

# Course d'orientation: Circuit accompagné

Durant cet exercice, les élèves effectuent le parcours à deux reprises: une première fois pour placer leurs postes, la seconde pour rechercher ceux des camarades.

Le groupe effectue un petit circuit en marchant. En chemin, les promeneurs placent des postes dont ils relèvent l'emplacement sur la carte. Une fois le tour achevé, ils repartent en courant, chacun pour soi, à la recherche des postes.



## Variante

Les plus avancés réalisent le parcours dans le sens opposé.

---

Source: Cahier pratique «mobile» 52/2009, Kilian Imhof, Hans Ulrich Mutti



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO