






ECOLE DE COURSE D'ORIENTATION

ENTRAINEMENT - MARS 2020



DATE	LIEU	PUBLIC	THEME	MATERIEL	RESPONSABLES
Dimanche 01 mars 10h30 à 12h00	Zellenberg (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O) et Adultes	<i>Cross Orientation</i> (3 circuits)	Tenue pour courir, matériel CO – Puce SI, et boussole.	
Mardi 03 mars de 18h30 à 19h30	Stade de L'Europe - Colmar	Jeunes (Perf' O et Adultes)	Entrainement Foncier - PPG	Tenue pour courir	Christophe Bernauer/Nicolas Dalibard
Samedi 07mars 14h30/16h30	Trois Epis (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O)	Courbes et Boussole	Tenue pour courir, boussole, Puce SI	Christophe Bernauer <i>Signaler sa présence</i>
Dimanche 15 mars à partir de 9h00	Ingersheim (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O) et Adultes	Entrainement Spécial O'VTT	Tenue pour courir, matériel CO – Puce SI	Michel Stribeau <i>Signaler sa présence</i>
Mardi 17 mars de 18h30 à 19h30	Stade de L'Europe - Colmar	Jeunes (Perf' O et Adultes)	Entrainement Foncier - PPG	Tenue pour courir	Christophe Bernauer/Nicolas Dalibard
Samedi 21 mars 14h00/17h00	Breisach (D)	Jeunes (Perf'O- Fin'O) et Adultes	Urban Middle Distance	Tenue pour courir, matériel CO – Puce SI, et boussole.	<i>Club de Gundelfingen</i> (Thomas Schuessler) <u>Annonce</u> <u>Inscription</u>
Dimanche 22 mars A partir de 9h00	Niederhaslach (67)	Jeunes (Perf'O- Fin'O) et Adultes	<u>Championnat</u> <u>LGECO</u> <u>Longue Distance</u>	Tenue pour courir, matériel CO – Puce SI	 Préinscription obligatoire - voir site du COC
Mardi 24 mars de 18h30 à 19h30	Stade de L'Europe - Colmar	Jeunes (Perf' O et Adultes)	Entrainement Foncier - PPG	Tenue pour courir	Christophe Bernauer/Nicolas Dalibard
Samedi 28 mars 13h00/18h00	Schweighouse/Thann (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O)	<u>Championnat</u> <u>LGECO</u> <u>Relais catégorie</u>	Tenue pour courir, boussole, Puce SI	 Préinscription - voir site du COC
Dimanche 29 mars A partir de 9h00	Gildwiller (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O) et Adultes	<u>Championnat</u> <u>LGECO</u> <u>Moyenne Distance</u>	Tenue pour courir, matériel CO – Puce SI	 Préinscription obligatoire - voir site du COC