

Course d'orientation – Lecture de carte: Itinéraire balisé (F1, F2)

Cet exercice permet aux coureurs de s'orienter vers un poste en suivant des lignes directrices visibles.

Préparation

Sur les cartes, tracer une ligne le long de lignes directrices bien visibles (chemins, sentiers, fossés, etc.) et la matérialiser dans le terrain à l'aide de fanions ou de banderoles. Poser les postes directement sur la ligne ou à proximité de celle-ci, sur des objets évidents.

Déroulement

Les coureurs effectuent le parcours et dessinent sur la carte les postes trouvés.

Evaluation

- Où les coureurs sont-ils parvenus à mettre aisément en relation la carte et l'environnement?
- Où ont-ils au contraire éprouvé des difficultés?
- Où la représentation sur la carte ne correspondait-elle pas à l'environnement?
- Pourquoi?



Pouce sur la carte!

Il faut s'habituer, dès le début, à marquer avec le pouce l'endroit où l'on se trouve sur la carte, à garder le pouce sur la carte pendant que l'on court et à retracer, à chaque point de contrôle, le chemin parcouru.

Source: Ines Merz, responsable formation Swiss Orienteering



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO