compétition.

Passé ce délai, seul le DAR pourra décider d'accepter ou pas les inscriptions tardives. Ce délai est nécessaire à la Ligue pour répartir les quotas sportifs en fonction du nombre d'inscrits par catégories, ainsi qu'aux organisateurs et DAR pour éditer sereinement les listes de départ.

4.1.5. Experts et Techniciens

Les TR et le CCR peuvent être du même club organisateur, sauf en cas de validation de stagiaire (voir § 2.6).

4.1.6. Horaires de départ

Les horaires sont imposés. Les listes de départ sont proposées par l'organisateur et validées par le DAR. Les listes seront diffusées aux clubs participants dans les meilleurs délais.

4.1.7. Regroupement de circuits

En cas de faible affluence effective ou anticipée sur certains circuits et sous le contrôle du DAR, les regroupements de circuits sont autorisés en respectant les niveaux de difficultés techniques et physiques. Des propositions de regroupements sont à consulter dans le RC FFCO 2026.

4.1.8. Ramassage des cartes

Les cartes de la course sont ramassées à l'arrivée des circuits et remises à la disposition des coureurs après les derniers départs du championnat après accord de l'arbitre.

4.1.9. Récompenses/Titres

Seront déclarés "Champion de Nouvelle Aquitaine" :

Le 1^{er} licencié compétition H/D20 et plus de chaque circuit qui a concouru dans sa catégorie ou dans une catégorie supérieure et appartenant à la Ligue Nouvelle-Aquitaine (même étranger).

Le 1^{er} licencié compétition H/D18 et moins qui a concouru dans sa catégorie et appartenant à la Ligue Nouvelle-Aquitaine (même étranger).

Les trois premiers H et D dans les catégories 12 à 21 sont récompensés par des médailles fournies par la Ligue.

L'organisation des récompenses est libre pour les catégories 10, 35 et + , les catégories 12 à 21 en complément des médailles, les concurrents hors ligue ou titulaires de Pass'C et DC. Les concurrents sous-classés ne devraient pas prétendre à une récompense.

4.1.10. Championnat de Ligue Longue Distance

4.1.10.1. Départ

Les départs sont échelonnés toutes les deux minutes et la prise de carte se fait au top départ sauf pour DH20 et DH21 départ toutes les trois minutes.

Écart obligatoire de 4 mn minimum entre deux coureurs d'un même club.

Les horaires de départ doivent être aménagés afin que les coureurs sous-classés, les licenciés DC ainsi que les titulaires de Pass'C et DC prennent le départ en dehors des blocs de catégories concourants au titre.

4.1.10.2. Cartes

Échelle 1/15000 ou 1/10000 selon les catégories ou/et la complexité du terrain. Norme ISOM 2017.

Possibilité d'employer l'échelle 1/7500 pour les circuits vert, bleu, jalonné et pour les catégories H/D60+ au choix de l'organisateur.



4.1.10.3.Circuits/catégories

Les circuits et catégories sont associés conformément au RC FFCO 2026.

4.1.11. Championnat de Ligue Moyenne Distance

4.1.11.1.Départ

Idem CLLD sauf pour les HD20 et HD21 départ toutes les trois minutes.

4.1.11.2.Cartes

Idem CLLD à l'exception de l'échelle 1/15000 proscrite.

4.1.11.3.Circuits/Catégories

Les circuits et catégories sont associés conformément au RC FFCO 2026 en cours de validité.

4.1.12.Championnat de Ligue de Sprint

Ce championnat se déroule selon les modalités du CF Sprint mais en une seule manche pour toutes les catégories.

4.1.12.1.Départ et Quarantaine

Les départs sont échelonnés toutes les minutes et la prise de carte se fait au top départ.

Écart obligatoire de 2 mn minimum entre deux coureurs d'un même club.

L'organisateur doit aménager une zone de quarantaine - Fermeture de celle-ci 10' avant le premier départ.

Quarantaine obligatoire pour les catégories 14, 16, 18-20 et 21-35.

