



Ligue
Hauts-de-France
Course d'Orientation

**Stage de Course d'Orientation de la ligue des Hauts de France
13/04 (à 14H) au 16/04/2020 (à 11H)
en Côte d'Or (à l'issue des 3 jours de Pâques en Bourgogne)**

Le stage se fait avec hébergement **en gestion libre** (tous les repas sont à prévoir, en autonomie, par gîte) sur 3 sites, tous proposés par des orienteurs Bourguignons :

1) O'berges de l'Ouche à Saint Victor/Ouche : www.valleedelouche.com (JD Lalevée) : gîte de 50 places + plusieurs emplacements camping-cars le long du canal de l'Ouche :

pour 50 personnes : 1700 €
+ chauffage : 150 €
+ nettoyage : 175 € (ou à verser en caution)
+ option draps : 456 € (7x12 + 8x36 = 84 + 372)
Total : 2481 € taxe de séjour incluse.
soit / personne : 50 € pour les 3 nuits (17 €/nuit tout inclus)
dont arrhes versées 500 €

2) Arnaud Bizouard : cbaulas21@gmail.com

Tout inclus (draps, ménage et taxe de séjour).

- Cbaulas à Lantenay : pour 9 personnes (3 lits doubles + 3 lits simples)

soit / personne : 60 € pour les 3 nuits (20 € / nuit tout inclus)

Total : 540 € (dont arrhes versées 180 €)

+ 1 camping-car possible

- Chouette à Poisot : pour 4 personnes (1 lit double + 1 canapé)

soit / personne : 60 € pour les 3 nuits (20 € / nuit tout inclus)

Total : 240 € (dont arrhes versées 60 €)

- Chevêchette à Poisot :

pour 2 personnes (1 canapé, avec 1 bain nordique)

soit / personne : 60 € pour les 3 nuits (20 € / nuit tout inclus)

Total : 120 € (dont arrhes versées 40 €)

Coût total : 900 € dont arrhes versées 280 €

3) Distances :

Dijon – Saint Victor/Ouche : 31 km, 32'

Saint Victor/Ouche – Lantenay : 20 km, 24'

Saint Victor/Ouche – Poisot : 17 km, 22'

La ligue HF a avancé l'acompte du coût des hébergements

Chaque club doit avoir réglé son hébergement en totalité à la ligue pour le 9 Mars 2020.

Déplacement par voitures ou minibus individuels ou de club.

Programme : 5 entraînements sont prévus. La GEC sera utilisée pour les exercices. Chaque club ou association de petits clubs prendra en charge l'organisation d'un entraînement.

Il y aura 4 groupes de **niveau d'exercice** à chaque entraînement :

1 violet-noir, 2 violet, 3 jaune-orange, 4 bleu vert (répartition par niveaux faite à l'inscription).

T
é
l
é
p
h
o