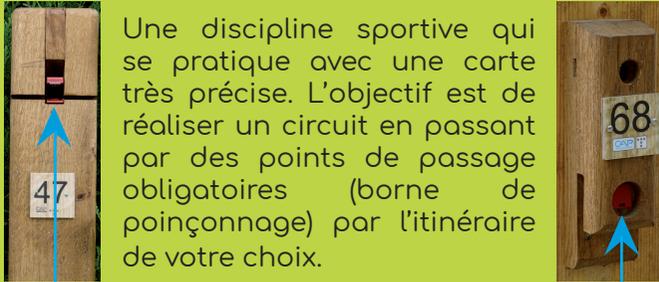


# 3 étapes pour réussir votre parcours d'orientation

## 1 Qu'est-ce-que la course d'orientation ?



Borne Pince pour poinçonner Mini-borne

Une discipline sportive qui se pratique avec une carte très précise. L'objectif est de réaliser un circuit en passant par des points de passage obligatoires (borne de poinçonnage) par l'itinéraire de votre choix.

## 2 Comment choisir votre itinéraire ?

Pour choisir un itinéraire simple et facile, vous devez suivre le plus possible les lignes directrices (les éléments du terrain qui se voient et qui se suivent facilement comme les routes, les allées pavées, les clôtures, les ruisseaux...). Orientez votre carte ! Faites correspondre les éléments de la carte aux éléments du terrain qui se trouvent autour de vous ou le nord de la carte au nord magnétique si vous avez une boussole.

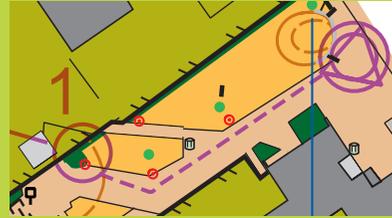
Soyez curieux ! Regardez la légende (un point vert sur la carte est un arbre isolé sur le terrain). Anticipez ! La carte étant la description fidèle des éléments que vous rencontrez sur le terrain, bien la lire, c'est déjà connaître un peu le terrain.



Une fois à la borne, vous devez poinçonner votre carton de contrôle qui validera votre passage.

## 3 Illustrations

= point de départ et d'arrivée



= 1ère borne de poinçonnage à trouver  
 = itinéraire pour aller du départ à la 1ère borne



## 1 2 3 A vous de jouer !!!

Le projet de parcours d'orientation permanent est un projet lauréat du Budget Participatif 2019 de la Ville d'Ivry-sur-Seine.

Il prend place dans la Promenade des Petits Bois situé rue Gabriel Péri à Ivry-sur-Seine.

### Où se procurer les parcours ?

- Sur le site de la Ville [www.ivry94.fr](http://www.ivry94.fr)
- A l'Espace Gérard Philippe Centre Jeanne Hachette (Entrée rue Raspail à côté de la mairie)  
94200 Ivry-sur-Seine  
01.72.04.64.40

Défiiez-vous !

Débutant



Parcours d'Orientation

Promenade des  
Petits Bois

Parcours : niveau débutant  
 Distance : 0,780 km  
 Temps estimé : 20 à 30 min



la pierre et l'humain	
haute clôture	passage
cloture franchissable	
mur infranchissable	mur franchissable
bâtiment	passage couvert
sentier peu visible	zone privative (interdite)
escalier	terrain en dur
allée non goudronnée	allée goudronnée
panier de basket	but
élément particulier	panneau
banc	poubelle
lampadaire	poteau
la végétation	
pelouse, prairie	pelouse arborée
friche	plantation (ne pas traverser)
Progression facile	Progression ralentie
Progression difficile	Progression très difficile
arbres	
le relief	
courbe de niveau	courbe de forme
abrupt de terre	sens de la pente
fossé	plot
l'eau	
point d'eau	surface d'eau infranchissable
source	

1	40
angle de végétation	
2	44
arbre	
3	42
angle de clôture	
4	38
poubelle	
5	43
entre poubelle et banc	
6	35
point d'eau	
7	46
trou	
8	51
au pied de l'escalier	
9	52
en haut de l'escalier	
10	48
angle clôture infranchissable	
11	50
angle de clôture	

**Vous avez aimé ?**  
 Alors venez découvrir les parcours d'orientation à travers la France sur :  
[www.cap-orientation.com](http://www.cap-orientation.com)

Carte de course d'orientation N°2017-94-17	
Carte de base : IGN	Surface : 5 ha
Relevés : Hervé QUINQUENEL	Dessin : Hervé QUINQUENEL
Distribution : AS IGN 73 avenue de Paris 94165 Saint-Mandé cedex courriel: coasign@ign.fr internet: http://www.coasign.fr téléphone : 06 78 00 60 88	
Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite.	
	©FFCO-2017

Echelle 1/1500  
 1 cm sur la carte représente  
 15 m sur le terrain  
 Equidistance 2,5 m  
 la différence d'altitude entre deux courbes de niveau est de 2,5 m