Les horaires de départ doivent être aménagés afin que les coureurs sous-classés, les licenciés DC ainsi que les titulaires de Pass'C et DC prennent le départ en dehors des blocs de catégories concourants au titre.

4.1.12.2. Cartes

L'échelle des cartes est le 1/4000 à la norme ISSprOM 2019-2. Il est toutefois possible d'agrandir la carte au 1/3000 pour les catégories DH 60 et plus. Cet élargissement s'applique à tous les symboles y compris ceux relatifs au parcours. Le format maximal est désormais le format DIN A3.

4.1.12.3. Circuits/Catégories

Les circuits et catégories sont associés conformément au RC FFCO 2026 en cours de validité. En plus des circuits compétition qualificatifs, l'organisateur doit prévoir un circuit open pour les D/H10-12, si la configuration des lieux le permet en termes de sécurité et de difficulté technique.

Circuit hors championnat :

Catégories	Circuit	Temps de course	Niveau technique
H/D 10 - 12	OPEN	12' à 15'	2 - BLEU

Nota : Accompagnement obligatoire H/D10 et autorisé pour les H/D12 mais sans classement.

4.2. Championnats de Ligue non qualificatifs (Groupe B2)

4.2.1. Championnat de Ligue de Nuit

En Nouvelle Aquitaine, le format est calqué sur celui du championnat de France correspondant dont les règles sont dictées dans le RC FFCO.

4.2.1.1. Départ

Idem CLLD et CLMD

4.2.1.2. Cartes

Idem CLMD

Pas de ramassage de cartes en fin de parcours, sauf si le DAR l'exige et qu'il a prévenu l'organisateur suffisamment en amont.

4.2.1.3. Circuits/Catégories

Les circuits et catégories sont associés conformément à l'article 5 (pédestre) du RC FFCO 2026.



Des regroupements de circuits sont autorisés avec l'accord du DAR.

4.2.1.4. Récompenses

Les récompenses sont décernées sur le même principe que les 3 Championnats de Ligue LD, MD et Sprint.

4.2.2. Championnat de Ligue des Clubs (Relais)

4.2.2.1.1. Organisation

Ce championnat de relais permet de décerner le titre de « Champion de Nouvelle-Aquitaine des Clubs ».

Les niveaux (balises) des compétiteurs inscrits sont libres, mais restent sous la responsabilité des clubs.

Cette compétition n'est pas inscrite au CN.

4.2.2.2. Composition

Le championnat sera constitué d'équipes de 4 coureurs d'un même club.

Toutes les équipes d'un même club sont classées. Néanmoins, seule une équipe par club, celle qui aura obtenu le meilleur résultat, aura accès au podium.

Le panachage entre clubs est possible pour compléter ou créer une équipe, tout comme la constitution d'équipes départementales ou d'équipes hors ligue. Elles ne pourront pas prétendre au podium.

CHAMPIONNAT de LIGUE DES CLUBS		
Relais comprenant 1 Dame Jeune (D18 et moins), 1 Homme Jeune (H18 et moins), 1 Dame (D18 et plus), 1 Homme (H18 et plus)		
Relayeur 1	Circuit Jaune	30'
Relayeur 2	Circuit Violet	40'
Relayeur 3	Circuit Jaune	30'
Relayeur 4	Circuit Violet	40'

4.2.2.3. Horaires championnat

Le départ du Championnat est fixé à une heure H par l'organisateur, le départ en masse des retardataires sera à minima après l'arrivée des 3 premières équipes du championnat. Les équipes sont classées au total du temps des quatre compétiteurs.

4.2.2.4. Trophée relais

En complément du championnat, un trophée est organisé en faveur des orienteurs plus jeunes et débutants sur une base de circuits « bleus » et « jaune ». Il est composé d'équipes de 3, panachables librement entre clubs. Il ne permet pas de décerner de titre, aussi les équipes clubs et panachées sont classées sans distinction et peuvent toutes prétendre au podium.

Les niveaux (balises) des compétiteurs inscrits sont libres mais restent sous la responsabilité des clubs.

