



# STAGE DE COURSE D'ORIENTATION

Ce stage est dédié à la mémoire de Julien le Borgne

## CENTRE BRETAGNE

### OCTOBRE 2022



## La LBRCO avec l'appui du Quimper Orientation

Vous propose un stage de course d'orientation les 8 et 9 octobre 2022, préparatoire au CNE et CF sprint et nuit.

### Programme :

- Entraînement sprint, mises en situation diverses techniques relatives à la course urbaine
- Course de nuit
- Entraînement relais, mise en situation (confrontation, course au contact, passage de relais, ...)

Un hébergement en pension complète sera proposé à Carhaix  
La LBRCO prendra en charge une partie du coût du stage

Niveau bleu autonome minimum

Les mineurs non accompagnés seront sous la responsabilité de leur club

Renseignements et inscriptions ; [ligue.bretagne@ffcorientation.fr](mailto:ligue.bretagne@ffcorientation.fr)