



**Club
Rennais de
Course d'
Orientation**

CRCO

Communiqué de Presse

Du 28 Novembre 2015

**Le Club Rennais de Course d'Orientation organise
La Noct'O Rennaise le samedi 13 février 2016.**

Il s'agit d'un raid d'orientation urbain nocturne qui se déroulera à Rennes en solo ou en équipe de 2 ou 3. C'est une compétition faisant partie du Challenge Calvad'O Night, regroupant 5 courses d'orientation urbaines nocturnes de novembre à février.

Au programme de cette manifestation 3 circuits au choix seront proposés en soirée dans les quartiers rennais de Beaulieu à La Bellangerais en passant par le parc des Gayeulles et la Héronnière. Le plus long circuit, l'Insomniaque, fera 20 km à vol d'oiseau, le Somnambule en fera 14 et le Noctambule 7 km. Les enfants accompagnés d'un adulte pourront participer à ce parcours.

Ce sont des épreuves sportives et physiques en milieu urbain qui requièrent rapidité et endurance mais aussi un bon sens de l'orientation et d'analyse de carte afin de faire les bons choix tactiques pour trouver toutes les balises avec un maximum d'efficacité.

Les inscriptions seront ouvertes sur le site du CRCO, du 3 janvier au 6 février 2016.

Prochaine organisation du CRCO : le prologue de la semaine fédérale les 6 et 7 août 2016 à Redon et en forêt de Brocéliande.

A propos de la CO et du CRCO :

La course d'orientation est un sport à la fois tactique et physique, ouvert à tous, de 7 à 77 ans (ou plus). Il se pratique en sprints en zone urbaine, ou en moyennes et longues distances en forêt.

Equipé d'une boussole, l'orienteur doit relier le plus vite possible différents points indiqués sur sa carte et matérialisés par des balises sur le terrain.

Le Club Rennais de Course d'Orientation est une association sportive affiliée à la Fédération Française de Course d'Orientation (FFCO). Le CRCO s'entraîne toute l'année dans les forêts d'Ille et Vilaine et parfois dans les grands parcs ou les quartiers rennais.

Contact Presse :

Sophie PORRET
06.67.83.73.28
st.porret@free.fr

Président :
Yannick BEAUVIR
3502crco@gmail.com

www.crco.fr