Le départ en masse du trophée est fixé après le départ du championnat (intervalle libre). Le départ en masse se fera en même temps que celui du championnat. Les équipes seront classées au total du temps des trois compétiteurs.

Il peut être baptisé en hommage à un orienteur marquant de la région.

TROPHÉE RELAIS		
Relais sans contrainte de composition.		
Relayeur 1	Circuit Bleu	20'
Relayeur 2	Circuit Jaune	30'
Relayeur 3	Circuit Bleu	20'

4.2.2.5. Circuit jalonné et Open

Un circuit jalonné individuel ou en relais de 2 peut être proposé, de même qu'un relais Open sans contrainte de composition et de niveaux.

4.2.2.6. Traçage & contrôle

A noter que le traçage doit permettre de préserver le contact tout au long de la course afin de bien préserver l'esprit relais. Les niveaux techniques doivent donc être adaptés aux couleurs et au format et les combinaisons simples afin de limiter les erreurs et de faciliter le contrôle, mais surtout de simplifier l'organisation.



4.2.2.7. Arbitrage

L'arbitrage sera assuré par DAR désigné par la ligue

4.2.2.8. Divers

Une bourse aux équipiers est mise en place par l'organisateur.

Des dossards doivent être réalisés pour l'épreuve (les couleurs/marquage de préférence en adéquation avec celles du CFC).

Rappel relais : les classements sont établis au franchissement de la ligne d'arrivée sous contrôle d'un juge désigné par l'organisateur.

4.2.3. CLRS (Championnat de Ligue de Relais Sprint)

L'objectif est d'organiser au sein de la Ligue une compétition de ce format une fois par an. De préférence, elle sera couplée à une autre épreuve régionale.

Le format de cette compétition (équipes, méthodes de traçages) devra s'inspirer largement du Championnat de France correspondant (RC FFCO 2026), notamment pour le relais donnant droit au titre.

Les règles d'organisation et d'arbitrage sont basées sur celles du CLC § 4.2.2.

4.3. Championnats Inter-Régionaux, Courses à étapes régionales (groupes B2 et C2) - Compétitions Régionales par catégories d'âge (Groupe C2)

Ces compétitions sont organisées sur les mêmes principes que les différents formats des championnats de Ligue.

Les experts en charge sont titulaires des diplômes régionaux. Le TR et CCR peuvent être du même club organisateur.

Les courses régionales sont organisées par catégories en cas de forte affluence, notamment dans le cadre de compétitions associées à un événement fédéral (CFMD, CFC...).

Ces compétitions ne décernent pas de titres. Les éventuelles récompenses sont à la charge de l'organisateur.



Compétitions régionales et Départementales organisées par circuits de couleur (groupe D)

Les courses régionales et départementales doivent respecter les règlements administratifs, techniques et de sécurité définies par la FFCO pour pouvoir prétendre à l'inscription au classement national : RC FFCO 2026. Cependant, l'organisation de ces courses est allégée par rapport aux courses des groupes B2 et C2.

4.4.1. Compétitions Régionales et Départementales CN

4.4.1.1. Conditions de participation

Voir tableau § 2.4.1 colonne "circuits de couleurs"

4.4.1.2. Départ

Le départ est enregistré au boîtier (non SIAC) et les horaires sont libres dans les créneaux fixés par les annonces de courses. Les départs sont échelonnés toutes les 2 mn pour la LD et MD* et 1 mn pour le format Sprint.

L'écart entre deux coureurs d'un même club est de 4 mn minimum pour la LD et la MD et 2 mn pour le Sprint.

Dans le cas où il y aurait trop de compétiteurs sur un circuit, l'arbitre peut décider de rallonger la plage horaire de 30 minutes, puis si cela ne suffit pas d'autoriser un départ toutes les minutes. Cela étant, il est recommandé d'anticiper si possible et d'ajouter des circuits.

4.4.1.3. Cartes

Les cartes utilisées doivent respecter les règlements fédéraux en termes d'échelles, qualité, normes, graphisme.

Pour faciliter l'organisation des courses sur des terrains variés, des dérogations peuvent être demandées afin d'utiliser des cartes hors format, exemples :

- Carte au 1/7500 sur une course MD,
- Carte au 1/3000 sur un sprint.

