




ECOLE DE COURSE D'ORIENTATION ENTRAINEMENT – Octobre 2023



DATE	LIEU	PUBLIC	THEME	MATERIEL	RESPONSABLES
Compétitions 1 octobre	Hochstatt (68)	Jeunes (Perf° O - Fin'O) et Adultes	Deux sprints urbains à Hochstatt	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, puce SI, montre.	S'inscrire sur site du club
Samedi 7 septembre 14h30-16h30	Trois Epis (68)	Jeunes (Perf° O - Fin'O) et Adultes	Séance technique	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, montre.	<u>Nicolas</u> S'inscrire sur site du club
Compétition 7-8 octobre	Reims (54)	Jeunes (Perf° O - Fin'O) et Adultes	O'Champagne : MD, sprint nocturne et LD	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, puce SI, montre	S'inscrire sur site du club
Samedi 14 octobre 14h30-16h30	Wineck (68)	Jeunes (Perf° O - Fin'O) et Adultes	Séance technique à thème	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, montre	<u>Théo</u> S'inscrire sur site du club
Compétition 15 octobre	Fontainebleau (77)	Jeunes (Perf° O - Fin'O) et Adultes	CO, Duathl'O ou VTT'O	Tenue pour rouler, vtt, matériel de CO – boussole, puce SI, montre	S'inscrire sur site du club
Samedi 21 octobre	Lunéville (54)	Jeunes (Perf° O)	Passage des Balises des Couleurs	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, puce SI, montre	S'inscrire sur site du club
Mercredi 20 septembre 18h - 19h30	Stade de L'Europe - Colmar	Jeunes (Perf° O - Fin'O) et Adultes	Entraînement Foncier	Tenue pour courir, montre, à boire.	<u>Jeanne</u> S'inscrire sur site du club
Compétitions 26-30 octobre	La Palmyre (17)	Jeunes (Perf° O – Fin'O) et Adultes	CNE  La Tremblade Ronce-les-Bains	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, puce SI, montre.	S'inscrire sur site du club