

**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 avec circulation | Zone sans circulation       |
| Sable                            | Propriété Privée            |
| Pont                             | Ligne électrique            |
| Route                            | Téléski                     |
| Falaise, Rochers                 | Chemin, Sentier             |
|                                  | Limite végétation           |
|                                  | Limite culture              |

**L'Eau**

|                  |                   |
|------------------|-------------------|
| Ruisseau, Source | Bassin, abreuvoir |
| Marais           | Regard, borne     |
| Marre, Étang     | Trou d'eau        |

Direction du Nord (magnétique)

**PARCOURS VTT VERT**

3 km à vol d'oiseau

**DEFINITION DES POSTES**

- 1 - 31 Jonction des chemins
- 2 - 32 Arbre isolé
- 3 - 40 Arbre remarquable
- 4 - 35 Talus coté Nord
- 5 - 36 Jonction des chemins
- 6 - 46 Bosquet coté Sud
- 7 - 51 Petite construction Sud



Comité Départemental  
de Course d'Orientation de l'Ain

|   |    |
|---|----|
| 1 | 31 |
| 2 | 32 |
| 3 | 40 |
| 4 | 35 |
| 5 | 36 |
| 6 | 46 |
| 7 | 51 |

— piste rapide  
— piste ralentie  
- - - piste difficile

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 votre VTT rejoignez la zone de départ à côté du panneau de présentation.

### Étape 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.

### Étape 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.

### Étape 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.

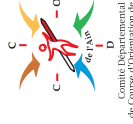
Il n'est pas exclu que certaines zones soient temporairement interdites ou non fréquentables une partie de l'année.

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  | 7  |
| 31 | 32 | 40 | 35 | 36 | 46 | 51 |