Ces dérogations devront être préalablement acceptées par les Délégués Arbitres nommés pour les compétitions.

4.4.1.4. Arrivée

Pas de ramassage de cartes exigé sauf sur demande préalable du DAR.

4.4.1.5.Circuits de couleurs

Consulter :

Le « Guide de mise en place des circuits de couleur » :

https://www.fforientation.fr/media/cms_page_media/72/Guide_mise_en_place_des_circuits_de_couleur_kMyp25.pdf

La méthode fédérale :

https://www.fforientation.fr/media/cms_page_media/72/M%C3%A9thode%20F%C3%A9d%C3%A9rale%20-%20Edition%202016.pdf

La LNACO a défini dans le tableau qui suit les caractéristiques des circuits qui doivent être proposés sur les compétitions régionales :

Couleurs des circuits	Niveaux techniques (Méthode fédérale)	Distance/Dénivelé cumulés ¹ LD	Distances /Dénivelée cumulées ¹ MD
Violet extra Long (VXL) ou Noir	5-6 (violet)	11 km	5,5 km
Violet Long (VL)	5-6 (violet)	8,5 km	4,5 km
Violet Moyen (VM)	5-6 (violet)	6 km	3,7 km
Violet Court² (VC)	5-6 (violet)	4 km	3,2 km
Orange (O)	4 (orange)	6,5 km	3,8 km
Jaune (J)	3 (jaune)	4,5 km	3,2 km
Bleu (B)	2 (bleu)	3,5 km	2,8 km
Vert (V)	1 (vert)	2,5 km	2,3 km
Jalonné	Jalons – proposer des coupes à l'intérieur des jalons	2 km hors coupe	2 km hors coupe
Labyrinthe ou jeu d'orientation	Facultatif		

1) On entend par distance/dénivelée cumulée la somme de la distance + dénivelée x 10 Exemple : circuit de 8 Km et 50 m de dénivelée = un circuit Violet Long de 8,5 Km. Le calcul de la dénivelée s'effectue selon l'itinéraire à vol d'oiseau et/ou sur le meilleur itinéraire supposé.

2) Le circuit violet court doit pouvoir s'effectuer sans traverser des zones de progression difficiles pouvant mettre en danger des hommes ou des dames de 70 ans et +

Les regroupements de circuits sont permis si le nombre d'inscrits est inférieur à 6.

Le choix des circuits est libre pour les adultes H/D 18 et +. Pour les coureurs H/D 16 et moins, le choix est laissé à l'appréciation des encadrants des clubs en fonction des compétences et capacités acquises. Toutefois, pour tenir compte de la progression logique sur les plans

physique et technique des tous jeunes coureurs H/D 14 et moins, il est fortement recommandé de suivre le tableau de progression ci-dessous :

Couleur du circuit	Catégories
Jaune	D/H14
Bleu	D/H12
Vert	D/H10

4.4.1.6.Sprints

La quarantaine n'est pas obligatoire pour les régionales et départementales CN Sprint.

En accord avec le DAR, l'organisateur pourra basculer sur le format de catégories, par exemple en cas de nombreux participants (voir RC FFCO 2026).

Afin de conserver un intérêt aux circuits jeunes, le surclassement n'est pas autorisé.

* Accompagnement obligatoire si H/D10

Dénomination CIRCUITS	Catégories de référence	TEMPS
Orange Hommes	H20 et +	12-15'
Orange Dames	D20 et +	12-15'
Orange Jeunes Hommes	H14-H18	12-15'
Orange Jeunes Dames	D14-D18	12-15'
Orange H/D60 et +	H/D60 et +	12-15'
Bleu* Jaune*	H/D10, 12 et initiation	12-15'

* Accompagnement obligatoire si H/D10. Inscription obligatoire dans ce circuit pour les catégories H/D12 et moins.

4.4.1.7.Experts et Techniciens

Les TR et le CCR peuvent être du même club organisateur, sauf en cas de validation de stagiaire (voir § 2.6).



