

Fédération Française de Course d'Orientation

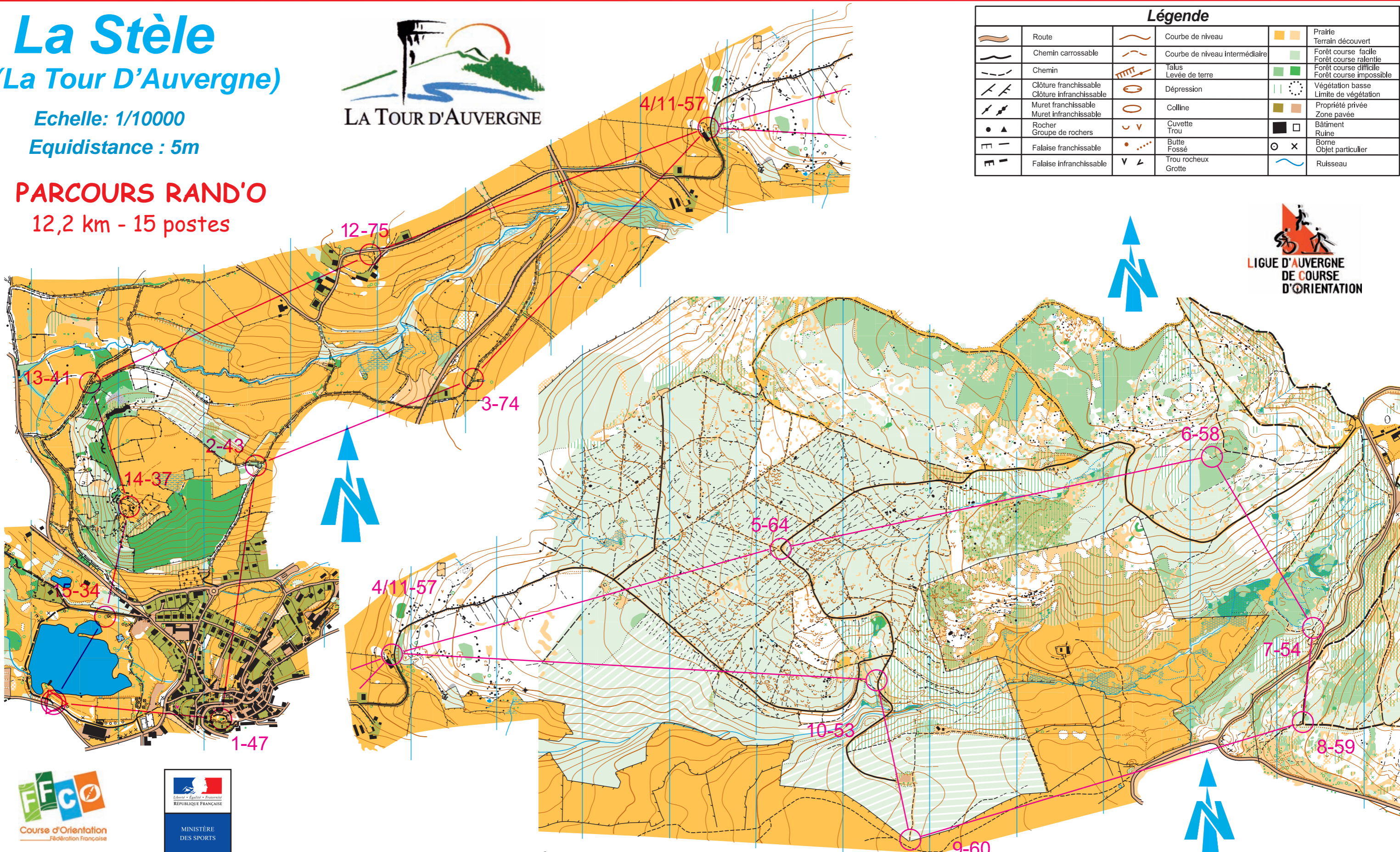
La Stèle (La Tour D'Auvergne)

Echelle: 1/10000
Equidistance : 5m



PARCOURS RAND'O
12,2 km - 15 postes

Légende			
	Route		Courbe de niveau
	Chemin carrossable		Courbe de niveau intermédiaire
	Chemin		Talus
	Clôture franchissable		Levé de terre
	Clôture infranchissable		Dépression
	Muret franchissable		Colline
	Muret infranchissable		Cuvette
	Rocher		Trou
	Groupe de rochers		Butte
	Falaise franchissable		Fossé
	Falaise infranchissable		Trou rocheux
			Grotte
	Prairie		Terrain découvert
	Forêt course facile		Forêt course difficile
	Forêt course impossible		Végétation basse
	Limite de végétation		Propriété privée
	Zone pavée		Bâtiment
	Ruine		Objet particulier
	Ruisseau		



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

Carte de Course d'Orientation 63-64-correction 2012
 Relevés et Dessin: Marian COTIRTA
 Corrections: Isabelle BRUNET
 Conseiller cartographique: J-P HOSOTTE
 Diffusion: Office de Tourisme La Tour d'Auvergne - 04 73 21 54 80
 Ligue d'Auvergne de Course d'Orientation - 04 73 83 94 48
 Toute reproduction ou adaptation, sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite. © F.F.C.O. 2006

Parcours Permanents d'Orientation de La Tour d'Auvergne



La course d'orientation

C'est un sport fascinant qui se pratique avec une carte détaillée qui permet de choisir son itinéraire entre deux postes de contrôle situés sur le terrain.

Le choix du parcours

Il doit se faire en fonction de son niveau et du temps dont on dispose. Les parcours sont matérialisés sur la carte par les cercles rouges reliés entre eux.

Le but est d'aller d'un poste à l'autre en construisant son itinéraire.



Poste de contrôle

L'orientation de la carte

A l'aide d'une boussole, aligner le nord de la carte (indiqué par les flèches bleues) avec le nord magnétique.

Sans boussole, aligner les éléments du terrain avec leur dessin sur la carte

Le poste de contrôle

Chaque poste dispose d'un poteau en bois muni d'une pince codée, à poinçonner sur la carte dans la case correspondante.

Le cheminement

En pliant la carte, je mets mon pouce à l'endroit où je me situe et je vérifie que les éléments indiqués sur la carte correspondent à ceux que je rencontre sur le terrain.

La sécurité

La course d'orientation est un sport de pleine nature, je choisis des chaussures de marche ou de sport confortables et préfère un pantalon et un maillot à manches longues afin d'éviter les griffures.

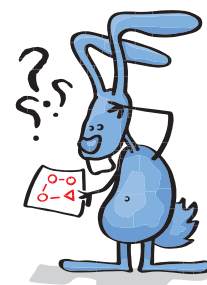
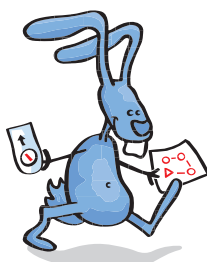
Je vérifie la météo avant le départ.



Les informations sur la carte

La carte fournit des informations importantes :

- L'échelle : Elle permet de déterminer la distance à parcourir. Lorsque l'échelle est de 1/10000 ème, 1 cm sur la carte correspond à 100 m sur le terrain.
- L'équidistance : elle indique la différence d'altitude entre deux courbes de niveau.
- La légende : Elle permet de comprendre les symboles de la carte.



Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural
L'Europe investit dans les zones rurales

