

# Swiss 5 Days 2012

## 15-20 July

[www.woc2012.ch](http://www.woc2012.ch)

Presenting Partner



## Contacts / Kontakte

### Contact Organising Committee / Kontakt Organisation / Contact Comité d'organisation:

WOC Lausanne 2012  
 En Prassy  
 CH- 1682 Lovatens  
 info@woc2012.ch  
 www.woc2012.ch/swiss5days/

### Accommodation / Unterkunft / Hébergement

All accommodation requests (except the official camping) have to be adressed to Lausanne tourism.

Alle Unterkunfts-Anfragen und -Reservationen (offizieller Campingplatz ausgenommen) werden durch Lausanne Tourismus bearbeitet.

Tout ce qui concerne l'hébergement, sauf le camping officiel, passe par notre partenaire Lausanne tourisme :

Lausanne Tourisme  
 Avenue de Rhodanie 2, case postale 49  
 CH 1000 Lausanne 6  
 info@lausanne-tourisme.ch  
 tel. +41 21 6137373

### Camping

Bookings for the official camping can be made together with the competition entry on [www.woc2012.ch/swiss-5days](http://www.woc2012.ch/swiss-5days). Space will be allocated on a „first comes first serves“ basis.

Reservationen für den offiziellen Campingplatz können zusammen mit der Anmeldung über [www.woc2012.ch/swiss5days](http://www.woc2012.ch/swiss5days) vorgenommen werden. Bestellungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Un camping officiel sera ouvert et vous pourrez réserver des places en même temps que l'inscription aux courses par [www.woc2012.ch/swiss5days](http://www.woc2012.ch/swiss5days). Pensez à réserver assez tôt, les premiers seront les mieux servis.

### Transport

The organisation of the Swiss 5 Days has made a special agreement with the network mobilis ([www.mobilis-vaud.ch](http://www.mobilis-vaud.ch)) for the use of the public transport during the event (14 till 21 July).

Der Veranstalter hat mit dem regionalen Netz mobilis ([www.mobilis-vaud.ch](http://www.mobilis-vaud.ch)) eine spezielle Vereinbarung getroffen, so dass alle Transport während 8 Tagen (14. bis 21. Juli) im Startgeld inbegriffen sind.

Nous avons fait un accord avec le réseau mobilis ([www.mobilis-vaud.ch](http://www.mobilis-vaud.ch)) pour une utilisation libre des transports publics pendant les 8 jours (samedi 14 au samedi 21 juillet).

## Entry

### Entry Fees

For the 5 days including use of the public transport for 8 days:

	(21 years and older)	(16-20 years)	(15 years and younger)
Entry before 31 january 2012 :	CHF 200.-	CHF 150.-	CHF 110.-
Entry before 31 may 2012 :	CHF 225.-	CHF 170.-	CHF 130.-

For a single day including use of the public transport for this day:

	(21 years and older)	(16-20 years)	(15 years and younger)
Entry before 31 may 2012 :	CHF 45.-	CHF 34.-	CHF 26.-

Entry on-site (for open race short, middle and long distance), without transport:

	(21 years and older)	(16-20 years)	(15 years and younger)
	CHF 32.-	CHF 22.-	CHF 14.-

For the open categories the start of the 4<sup>th</sup> day can only be reached with a special transport for which an additional ticket is needed (not included in the entry fee).

All the ages refer to the year 2012.

A parking fee for the 5 competition days can be ordered and paid together with the entry for CHF 45.- until 31 may 2012.

Otherwise a daily parking fee of CHF 10.- has to be paid. Busses and minibusses with at least 9 people are free of charge.

Entries can be made beginning of august 2011 on [www.woc2012.ch/swiss5days](http://www.woc2012.ch/swiss5days)

### Competition format

The Swiss 5 Days consist of 5 races. At stage 1 to 4 a points system is implemented. Out of this 4 races the best 3 results count for the follow-up of the hunting start on the last day.

