

3 ÉTAPES POUR RÉUSSIR VOTRE PARCOURS D'ORIENTATION

1 Orienter votre carte avec une boussole ?

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



Flèche du Nord de la **carte**

Flèche du Nord de la **boussole**

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

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 sommaire** 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

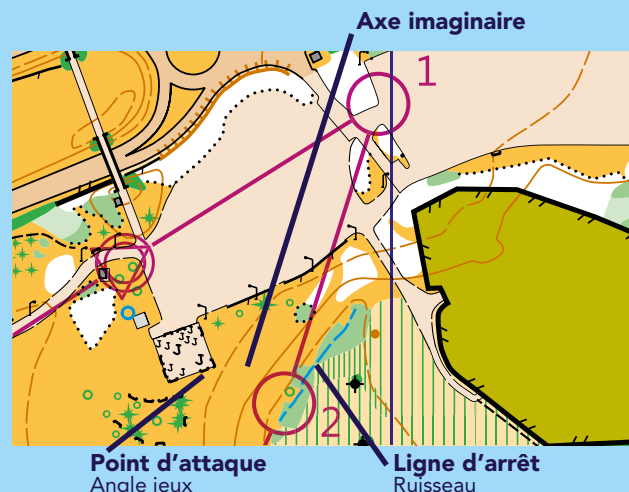
Point d'attaque : élément ponctuel qui se situe à proximité et facilement visible d'une ligne directrice. Il doit être le plus proche possible du poste recherché pour permettre un départ de la ligne directrice vers ce poste.

Visée sommaire : permet d'aller en ligne droite sans utiliser de ligne directrice. Il faut orienter sa carte et suivre un axe imaginaire qui part du point où l'on est et va au point que l'on recherche.

Ligne d'arrêt : élément linéaire qui se situe après le poste et qui indique qu'on est allé trop loin. Il faut alors se resituer par rapport à un point proche de cette ligne et trouver un nouveau point d'attaque.

3 Illustrations

Itinéraire de la borne 10 à la borne 11.



Du point d'attaque, orientez votre carte et suivez un axe imaginaire qui part du point où vous êtes et va au point que vous recherchez. Si vous dépassez la borne 11, vous vous retrouverez face à un parking ou un sentier (ligne d'arrêt). Resituez-vous et recommencez l'opération.

À VOUS DE JOUER !

Où se procurer les parcours ?



Au bureau d'information touristique de Massy :
4 bis rue de la Division Leclerc
91300 MASSY



01 69 20 08 27



En téléchargement sur le site :
www.ville-massy.fr



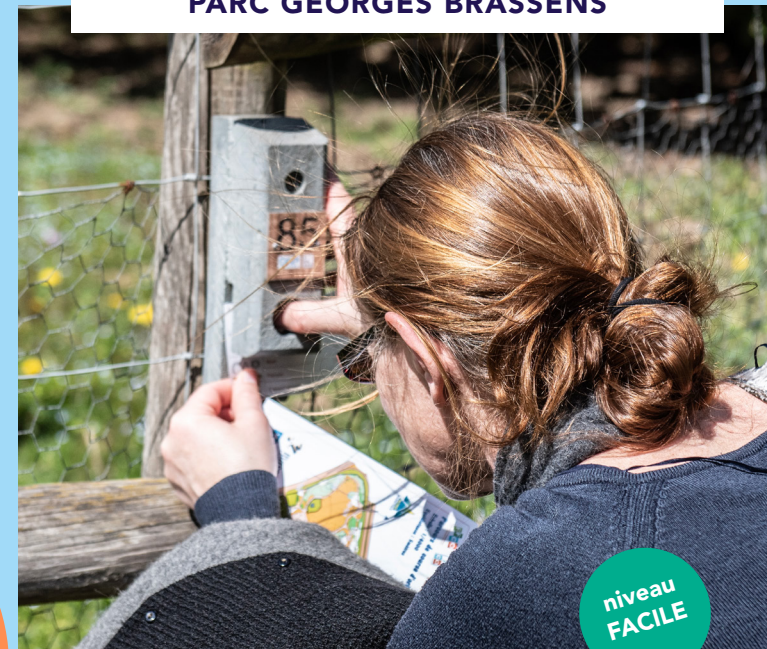
Vous avez aimé ?

Alors venez découvrir les parcours d'orientation à travers la France sur :
www.cap-orientation.com



