

» Qu'est-ce que l'orientation ?

Cette activité se définit comme une course contre la montre sur un circuit matérialisé par des balises que le concurrent doit découvrir par l'itinéraire de son choix, en utilisant une carte et éventuellement une boussole.

La course d'orientation se pratique sur le plus beau stade du monde : LA FORET !

LE PARCOURS D'ORIENTATION

Les balises (piquets gris), disposées en circuit, sont indiquées sur la carte par des cercles ○, le départ par un triangle △, l'arrivée par deux cercles concentriques ◎.

La balise grise équipée d'une pince, porte un numéro de code (ex. : 46).

LE CONTRÔLE

A chaque balise, perforez la carte pour certifier votre passage.

LA CHARTE DE L'ORIENTEUR

- ▶ Respectez les cultures et les animaux, outils de travail des agriculteurs,
- ▶ Soyez courtois avec les randonneurs et autres usagers de la nature,
- ▶ Ne jetez rien, emportez vos déchets,
- ▶ Observez la faune et la flore sans les toucher,
- ▶ Soyez silencieux et discrets,
- ▶ Respectez les équipements d'accueil et de signalisation.



*Le Parc d'Olhain c'est 450 hectares de nature mais aussi un restaurant self, un bar, de l'hébergement et des attractions surprenantes !
Venez partager une journée ou un séjour inoubliable en famille ou entre amis pour vous détendre et vous éclater !*

Rue de Rebreuve
62620 MAISNIL-LES-RUITZ

03 21 279 179

parcdolhain.fr



REPUBLIQUE FRANÇAISE

62 Pas-de-Calais
Mon Département



Document et photos non contractuels - Imprimé avec des encres végétales sur un papier certifié PEFC
Ne pas jeter sur la voie publique - Crédit photos : iStock - 06/2024

www.EKIP-EPIK.com

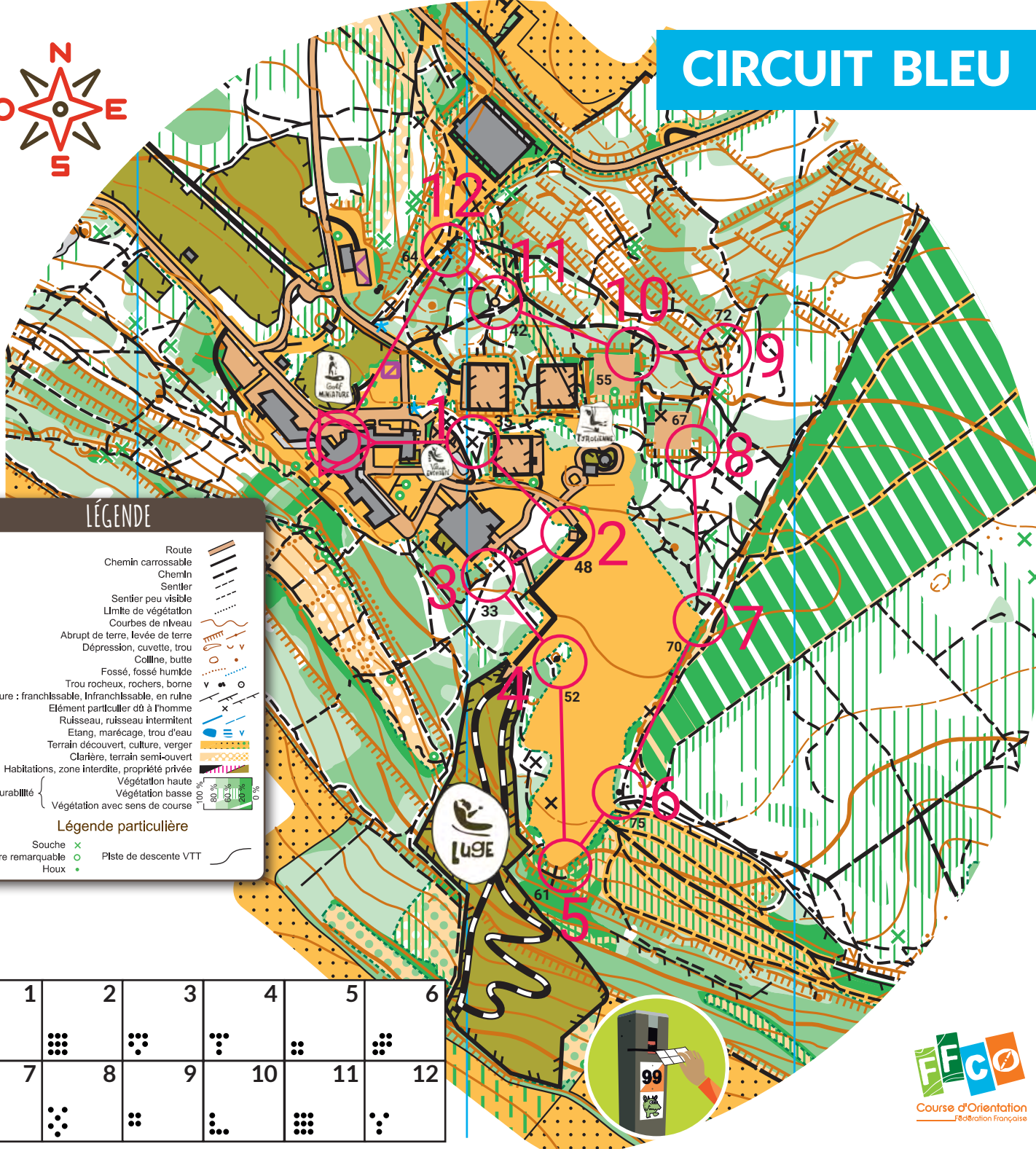


Course d'orientation
CIRCUIT BLEU

62 Pas-de-Calais
Mon Département



CIRCUIT BLEU



LÉGENDE

Route	
Chemin carrossable	
Chemin	
Sentier	
Sentier peu visible	
Limite de végétation	
Courbes de niveau	
Abrupt de terre, levée de terre	
Dépression, cuvette, trou	
Colline, butte	
Fossé, fossé humide	
Trou rocheux, rochers, borne	
Clôture : franchissable, infranchissable, en ruine	
Élément particulier dû à l'homme	
Ruisseau, ruisseau intermittent	
Etang, marécage, trou d'eau	
Terrain découvert, culture, verger	
Clarière, terrain semi-ouvert	
Habitations, zone interdite, propriété privée	
Végétation haute	
Végétation basse	
Courabilité	
Végétation avec sens de course	
Légende particulière	
Souche	
Arbre remarquable	
Houx	
Piste de descente VTT	

LA CARTE : PRATIQUE ET UTILE !

Elle permet :

- De vous situer sur le terrain, de définir sa pente,
- D'identifier tout élément caractéristique,
- De calculer la distance séparant deux points,
- De distinguer : chemins, clôtures, trous, fossés, bornes, rochers, falaises, etc., et la densité de la végétation.

LE CHOIX D'UN ITINÉRAIRE

En course d'orientation, il y a souvent plusieurs chemins pour aller d'un poste de contrôle à un autre. Le chemin le plus rapide n'est pas toujours la ligne droite !

LA BOUSSOLE

C'est un outil complémentaire qui permet de s'orienter et d'orienter la carte en l'absence de tout repère visuel. Elle permet également de se situer et de suivre une direction relevée sur la carte.

LES CONSEILS POUR NE PAS SE TROMPER

- Rejoindre le point de départ,
- Bien se situer et orienter sa carte,
- Perforer la carte à chaque balise,
- Vérifier les poinçons... et c'est gagné !

A RETENIR !

- Il vaut mieux marcher dans le bon sens que de courir dans le mauvais,
- Rien ne sert de courir, il faut partir à point !



1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12