### Categories

Swiss 5 Days: H/D-10, -12, -14, -16, -18, -20 ; H/DE, AL, AK, B ; HAM ; H/D35-, 40-, 45-, 50-, 55-, 60-, 65-, 70-, 75- ; H80 ; H/D45K  
 Daily entry: OK (open short), OM (open middle) OL (open long) and H/D-sCOOL (schoolboys/schoolgirls).

Pending on the number of entries categories can be divided or combined.

The timing system will be based on Sportident. A badge can be rented for a daily rate of CHF 2.-.



## The 5 stages and their terrains

**Stage 1, Sunday, 15. July:** Sprint at lakeside, in a park, near the headquarters of the International Olympic Committee. A very technical run, which will be more difficult than expected.



**Stage 2, Monday, 16 July:** Normal distance race on a plateau of the Jura Vaudois. The dense forest is interspersed with varying relief and rocks, canyons and large depressions. Beautiful view over the lake and its surroundings.

**Stage 3, Tuesday, 17 July:** Middle distance race in the region of Col de la Givrine (Nyon, St-Cergue). The typical Jura area combines gentle, elusive formed hills with rocky sections.

**Stage 4, Wednesday, 18 July:** Long distance race in semi-open, alpine terrain between Villars-sur-Ollon and Les Diablerets. In winter, this area is known as a ski resort. In summer it invites for hiking and to stay at the two lakes Lac de Bretaye and Lac de Chavonnes. The area is only accessible by a funicular or by chair lift. During the race, you should take a few moments to enjoy the extraordinary scenery.

**Stage 5, Friday, 20 July:** Final race with chase start at the largest forest of the Canton of Vaud, on the northern edge of the city of Lausanne. The Jorat, located at 900 m, is a forest with different faces, fast, but interspersed with many ditches. For the courses, the most beautiful areas of this terrain were selected. Speed and error-free, direct run to the controls are the deciding aspects for the top rankings.



Orienteering, culture and sightseeing - between the WMOC in Germany and Swiss 5 Days in Lausanne

Eine kulturelle und touristische Schweizer Reise mit Orientierungslauf - zwischen den Senioren-WM in Deutschland und den Swiss 5 Days in Lausanne

Un voyage culturelle et touristique avec des courses d'orientation - entre les championnats du monde des séniors en Allemagne et les Swiss 5 Days à Lausanne

[www.tour-o-swiss.ch](http://www.tour-o-swiss.ch)

## Anmeldung

### Startgelder

Für alle 5 Tage inklusive die Benutzung des öffentlichen Transportsystems während 8 Tagen:

	(ab 21 Jahren)	(16-20 Jahre)	(15 Jahre und jünger)
Anmeldung bis 31. Januar 2012 :	CHF 200.-	CHF 150.-	CHF 110.-
Anmeldung bis 31. Mai 2012 :	CHF 225.-	CHF 170.-	CHF 130.-

Für eine einzelne Etappe inklusive die Benutzung des öffentlichen Transportsystems:

	(ab 21 Jahren)	(16-20 Jahre)	(15 Jahre und jünger)
Anmeldung bis 31. Mai 2012 :	CHF 45.-	CHF 34.-	CHF 26.-

Anmeldung am Lauftag (nur für offene Kategorien), ohne Transport:

	(ab 21 Jahren)	(16-20 Jahre)	(15 Jahre und jünger)
	CHF 32.-	CHF 22.-	CHF 14.-

Für die offenen Kategorien kann der Start der 4. Etappe nur mit einem Spezialtransport erreicht werden. Dazu ist ein spezielles Ticket erforderlich (im Startgeld nicht inbegriffen).

Alle Altersangaben beziehen sich auf das Jahr 2012.

Eine Parkkarte für alle 5 Läufe für CHF 45.- kann mit der Anmeldung bis 31. Mai 2012 bestellt werden.

Ansonst wird eine Parkgebühr von CHF 10.- pro Tag erhoben. Busse und Minibusse mit mindestens 9 Personen sind davon ausgeschlossen.

