

COURSE D'ORIENTATION

Venez découvrir la Course d'orientation en soirée, dans les Parcs de la Valmasque et de la Brague en mai-juin 2026

23 ème CO'Tour de Sophia Le Tour de Sophia Antipolis en 5 étapes

Épreuves de course d'orientation ouvertes à tous

Mardi 19 mai : Le Bruguet (Valbonne)

Mardi 26 mai : Parc des Bouillides (Valbonne)

Jeudi 18 juin : Darbousson - L'île Verte (Valbonne)

Mardi 23 juin : Le Pin Montard - la Brague (Biot - Valbonne)

Mardi 30 juin : La Valmasque (Mougins - Valbonne)

Organisation *club de Valbonne Sophia Antipolis Orientation*

<http://www.vsaorientation.com>



Renseignements : E-mail contact@vsaorientation.com Tél. 06 62 51 93 96

Le CO'Tour de Sophia

Le CO'Tour de Sophia est un ensemble de manifestations ouvertes à tous, dont le but est de faire découvrir la course d'orientation sur les différentes cartes du site de Sophia Antipolis. Un classement général (scratch par circuit) aura lieu sur les 3 meilleures courses faites sur le même circuit (Jaune Long, Jaune Moyen, Jaune court ou Bleu).

Les épreuves

- ✓ **Mardi 19 mai : Parc de la Brague – Le Bruguet** (Valbonne)
Accueil à proximité de la base Forestière FORCE 06 chemin de la Roberte
[GPS 43.6230 7.0274](#)
- ✓ **Mardi 26 mai : Parc des Bouillides** (Valbonne)
Accueil entrée Sud Ouest du Parc, côté Auberge de la Source
[GPS 43.6161 7.0415](#)
- ✓ **Jeudi 18 juin : Darbousson - L'île verte** (Valbonne)
Accueil sur le parking situé après le collège Niki de St Phalle.
[GPS 43.6493 7.0426](#)
- ✓ **Mardi 23 juin : Parc de la Brague – Le Pin Montard** (Biot)
Accueil route du Pin Montard carrefour des Amandiers.
[GPS 43.6242 7.0595](#)
- ✓ **Mardi 30 juin : Parc de la Valmasque - Le Stade** (Mougins Valbonne)
Accueil à proximité du stade de la Valmasque et du départ du parcours Sportif
[GPS 43,6063 7.0404](#)

Les circuits

Pour chacune des étapes, 5 circuits seront proposés :

- ✓ **A-Jaune Long** : niveau technique *Moyen* **6 km** (temps de course: 50 à 80 min)
- ✓ **B-Jaune Moyen**: niveau technique *Moyen* **4,5 km** (temps de course: 40 à 70 min)
- ✓ **C-Jaune Court** : niveau technique *Moyen* **3,5 km** (temps de course: 30 à 60 min)
- ✓ **D-Bleu** : niveau technique *Facile* **2 km** pour débutants et jeunes à partir de 10 ans
- ✓ **E-Initiation** : pour les débutants **3 km** niveau technique *Facile* **non chronométré**

L'inscription

L'inscription se fait en ligne **au plus tard 2 jours avant la course** (soit le dimanche soir minuit pour les courses du mardi) avec **paiement en ligne obligatoire** pour les non-licenciés voir les liens dans la [page du CO Tour](#) sur le site du club <http://vsaorientation.com>

Après cette date, inscription et paiement possible uniquement sur place mais avec une **majoration du tarif de 4 €** et sous **réserve de carte disponible**

Tarifs (par course)

- non licenciés circuits chronométrés (Jaune et Bleu) **11 €** adultes, **7 €** pour les jeunes de 18 ans et moins, incluant une licence journée et le prêt d'un doigt électronique
- non licenciés circuit Initiation (*non chronométré*) : **5 €**
- équipe de 2 (licence journée et carte supplémentaire fournie) :
circuits **Jaune Long Moyen et court 18 € par équipe** - circuit **Bleu 10 € par équipe**
- licenciés FFCO : 7 € ou 5 € pour les jeunes

Les horaires de départ

Accueil à partir de 17h. Les horaires de départs sont choisis sur place entre 17h15 et **19h00**
Fermeture des circuits **20h00**

Pour être chronométré, un non-licencié FFCO devra attester avoir pris connaissance du [questionnaire de santé fédéral](#) et des [10 règles d'or du club des cardiologues du sport](#)



Page du CO Tour