

## 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.



### 2 Comment choisir votre 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

**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.

**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.

**Attention** : on n'utilise pas de visée précise pour des distances supérieures à 300m.

### 3 Illustrations : méthode 1-2-3 de SILVA Pour aller de la borne 2 à la borne 3



1. Placez la boussole sur la carte, le bord le long de l'itinéraire à suivre (à partir du rocher jusqu'à la borne à trouver).



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.

### 1 2 3 A vous de jouer !!!

#### Où se procurer les parcours ?

Dans les Offices du Tourisme du Territoire

Au Gîte de la Draye

# PRATIC'



## Défiiez-vous !

Confirmé



## Parcours d'Orientation

### Crots - La Draye



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES  
**SERRE-PONÇON**



CAP  
ORIENTATION  
www.cap-orientation.com



avenir  
MONTAGNES



Parcours : niveau confirmé

Distance : 4,270 km

Temps estimé : + 1h



### LEGENDE

|  |  |
|--|--|
| Route - Chemin carrossable                         |  |
| Chemin - Sentier                                   |  |
| Sentier peu visible - Mur de soutien               |  |
| Pont - Clôture franchissable                       |  |
| Mur en ruine - Clôture en ruine                    |  |
| Falaise franchissable                              |  |
| Petit falaise - Affleurement rocheux               |  |
| Rocher (normal ; moyen ; grand)                    |  |
| Groupe de rochers - Pierrier                       |  |
| Zone rocheuse - Zone de pierres                    |  |
| Marais franchissable - Marais linéaire             |  |
| Ruisseau (franchissable - intermittent)            |  |
| Marécage - Particularité hydrographique            |  |
| Courbes de niveau                                  |  |
| Sens de la pente                                   |  |
| Maîtrise - Normale - Intermédiaire                 |  |
| Butte - Butte allongée                             |  |
| Abrupt de terre - Petit abrupt de terre            |  |
| Petite levée de terre - Cuvette                    |  |
| Ravin - Fossé                                      |  |
| Bâtiment (franchissable ; Infranchissable)         |  |
| Ruine - Objet particulier dû à l'homme             |  |
| Charbonnière - Buisson                             |  |
| Arbre remarquable (petit ; grand)                  |  |
| Limite précise de végétation                       |  |
| Zone pavée (parking) - Zone interdite              |  |
| Prairie - Prairie, arbres dispersés                |  |
| Friche, déboisé - Friche, arbres dispersés         |  |
| Friche, arbres dispersés encombrés                 |  |
| Forêt : Course facile - Course ralentie            |  |
| Forêt : Course difficile - Végétation impenétrable |  |
| Végétation : Course ralentie - Course difficile    |  |
| Forêt, POSSIBILITE DE COURSE                       |  |
| Visibilité réduite                                 |  |
| Bonne visibilité                                   |  |

Echelle 1/9000

1 cm sur la carte représente  
90 m sur le terrain

Equidistance 5 m

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

|  |                             |
|--|-----------------------------|
| Carte de course d'orientation  | Carte CAP N°595             |
| Révisés et Dessin : F. Dachavanne  | Surface : 2,22 km²          |
| Réalisation : SARL CAP Orientation 51500 SILLERY Tel : 03 26 08 54 71  | contact@cap-orientation.com |
| Distribution : Communauté de communes de Sere-Ponçon - Offices de Tourisme - https://france-sereponcon.com             |                             |
| Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite. |                             |
| ©2023 FFCCO - CAP Orientation  |                             |
| Numéro d'urgence : 15 ou 112   |                             |

400 mètres

|                  |    |                 |    |        |     |                           |    |         |    |         |    |         |    |                  |    |                  |    |              |    |                 |    |
|------------------|----|-----------------|----|--------|-----|---------------------------|----|---------|----|---------|----|---------|----|------------------|----|------------------|----|--------------|----|-----------------|----|
| 1                | 62 | 2               | 61 | 3      | 107 | 4                         | 52 | 5       | 66 | 6       | 65 | 7       | 64 | 8                | 55 | 9                | 47 | 10           | 54 | 11              | 58 |
| angle végétation |    | extrémité fossé |    | rocher |     | extrémité abrupt de terre |    | colline |    | colline |    | colline |    | angle végétation |    | angle végétation |    | coude chemin |    | extrémité fossé |    |