

Avant de commencer ...

- Départ/Arrivée : aire de jeux de la Prairie de Soulièvres
- Prévoir une tenue adaptée (chaussures, vêtement de pluie) et de quoi s'hydrater
- Les plus jeunes peuvent pratiquer en groupe de 3 à 5 maximum.
- Ne pas sortir de la Prairie de Soulièvres : limites en rose sur la carte CO **XXX** et **XXXX**
- Interdiction de s'approcher du Thouet : il n'y a pas de balise au bord de la rivière
- Fonctionnement des balises : glisser le papier sous le poinçon par le dessous et appuyer sur le poinçon à travers le trou
- En cas d'accident, une personne reste avec le blessé s'il ne peut pas se déplacer (pour ne pas le laisser seul) et les autres peuvent prévenir les secours

Comment jouer ?

- Définir les numéros de balises à rechercher : le but est de revenir le plus rapidement possible à la base Départ/Arrivée après avoir poinçonné les balises définies
- Définir un nombre de balises à rechercher : le but est de revenir le plus rapidement possible à la base Départ/Arrivée après avoir poinçonné suffisamment de balises
- Définir un temps de jeu : le but est de poinçonner le plus possible de balises et revenir à la base Départ/Arrivée avant la fin du temps imparti

Comment bien s'orienter ?

- Orienter la carte à l'aide d'une boussole ou en observant les éléments autour de soi (arbres isolés, bancs, chemins...) et se positionner dessus
- Choisir son itinéraire en fonction du positionnement des balises, de sa position et du relief
- Faire un point sur son positionnement de temps en temps pour toujours savoir où l'on est
- Si on est perdu, prendre le temps de refaire les 2 premières étapes ou revenir à la base de Départ/Arrivée

Esprit CO

Le **RESPECT** est le maître mot de la Course d'Orientation.

- Respecter l'espace naturel : ne pas piétiner/arracher les plantes, ne pas laisser de débris par terre
- Respecter le matériel et les équipements de la prairie : balises, panneaux signalisations, bancs, jeux...
- Respecter les propriétés privées : ne pas franchir les clôtures, ne pas traverser les cultures et jardins
- Respecter les personnes : rester en groupe (esprit d'équipe), ne pas dégrader les balises, ne pas les déplacer (fair play)



La **course d'orientation** (CO) est une course individuelle ou en petits groupes (2 ou 3 maximum), contre la montre ou dans un temps limité dont le but est de relier le plus vite possible différents points marqués sur sa **carte** : on les appelle des **balises**. La CO se pratique à pied ou en VTT. L'utilisation de la boussole peut être utile mais n'est pas indispensable.

Des compétitions sont organisées comme pour tout sport fédéral. On peut aussi pratiquer la CO en raid multisports.

La course d'orientation est une activité de pleine nature mais elle peut également se dérouler en milieu urbain.



Voici le type de balises que vous pouvez rencontrer sur le site d'Airvault. Cette balise est mobile puisqu'un câble acier permet de l'accrocher partout. Le Service des Sports de la ville peut ainsi renouveler le parcours et l'intérêt des sportifs.



La ville d'Airvault donne la parole à ses jeunes et c'est au sein du Conseil Municipal des Jeunes (CMJ) qu'est venue l'idée de créer un parcours d'orientation dans la prairie de Soulièvres.



Si une balise n'est plus à sa place ou si vous en trouvez une dégradée, merci de prévenir le Service des Sports de la ville d'Airvault : sport@airvault.fr ou 05 49 64 70 13. Nous pourrions ainsi la remettre en état le plus rapidement possible.



