



# RAID ORIENTATION

## "La Méridienne 2025"

Dimanche 19 janvier  
Sauveterre de Rouergue (12)



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation :** Cent Vallées Orientation 12

**Accès :** Salle des fêtes de Sauveterre de Rouergue

**Informations et actualités :** Facebook/CVO12

**Contact :** centvalleesorientation12@gmail.com

**Inscriptions :** [www.engage-sports.com/la-meridienne-2025](http://www.engage-sports.com/la-meridienne-2025)



### HORAIRES

**Accueil :** A partir de 7h

**Départs :**

- Parcours 5h00: briefing à 8h00.
- Parcours 3h00 : briefing à 9h30
- Parcours découverte : briefing à 10h30
- Parcours trail orientation : briefing à 10h

**Remise des récompenses :** 14h30



### CIRCUITS

4 parcours "compétition" sont proposés :

- 5h00 à pied
- 5h00 à VTT
- 3h00 à pied
- 3h00 à VTT

1 parcours trail orientation (environ 10 km)

1 parcours découverte



### SERVICES

Buvette sur place

Accès aux vestiaires

Ravitaillement après course

Repas sur place



### RÉSULTATS

Facebook/CVO12



### CARTES

Carte globale au format IGN amélioré, pour l'épreuve spécifique les coureurs auront une carte au format ISSOM.

**Type de terrain :** terrain vallonné, alternance de forêt et de champs. Une partie de la course se déroule en ville.



### TARIFS

**Tarif compétition (sans repas) :** 15€ (une carte, une puce Sportident, une boisson) (+ 10€ si inscription après le 13/01)

**Tarif Trail'O (sans repas) :** 15€ (une carte, une puce Sportident, une boisson) (+ 10€ si inscription après le 13/01)

**Tarif découverte (parcours 1h30) :** 10€ par équipe (une carte par équipe, pas de boisson, pas de repas)

**Carte supplémentaire :** 3€

**Repas :** 10€

*!/ \ Dorénavant pour s'inscrire à une course d'orientation, vous n'avez plus besoin de certificat médical, il vous suffit d'attester avoir pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport (ces documents sont téléchargeables sur la page d'inscription)*