4.4.1.8. Départementales CN

Les courses départementales sont encadrées par le RC FFCO 202, voir guide des circuits de couleurs, sur la base du tableau page 18.

4.4.1.9. Récompenses

L'organisation des récompenses est libre. Elle est à la charge de l'organisateur.

4.4.2. Départementales non CN et formats particuliers (O'Score...)

Les formats de courses sont libres dans le respect des règles de sécurité et administratives de la FFCO.



5. Compétitions à VTT

2026.

Les règles spécifiques aux compétitions à VTT sont détaillées dans le RC FFCO

5.1. Objectif

Pour assurer le développement de cette discipline sur la région Nouvelle-Aquitaine, il est nécessaire d'organiser au moins une compétition dans chaque département dans la mesure du possible, répartie toute l'année afin d'assurer une pratique régulière de la CO à VTT et par tous les temps.

5.2. Experts/Technicien

Les TR et CCR sont titulaires de la formation spécifique VTT. Ils peuvent être du même club.

5.3. Championnat de Ligue (CN VTT), groupe B2

Format au choix de l'organisateur après avis de la commission pratique sportive.

Ce championnat se déroule en une manche, comme les championnats de France, sur une carte neuve ou à jour.

Il est organisé sous le format choisi par l'organisateur : LD ou MD ou Mass-Start ou Sprint.

5.3.1. Formats de course / Circuits / Catégories / Temps / Distances / Niveaux techniques


Voir RC FFCO 2026

5.3.2. Conditions de participation

Voir § 2.4.1 circuits de catégories..

5.3.3. Récompenses

Seront déclarés "Champions de Nouvelle Aquitaine" :



Le 1^{er} licencié compétition H/D20 et plus de chaque circuit qui a concouru dans sa catégorie ou dans une catégorie supérieure et appartenant à la Ligue Nouvelle-Aquitaine (même étranger).

Le 1^{er} licencié compétition H/D17 et moins qui a concouru dans sa catégorie et appartenant à la Ligue Nouvelle-Aquitaine (même étranger).

Les récompenses des trois premiers H et D de chaque catégorie sont à charge de la Ligue (médailles).

Les organisateurs se chargent des récompenses des 10 ans et moins, des récompenses en plus des médailles (éventuellement) et des concurrents hors ligue ou titulaires de Pass'C et DC. Les concurrents sous-classés ne doivent pas prétendre à une récompense.

5.4.Course Régionales et Départementales (CN VTT), groupe D

Elles sont organisées par circuits de couleurs détaillées dans le tableau du 5.2.1 ci-dessus

Autorisation d'utiliser un Vélo à Assistance Électrique (VAE) à condition que le concurrent parte 10 min après les autres concurrents sur un circuit au choix clairement identifié dans les inscriptions en ligne, ce circuit ne donnant pas lieu à classement.

Les conditions d'organisation, d'inscriptions et de participation sont identiques aux régionales pédestres.

6.Orientation de précision

Elles se déroulent selon les modalités du règlement des compétitions FFCO.

7.Classement individuel et clubs de la coupe de Nouvelle Aquitaine


7.1.Classement individuel pédestre

Les coupes individuelles sont attribuées chaque année aux meilleurs compétiteurs de Nouvelle Aquitaine dans chaque catégorie d'âge F.F.C.O, ayant participé aux courses prises en compte pour le classement individuel.

La coupe est attribuée aux catégories suivantes :

DAMES 12, 14, 16, 18, 20, 21, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80 et +

HOMMES 12, 14, 16, 18, 20, 21, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80 et +



Pour le classement individuel sur la saison sont comptées les courses régionales et championnats de Ligue, ainsi que les courses relevant du règlement sportif de la FFCO organisées en Nouvelle-Aquitaine (championnats de France et Nationales).

Sont exclus les départementales au CN.

Le calcul du classement est effectué en ajoutant les points des 7 meilleures courses réalisées dans la saison. La coupe peut être attribuée à des coureurs n'ayant pas réalisé ces 7 courses dès lors qu'ils sont les mieux classés au nombre de points.