PARCOURS D'ORIENTATION

Prairie de Soulièvres



en **famille**

entre **amis**

en **pleine nature**



comme **vous voulez**



1

2

3

4

25

6

7

28

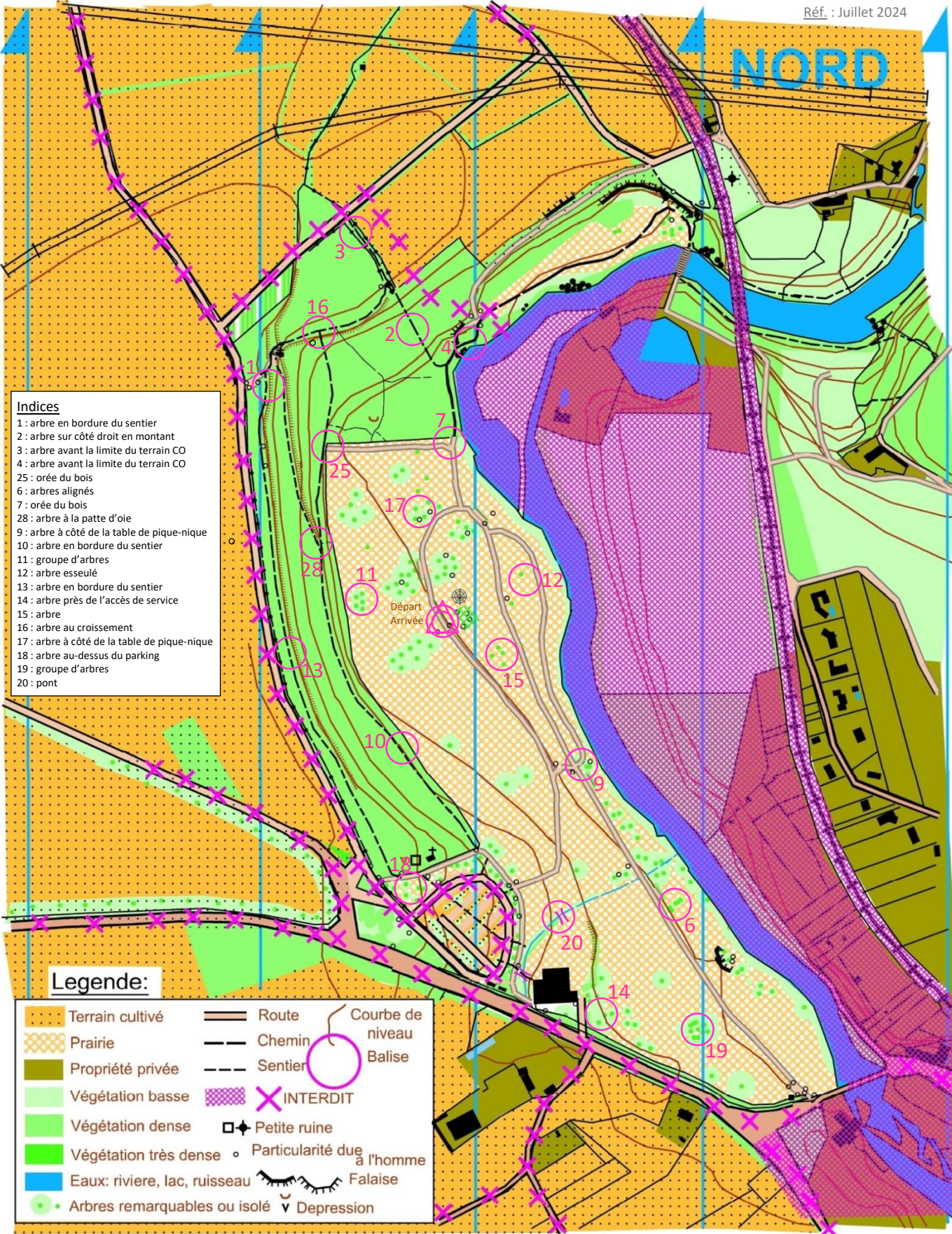
9

10

Prairie de Soulievres

AIRVAULT

Réf. : Juillet 2024



11

12

13

14

15

16

17

18

19

20