



## Exercice n°3

### RELEVÉ D'ITINÉRAIRE / LA BONNE PLACE

#### Pour qui ?

---

- Adultes et adolescents : ils peuvent effectuer l'exercice seuls ou en groupes de 2 à 3 personnes.
- Enfants (à partir de 7 ans) : ils peuvent effectuer l'exercice seuls ou en groupes de 2 à 3 personnes sous la conduite d'un adulte animateur.

#### Présentation

---

Suivre le circuit en pointillés de couleur violette sur la carte. Le circuit ne montre pas les postes. But du jeu : placer sur la carte les postes rencontrés sur le terrain avec l'aide d'un crayon et poinçonner le carton à chaque borne et dans l'ordre. Sur la zone il y a 45 balises mais seules les balises présentes sur le circuit sont à trouver et à positionner sur la carte ci-jointe. L'intérêt de l'exercice permet de faire la relation carte / terrain : sur le terrain, on doit retrouver exactement où l'on se trouve sur la carte.

Note : le circuit peut être jalonné pour les jeunes enfants débutants.

#### Mode d'emploi

---

Carte à utiliser : 1 / 3 500<sup>ème</sup> (voir page 2).

Activité : Arrivée et arrivée depuis le triangle de départ 

Suivre le circuit présenté sur la carte. Essayer d'indiquer sur la carte la position exacte des postes rencontrés. Un poste s'indique par un trait rouge perpendiculaire à l'axe de marche. Le poste doit être au carrefour des deux traits.

#### • Astuces

Contrairement à une carte IGN qui indique le nord Géographique, les cartes d'orientation indiquent le nord magnétique. Un poste est toujours situé sur un élément remarquable du terrain : intersection de chemin, jonction de fossés, dépression, butte, tas de pierre, etc...

Les postes ne doivent jamais être cachés. L'intérêt de la course d'orientation est de trouver le meilleur itinéraire d'un endroit à un autre et non pas de chercher des postes cachés.

ECHELLE : 1/3 500 ème

EQUIDISTANCE : 5m

Parcours EXERCICE N°3, Longueur 1,8 km

Départ

Suivre le balisage 360 m à partir du poste

Suivre le balisage 850 m

Suivre le ruban de marquage 570 m du le dernier poste à l'arrivée

**AQUAVAL**

Complexe de Loisirs à Lautrec



Course d'Orientation  
Fédération Française



Balise Orientation Albigeoise

05.63.40.69.98. ou 05.63.41.73.45

BOA81.free.fr

**LEGENDE**

	Courbes de niveau et tiret de pente
	Courbe de niveau intermédiaire et de forme
	Cote d'altitude
	Talus
	Levée de terre distincte
	Petite levée de terre
	Ravin, tranchée importante
	Petit ravin, fossé sec, tranchée
	Collines
	Butte, butte allongée
	Dépression, petite dépression
	Trou
	Terrain accidenté
	Falaises infranchissables
	Falaises franchissables
	Trou rocheux
	Bloc rocheux, grand bloc rocheux
	Groupe de rochers
	Terrain rocailleux
	Lac
	Mare
	Yrou d'eau, Borne incendie et robinet
	Cours d'eau, petit cours d'eau franchissables
	Cours d'eau intermittent, fossé humide
	Marais étroit, fossé humide
	Marais, petit marais
	Marais peu visible
	Source
	Terrain découvert
	Terrain découvert encombré, terrain sableux
	Forêts courables dans une direction
	Limites : de végétation très nette, distincte
	Limites de végétation peu distincte
	Arbres isolés, souche, arbre particulier
	Petit élément de végétation, allée d'arbre
<b>PENETRABILITE DE LA FORET</b>	
	100 80 50 20 0%
	VEGETATION BASSE
	course : courbe source ralentie : difficile impossible
	Routes : secondaire, forestière
	Chemins : carrossable, ordinaire
	Sentier, sentier peu visible
	Layon étroit, piste de golf miniature
	Jonctions : visible, peu visible
	Passages : passerelle, sur un pont, à gué
	Ligne électrique et ses poteaux
	Mur, mur en ruine
	Clôture : franchissable, infranchissable
	Bâtiments
	Ruine, Aclairage stade, lampadaire
	Borne, banc, statue
	Poubelle, objet particulier

CARTE N° 2014 - D81 - 237

DESSIN	RELEVÉS
--------	---------

Réalisation:  
**Christian ESCUIDIE**

DISTRIBUTION :  
Communauté de communes du LAUTRECOIS-PAYS D'AGOUT  
05.63.70.52.67.

© F.F.C.O. 2014 Tous droits réservés

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
Carton de contrôle		NOM : .....				Départ :			h	m	s	
		Prénom : .....				Arrivée :			h	m	s	
		Temps :			h	m	s					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
Carton de contrôle		NOM : .....				Départ :			h	m	s	
		Prénom : .....				Arrivée :			h	m	s	
		Temps :			h	m	s					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
Carton de contrôle		NOM : .....				Départ :			h	m	s	
		Prénom : .....				Arrivée :			h	m	s	
		Temps :			h	m	s					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
Carton de contrôle		NOM : .....				Départ :			h	m	s	
		Prénom : .....				Arrivée :			h	m	s	
		Temps :			h	m	s					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
Carton de contrôle		NOM : .....				Départ :			h	m	s	
		Prénom : .....				Arrivée :			h	m	s	
		Temps :			h	m	s					