Les points sont ceux déterminés par le CN national.

En cas d'égalité, les coureurs sont départagés selon les classements des courses suivantes (dans l'ordre d'importance) :

- 1 - Le championnat de ligue Longue Distance,
- 2 - Le championnat de ligue Moyenne Distance,
- 3 - Le championnat de ligue Sprint.

7.2. Classement individuel VTT

Les coupes individuelles sont attribuées chaque année aux meilleurs compétiteurs de Nouvelle Aquitaine dans chaque catégorie d'âge F.F.C.O., ayant participé aux courses prises en compte pour le classement individuel.

Pour le classement individuel sur la saison sont comptées les courses régionales et championnats de ligue ainsi que les courses relevant du règlement sportif de la FFCO organisées en Nouvelle Aquitaine : (championnats de France et Nationales).

Le classement se fait par catégorie :

DAMES : 12, 14, 17, 20, 21, 40, 50, 60, 70, 80 et +

HOMMES : 12, 14, 17, 20, 21, 40, 50, 60, 70, 80 et +


Le calcul du classement est effectué en ajoutant les points des N meilleures courses réalisées dans la saison. La coupe peut être attribuée à des coureurs n'ayant pas réalisé ces N courses dès lors qu'ils sont les mieux classés au nombre de points.

Les points sont ceux déterminés par le CN national.

N = La moitié + 1 des courses organisées dans la saison.

7.3. Classement clubs

La coupe de Nouvelle-aquitaine des clubs est attribuée chaque année au meilleur club selon le principe suivant :



Prise en compte des points obtenus à la coupe INDIVIDUELLE pédestre et VTT par le meilleur coureur de chaque club dans chaque catégorie :

PÉDESTRE

DAMES 12, 14, 16, 18, 20, 21, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80 et +

HOMMES 12, 14, 16, 18, 20, 21, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80 et +

VTT

DAMES 12, 14, 17, 20, 21, 40, 50, 60, 70, 80 et +

HOMMES 12, 14, 17, 20, 21, 40, 50, 60, 70, 80 et +

- Addition des points obtenus par club.

 **Le club vainqueur est celui qui obtiendra le plus de points** .

ANNEXE 1

TARIFS DES COURSES 2026

Sont concernées par les redevances les courses comptant pour la coupe de Nouvelle Aquitaine.

Epreuves / Catégories	H/D 20 ans et +	H/D 18 ans et -	Part LNACO
Course au CN pédestre LD, MD	10 €	6 €	0.50 €
Régionale O.VTT			
Championnat de ligue LD et MD	11 €	7 €	
Championnat O.VTT			
Inter-régionale LD et MD			
Régionale pédestre Sprint	10 €	6 €	0,50 €
Championnat de ligue Sprint	8 €	6 €	0,50 €
Championnat O Pré	Libre	Libre	
Courses non CN / Départementale			
Courses à étapes régionales	Libre	Libre	0,50 € /course au classement LNACO
Courses Nationales comptant pour la coupe d'Aquitaine	voir FFCO	voir FFCO	0.50€/coureur de NA

Nota 1 : Les prix affichés sont des tarifs maximum sur des événements régionaux classiques. Si des prestations ou services supplémentaires le justifient, si la compétition accueille un nombre élevé de participants entraînant des dépenses et redevances accrues, ces tarifs peuvent être ré-évalués par l'organisateur.

L'organisateur peut bien sûr proposer des tarifs inférieurs sur toutes les courses citées, notamment lorsque des épreuves sont combinées (Ex : 2 sprints le même jour ou 1 sprint + une MD).

Nota 2 : Les tarifs des circuits « jalonné » et « vert » sont libres.

Nota 3 : Les clubs organisateurs peuvent facturer les licenciés inscrits absents aux clubs participants au titre des dépenses engagées, pour part ou totalité du tarif d'engagement.

Prix des Pass'O.

Attention : Aucun Pass'O ne peut être délivré à un licencié.

Tarifs FFCO 2026 : voir site fédéral (Droits_inscriptions_redevances)