Anmeldungen sind möglich ab August 2011 über [www.woc2012.ch/swiss5days](http://www.woc2012.ch/swiss5days)

### Wettkampfformat

Die Swiss 5 Days bestehen aus 5 Läufen. An den ersten 4 Tagen werden die Rückstände in Punkte umgerechnet. Die drei besten Resultate zählen für die Reihenfolge des Jagdstartes am letzten Tag.

### Kategorien

Swiss 5 Days: H/D-10, -12, -14, -16, -18, -20 ; H/DE, AL, AK, B ; HAM ; H/D35-, 40-, 45-, 50-, 55-, 60-, 65-, 70-, 75- ; H80 ; H/D45K  
 Anmeldung am Lauftag: OK (open kurz), OM (open mittel), OL (open lang) und H/D-sCOOL (SchülerInnen).

Je nach Anzahl Anmeldungen können Kategorien aufgeteilt oder zusammengelegt werden.

Die Zeitmessung erfolgt mit dem System Sportident. Badges können gemietet werden für CHF 2.- pro Tag.

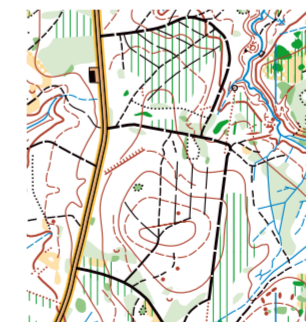


## Les 5 étapes et les terrains

**Etape 1, dimanche 15 juillet :** Sprint au bord du lac, dans un parc, proche du siège du comité olympique. Course très technique et plus difficile que vous le pensez nécessitant une concentration optimale sur le terrain des championnats du monde sprint ayant lieu le jour précédent.

**Etape 2, lundi 16 juillet :** Distance normale sur un plateau intermédiaire sur les contreforts du Jura. Ce terrain, proche de St-George, sera utilisé pour la qualification de moyenne distance des élites. Forêt dense, au relief varié et avec la présence de gros rochers, de falaises et larges dépressions. Contrôlez toujours votre position, car ici vous pouvez perdre beaucoup de temps. Vue splendide sur le lac Léman et son rivage.

**Etape 3, mardi 17 juillet :** Moyenne distance vers le col de la Givrine (Nyon, St-Cergue). Terrain fameux du Jura avec forêt dense et relief peu défini, sol en partie pierreux. Orientation précise indispensable. Lieu de la finale moyenne distance des élites.



**Etape 4, mercredi 18 juillet :** Longue distance dans un terrain alpin semi-ouvert entre Villars-sur-Ollon et les Diablerets. Zone de ski en hiver et buts d'excursion en été avec la présence de 2 lacs bucoliques, lac de Bretaye et lac des Chavonnes. Accessible seulement en train à crémaillère ou en télésiège. Pendant la course, lever les yeux de temps en temps pour voir le paysage. Terrain de réserve pour les championnats du monde.

**Etape 5, vendredi 20 juillet :** Finale avec départ en chasse dans la plus grande forêt du canton, juste au nord de Lausanne. La forêt du Jorat à 900 m d'altitude est une forêt variée, rapide, mais entrecoupée de ravin. Le traceur n'aura aucune peine, de par sa grandeur, à vous présenter les meilleures parties de celle-ci. Vitesse et approche du poste détermineront votre classement. Lieu de la finale longue distance le jour avant.



## Inscription

### Finance d'inscription

Pour les 5 jours avec utilisation des transports publics durant 8 jours :

	(21 ans et +)	(16-20 ans)	(->15 ans)
Inscription avant le 31 janvier 2012 :	CHF 200.-	CHF 150.-	CHF 110.-
Inscription avant le 31 mai 2012 :	CHF 225.-	CHF 170.-	CHF 130.-

Pour un jour individuel avec utilisation des transports publics durant ce jour :

	(21 ans et +)	(16-20 ans)	(->15 ans)
Inscription avant le 31 mai 2012 :	CHF 45.-	CHF 34.-	CHF 26.-

Pour une inscription le jour même sur place (catégorie ouvert court, moyen et long) sans transport :

	(21 ans et +)	(16-20 ans)	(->15 ans)
	CHF 32.-	CHF 22.-	CHF 14.-

Pour les catégories ouvertes, l'accès au départ de la 4ème étape nécessitera un billet supplémentaire non compris dans la finance.

Les âges se réfèrent à l'an 2012.

La taxe de parking pour les 5 jours peut être commandée et payée avec les inscriptions pour le prix de CHF 45.- avant le 31 mai 2012. Sinon, le jour même, une taxe de CHF 10.- par jour sera prélevée. Les bus et les minibus avec une occupation minimale de 9 personnes en sont exclus.

Les inscriptions se font par [www.woc2012.ch/swiss5days](http://www.woc2012.ch/swiss5days) et sera accessible à partir d'août 2011

### Forme de course

Il s'agit de 5 courses. Un système de point avec le retard sur les premiers sera employé. Les 3 meilleures courses sur les 4 premières détermineront la liste de départ en chasse de la 5ème étape.

### Catégories

Les catégories sont : H/D-10, -12, -14, -16, -18, -20 ; H/DE, AL, AK, B ; HAM ; H/D35-, 40-, 45-, 50-, 55-, 60-, 65-, 70-, 75- ; H80 ; H/D45K. Le jour de la course, catégorie OK, OM, OL et H/D-sCOOL.

Suivant le nombre d'inscription, des catégories pourraient être dédoublées ou combinées.

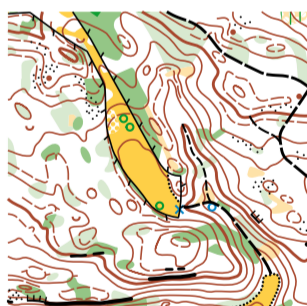
Le système de chronométrage est basé sur les puces Sportident. La location de telle puce est possible au prix de CHF 2.- par étape.



## Die 5 Etappen und die Gelände

**1. Etappe, Sonntag, 15. Juli:** Sprint am See, in einem Park, in der Nähe des Hauptsitzes des Internationalen Olympischen Comités. Ein sehr technischer Lauf, der schwieriger sein wird als erwartet.

**2. Etappe, Montag, 16. Juli:** Lauf über die normale Distanz auf einem Plateau des Waadtländer Juras. Das Gelände, in der Nähe von St-George, wird für die Mitteldistanz-Qualifikation der WM verwendet. Der dichte Wald ist mit wechselndem Relief und mit Felsen, Schluchten und grossen Senken durchsetzt. Auf der Höhe bietet sich ein schöner Ausblick auf den Genfersee und seine Umgebung.



**3. Etappe, Dienstag, 17. Juli:** Mitteldistanz in der Region des Col de la Givrine (Nyon, St-Cergue). Das typische Juragelände vereint sanfte, schwer definierbare Hügelformen mit steinigten Partien. Ausserst genaues Kartenlesen ist unumgänglich.

**4. Etappe, Mittwoch, 18. Juli:** Ein Lauf über die Langdistanz in halboffenem, alpinem Terrain zwischen Villars-sur-Ollon und les Diablerets. Dieses Gelände, im Winter ein Skigebiet, lockt im Sommer zur Wanderungen und zum Verweilen an den beiden Seen Lac de Bretaye und Lac des Chavonnes. Das Gebiet ist ausschliesslich mit einer Zahnradbahn oder mit dem Sessellift erreichbar. Während des Laufes sollte man sich einen kurzen Augenblick Zeit nehmen, um die Landschaft zu geniessen.

**5. Etappe, Freitag, 20. Juli:** Final mit Jagdstart im grössten Waldgebiet des Kantons Waadt, am Nordrand der Stadt Lausanne. Der Jorat, auf 900 m gelegen, ist ein Wald mit verschiedenen Gesichtern, schnell, aber auch mit vielen Gräben durchsetzt. Für die Wettkämpfe werden die schönsten Bereiche dieses Terrains ausgewählt. Tempo und fehlerfreies, direktes Anlaufen der Posten werden hier über den Sieg entscheiden.

