

3 Illustrations : méthode 1-2-3 de SILVA

1. Placez la boussole sur la carte, le bord le long de l'itinéraire à suivre.



2. Tournez le boîtier jusqu'à ce que le «N» du boîtier coïncide avec le Nord magnétique de la carte.

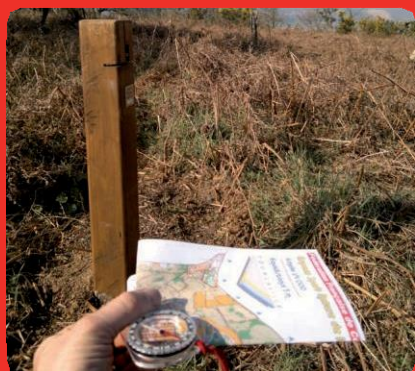


3. Reprenez la boussole dans votre main :

•Pivotez jusqu'à ce que le bout rouge de l'aiguille pointe sur le Nord du boîtier. La flèche sur la plaque indique la direction à suivre.

•Visez dans cette direction un objet dans la nature (un arbre par exemple). Allez jusqu'à cet objet.

Renouvelez l'opération jusqu'à ce que vous soyez arrivé à l'endroit souhaité.



Vous pouvez utiliser cette méthode pour aller de la borne 7 à la borne 8.

1 2 3 A vous de jouer !!!

PRESENTATION

L'espace «Sport nature» Lande St-Gabriel appartient à la Ville de Tourlaville. Il s'agit d'un espace naturel de 35 ha que la municipalité a décidé d'aménager et de dédier à la pratique des sports de nature pour tous.

Par ce projet, elle souhaite :

- créer un site référent dans la pratique des sports nature « verts » (pratiques sportives liées au VTT, randonnées, course d'orientation, golf, cerf-volant, tir à l'arc...) du Nord-Cotentin.
- répondre à la demande croissante relative à ces activités sportives, familiales et populaires.

L'originalité de l'espace «Sport nature» Lande St-Gabriel réside à la fois dans sa capacité à accueillir des utilisateurs diversifiés sur des activités multiples liées aux sports de pleine nature, et à fédérer des partenaires internes, externes, locaux, départementaux et régionaux.

Sur le site, les utilisateurs de tout niveau peuvent découvrir :

- des pistes de VTT (3 niveaux de pratique),
- des modules d'apprentissage VTT,
- le tir à l'arc,
- des parcours de Course d'Orientation,
- un parcours de swin-golf,
- un espace multi-activités (détente, pique-nique, cerfs-volants...),
- des parcours de randonnées

Plus d'informations :

Ville de Cherbourg en Cotentin
Direction des Sports tourisme
30, place Na^poléon
50100 CHERBOURG EN COTENTIN
Tél. : 02 33 87 87 07
Mail : direction.sport@cherbourg.fr
Site : www.cherbourg.fr



Moyen



Parcours d'orientation



Parcours : niveau moyen
 Distance : 2,370 km
 Temps estimé : 40 à 50 min

LEGENDE	
	Allée carrossable - Chemin
	Sentier - Allée piétonne
	Sentier peu visible
	Clôture franchissable ; infranchissable
	Mur ou paroi infranchissable
	Mur ou paroi franchissable
	Falaise infranchissable ; franchissable
	Bloc rocheux - Rocher - Zone de pierre
	Trou rocheux - Grotte
	Objets particuliers du à l'homme
	Bâtiment - Bâtiment franchissable
	Courbes de niveau
	Sens de la pente
	Maîtresse - Normale - Intermédiaire
	Butte - Butte allongée - Cuvette
	Fossé - Trou
	Petit abrupt de terre - Abrupt de terre
	Levée terre
	Limite précise de végétation - Haie
	Arbre isolé (petit, grand)
	Buisson (petit, grand)
	Escalier - Pylone - Mat
	Terrain stabilisé (parking, piéton)
	Zone interdite
	Prairie - Prairie, arbres dispersés
	Friche, déboisée - Friche, arbres dispersés
	Forêt: Course facile - course ralentie
	Forêt: course difficile - Végét. impénétrable
	Végétation: course ralentie - course difficile
	Forêt, POSSIBILITE DE COURSE
	Visibilité réduite
	Bonne visibilité 100% 70% 50% 30% 0%

LEGENDE SPECIFIQUE	
	Fleurs - Résineux
	Panneau - Borne incendie - Poteau

1	37
2	76
3	62
4	42
5	69
6	44

7	68
8	78
9	74
10	71
11	61
12	73
13	49
14	53
15	67
16	54
17	56
18	51

19	68
20	78
21	74
22	71
23	61
24	73
25	49
26	53
27	67
28	54
29	56
30	51

31	68
32	78
33	74
34	71
35	61
36	73
37	49
38	53
39	67
40	54
41	56
42	51

43	68
44	78
45	74
46	71
47	61
48	73
49	49
50	53
51	67
52	54
53	56
54	51

55	68
56	78
57	74
58	71
59	61
60	73
61	49
62	53
63	67
64	54
65	56
66	51

67	68
68	78
69	74
70	71
71	61
72	73
73	49
74	53
75	67
76	54
77	56
78	51



Echelle 1/4 000
 (1cm sur la carte représente 40 m sur le terrain)
 Equidistance 5 m

Carte de Course d'Orienteur
 Numéro FFCO : 2011/d50-31
 Relevés: Juin 2011
 François BESBOT,
 DAO: OCAD licence n°1000
 François BESBOT,
 Superficie : 2,660 km2
 Réalisation:
 Sarl Conception et Aménagement de
 Parcours d'ORIENTATION
 3bis rue Jean Monnet - 51500 SILLERY
 GSM: 06 16 22 19 81
 Tel / Fax: 03 26 08 54 71
 Carte CAP Orientation n° 261

3 étapes pour réussir votre parcours d'orientation

1 Orienter sa carte avec une boussole ?

Pour orienter sa carte avec une boussole, vous devez mettre les flèches du Nord de la carte parallèle à la flèche du Nord de la boussole.



Flèche du Nord de la carte

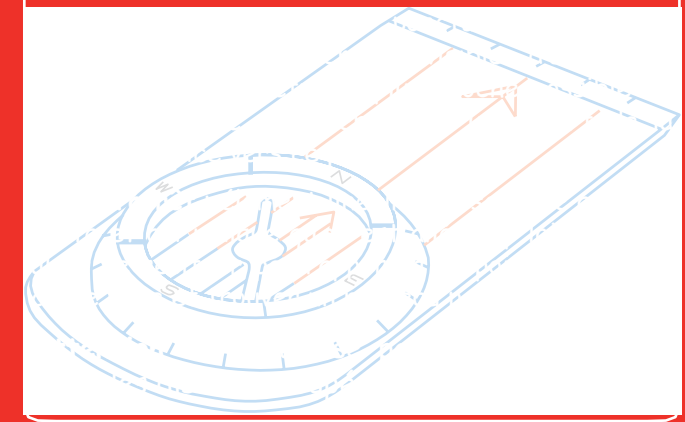
Flèche du Nord de la boussole

2 Comment choisir un itinéraire lorsque la borne est en dehors du chemin ?

Après avoir vu la visée sommaire dans le parcours bleu, passons maintenant à la visée précise ou azimut.

Pour trouver une borne en dehors du réseau de chemin, vous devez effectuer un itinéraire (le plus possible sur des lignes directrices) jusqu'à un point proche de votre borne (point d'attaque). De cet endroit, vous faites une visée précise qui va du point où vous êtes à l'endroit où vous souhaitez aller. Pour éviter de vous déplacer trop longtemps, choisissez une ligne d'arrêt.

Définitions



Copyright 2012 CAP Orientation. Toute reproduction interdite.