PARCOURS D'ORIENTATION

PARC GEORGES BRASSENS



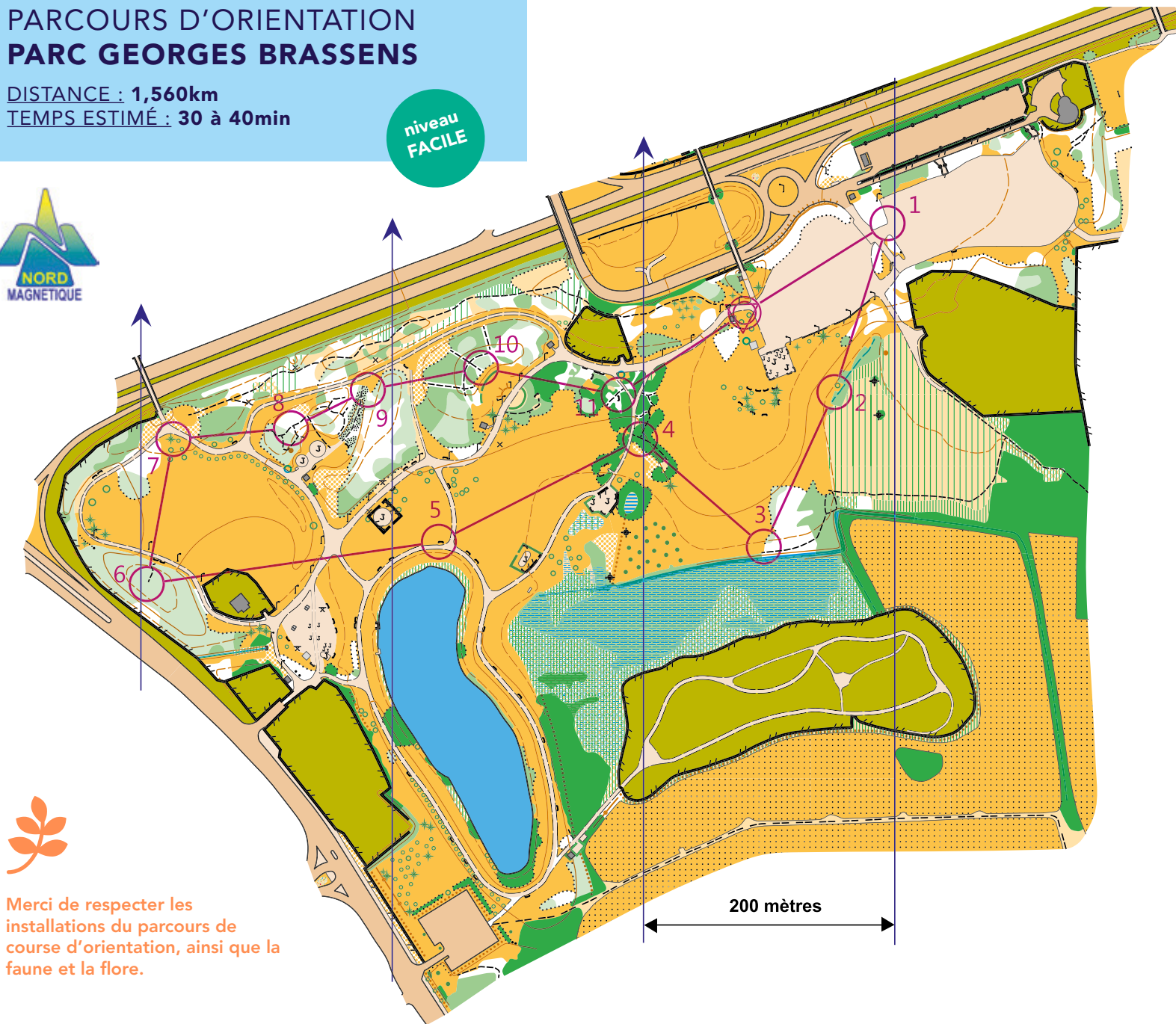
niveau
FACILE

PARCOURS D'ORIENTATION PARC GEORGES BRASSENS

DISTANCE : 1,560km

TEMPS ESTIMÉ : 30 à 40min

niveau
FACILE



LÉGENDE

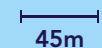
Route (principale ; secondaire)	
Sentier - Sentier peu visible	
Allée piétonne - Pylone	
Clôture (franchissable ; infranchissable)	
Mur (franchissable ; infranchissable)	
Rocher - Zone de pierres	
Lac - Ruisseau franchissable	
Marais (franchissable ; infranchissable)	
Ruisseau intermittent - Fontaine	
Courbes de niveau	
Sens de la pente	
Normale - Intermédiaire	
Butte - Abrupt de terre	
Levée de terre - Petite levée de terre	
Fossé - Objet particulier dû à l'homme	
Bâtiment (franchissable ; infranchissable)	
Pont - Limite de culture	
Arbre isolé (petit, moyen, grand)	
Buisson (petit, grand)	
Haie - Limite précise de végétation	
Zone pavée (parking, piéton)	
Zone interdite - Terrain cultivé	
Prairie - Prairie, arbres dispersés	
Friche, déboisé - Friche, arbres dispersés	
Forêt : Course facile - Course ralentie	
Forêt : Course difficile - Végét. impénétrable	
Végétation : Course ralentie - Course difficile	
Forêt, POSSIBILITE DE COURSE	
Visibilité réduite	100%
Bonne visibilité	70% 50% 30% 0%

LÉGENDE

Banc - Table	
Lampadaire - Table de tennis	
Jeu - But - Fleurs	
Résineux (petit, moyen, grand)	

ÉCHELLE 1/4500

1cm sur la carte représente
45m sur le terrain



ÉQUIDISTANCE 5m

la différence d'altitude entre deux
courbes de niveau est de 5m



Merci de respecter les
installations du parcours de
course d'orientation, ainsi que la
faune et la flore.

1	73	2	76	3	79	4	86	5	101	6	127	7	121	8	110	9	109	10	94	11	87
angle parking	angle végétation	jonction sentier- limite végétation	jonction sentiers	banc	extrémité sentier	résineux	jonction sentiers	angle végétation	jonction sentier- limite végétation	banc											

Carte de course d'orientation N° 2018 D91 N°	Carte CAP N°431
Carte de base : GPS CAP Orientation	Surface : 0,42 km²
Relevés et Dessin : F. Mareigner	
Réalisation : SARL CAP Orientation 51500 SILLERY Tel : 03 26 08 54 71 contact@cap-orientation.com Membre associé FFCO depuis 2005	
Distribution : bureau d'information touristique de Massy, 4 bis rue de la division Leclerc 91300 MASSY 06 69 20 08 27, ou en téléchargement sur le site internet : www.ville-massy.fr	
Pour les groupes : la possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent.	
Demande d'autorisation d'accès : service des sports - 01 60 13 75 62	
Email : sports-resa-equipement@mairie-massy.fr	
Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite.	
©2017 FFCO - CAP Orientation	
Numéro d'urgence : 15 ou 112	