

Echelle : 1/7 500° Equidistance : 5 mètres

Légende :

La Végétation	
Terrain découvert	Friche
Terrain cultivé	Arbres clairsemés
Forêt course facile	Forêt course difficile
Végétation basse	Forêt course impossible
Haies, souche	Arbres arbustifs, buisson
Le Relief	
Courbes de niveau	Talus
Petite Butte	Fossé
Petite Dépression, Trou	Terrasse, Place à feu
	Levee de terre

La Pierre et l'Humain

Clôture	Haute Clôture
Muret	Haut Mur
Construction	Abri, Ruine
Jeu	Objet particulier, Barrière
Zone goudronnée	Zone sans circulation
Sable	Propriété Privée
Pont	Ligne électrique
Route	Téléski
Faïence	Chemin, Sentier
Rochers	Limite végétation
	Limite culture

L'Eau	
Ruisseau	Bassin, abreuvoir
Source	Regard, borne
Marais	Trou d'eau
Mare, Étang	

Direction du Nord (magnétique)

PARCOURS SKI de FOND VERT

3 km à vol d'oiseau

DEFINITION DES POSTES

- 1 - 31 Jonction des pistes
- 2 - 32 Arbre isolé
- 3 - 40 Arbre remarquable
- 4 - 35 Talus coté Nord
- 5 - 36 Jonction des pistes
- 6 - 51 Petite construction Sur



Comité Départemental de Course d'Orientation de l'Ain

- piste >2m
- piste 1 à 2m
- route enneigée
- zone aménagée

Carte N°2012-01-161
et N°2018-01-237
Réalisation : CDC001

Vous avez trouvé un lieu où sont proposées des cartes !

Vous pouvez en obtenir une gratuitement dans un lieu de distribution :

Office du Tourisme d'Hauteville Lompnes et Billeterie de la Praille. Vous pouvez aussi la télécharger sur l'un des sites internet des partenaires : Comité départemental de course d'orientation ou communauté de communes du plateau d'Hauteville.

En premier lieu il vous faudra choisir le niveau de difficulté du parcours que vous souhaitez effectuer.

Comme pour qualifier les pistes de ski, différentes couleurs existent aussi dans les sports d'orientation.

En fonction de votre niveau et de votre forme, vous choisirez un parcours :



Vous avez choisi **Très Facile** vous avez raison il faut un début à tout !

Equipez-vous mettez, la carte dans une pochette plastique et avec vos Skis rejoignez la zone de départ à côté du panneau de présentation.

Etape 1

Rendez-vous au départ des parcours qui se situe au nord du parking, derrière le bâtiment de la billetterie.

Le panneau d'accueil de l'Espace sports d'orientation indique le départ de tous les parcours.

Sur votre carte un triangle indique exactement le lieu de départ.

Etape 2

Orientez votre carte avant de partir pour voyager dans la bonne direction !

Le paysage et les éléments du terrain que vous observez devant vous doivent correspondre à leurs représentations sur votre carte. Pour vous aider il y a une légende sur le côté gauche.

Etape 3

C'est parti, ... Vous devez juste suivre l'ordre des numéros.

Vous arrivez à la 1ère balise, vérifiez le numéro du code (Ce sont des numéros supérieurs à 31) poinçonnez la première case sur le bord de la carte, avec la pince incluse dans le poteau, pour attester de votre passage.

Vous êtes libre de choisir le meilleur chemin pour vous rendre à la balise suivante.

Le jeu vous oblige juste à passer par les balises en suivant l'ordre des numéros.

A la fin du parcours, vous pouvez contrôler vos poinçons avec les informations ci-dessous.

En fonction des choix d'itinéraires que vous allez faire, la longueur du circuit est indicative.

Vous entrez dans un espace naturel aménagé pour votre plaisir.

D'autres activités de loisirs ou économiques se déroulent tout au long de l'année.

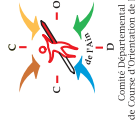
Il n'est pas exclu que certaines zones soient temporairement interdites ou non fréquentables une partie de l'année.

L'utilisation de cet Espace sports orientation se fait sous votre propre responsabilité.

En cas d'accident, appelez le 112

D'autres espaces sports orientation sont à votre disposition dans l'Ain.

Vous trouverez toutes les informations sur le site Internet du Comité départemental de course d'orientation de l'Ain sur le site : <http://cdco01.free.fr>



Et si vous souhaitez apprendre les bases de l'orientation, pratiquer plus largement les sports d'orientation en famille ou seul, prenez contact avec les clubs de l'Ain.

Chaque année c'est environ 7000 jeunes qui pratiquent la CO au collège ou au lycée dans le département de l'Ain.

Correction du parcours : Voilà les formes des poinçons pour un parcours réussi !

1	2	3	4	5	6
31	32	40	35	36	51