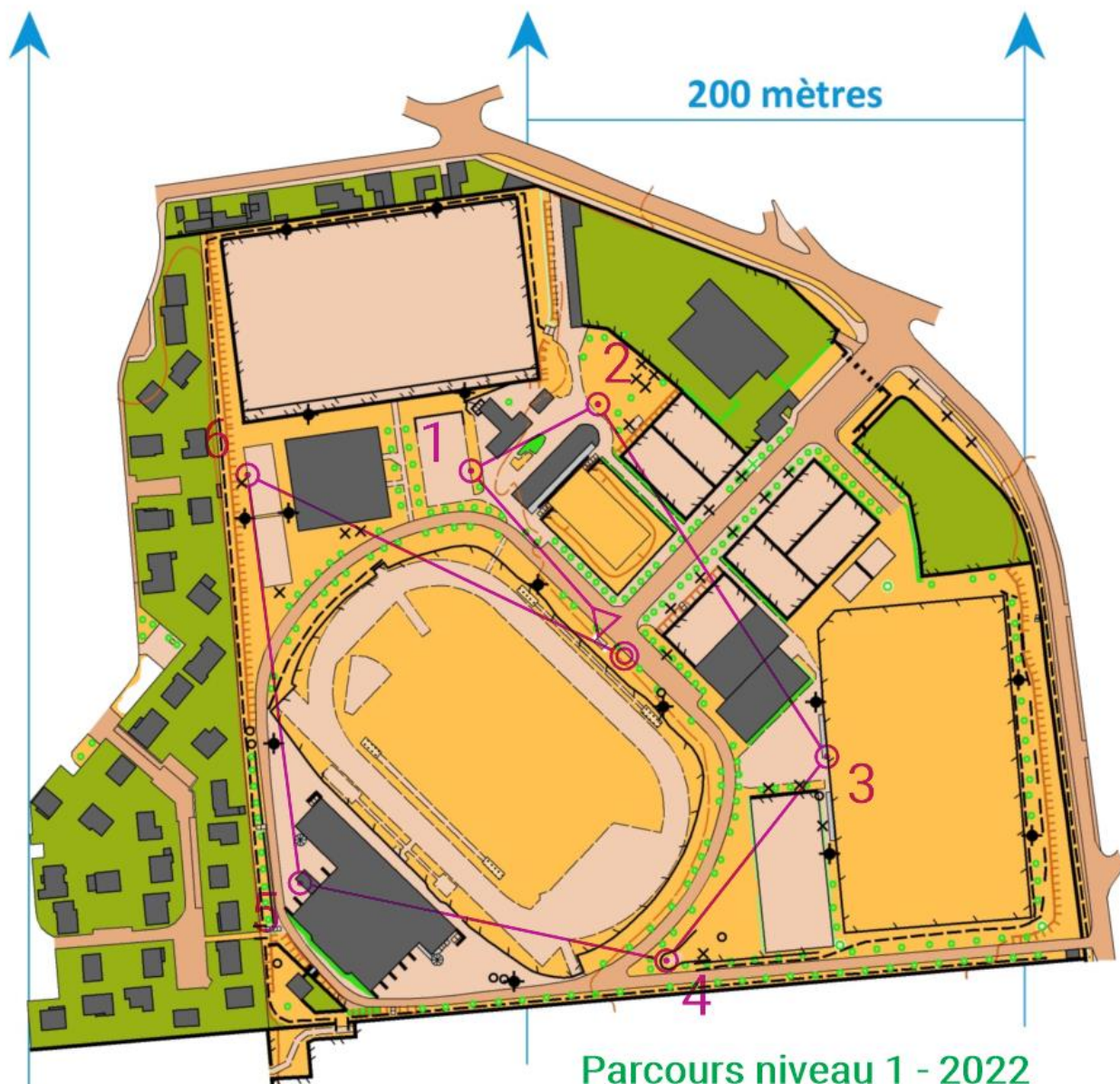


# FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION



## Parcours niveau 1 - 2022

## Stade Jean-Adret

Echelle : 1 / 2500

Equidistance : 5 m

### Codes à retrouver

- Noir : 2G 3G 5R 6M 7J 8U
- Bleu : 1O 2G 2N 4O 5C 7E
- Marron : 3D 3Y 4A 6P 8A 8U
- Rouge : 1L 1S 2B 4Y 5S 6C
- Gris : 1G 1L 1Y 5H 7M 7M
- Violet : 3B 4R 6K 6Y 7E 8K
- Vert : 3Z 4B 4D 5T 6T 8R
- Jaune : 2D 2F 3F 5P 7E 8L

Carte de course d'orientation N°0000-76-00 + adaptations 20220	
Carte de base : Nouvelle carte	Surface :
Relevés : Frédéric Bank	Dessin : 24 Novembre 2019
Distribution : Mairie de Sotteville-lès-Rouen	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.)	
Numéro d'urgence : 15 ou 112	
Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite.	©FFCO-2019
contact : <a href="mailto:albeorientation@gmail.com">albeorientation@gmail.com</a>	



[www.ffcorientation.fr](http://www.ffcorientation.fr)

# PARCOURS NIVEAU 1 – 2022

## Étapes à suivre

### Je prépare mon matériel

Des chaussures de sport pour marcher ou courir et un stylo sont les seuls outils nécessaires.

J'obtiens ma carte directement à la piscine ou dans la tribune d'honneur du stade ou je l'imprime après téléchargement sur le site internet de la Ville.

Je me rends au point de départ situé au bout de l'allée centrale du stade, proche des escaliers.


### J'observe les informations inscrites sur la carte

Les éléments du terrain ou les particularités sont représentés à l'aide de symboles et de couleurs, L'échelle m'indique la distance entre les balises.

Je tourne ma carte pour la faire coïncider avec les éléments du terrain.

### Je prépare mon itinéraire

Je choisis ma couleur pour laquelle je relèverai les codes présents dans le rond (exemple avec cette plaquette : choix de la couleur Rouge = code 7E) ➡

Je repère le point de départ sur ma carte  et je détermine le chemin le plus adapté pour rejoindre la première balise.

Sur la carte, les lignes qui relient les balises ne sont pas les chemins à suivre.

Des voies, chemins ou la route intérieure permettent de rallier chaque balise.



### Je cherche la première balise

À l'aide de la carte et des éléments du terrain, je me déplace jusqu'à la première balise en suivant ma trace avec le doigt tout en gardant la carte orientée en permanence.

Pour valider mon passage, je note le code (de ma couleur) sur ma grille de pointage puis je continue mon parcours jusqu'à la balise suivante.

### Je contrôle mon parcours

Après avoir trouvé le code de la dernière balise, je retourne à l'arrivée indiquée par 

Je vérifie que les codes que j'ai écrit selon ma couleur sont tous présents comme ceux indiqués sur la carte. (*codes à retrouver*)

### Je partage mes impressions

Le service des sports est à votre disposition pour échanger sur votre expérience en adressant un mail à [sports@mairie-sotteville-les-rouen.fr](mailto:sports@mairie-sotteville-les-rouen.fr) ou au 02.35.63.62.21.

### Ordre des balises

Couleur choisie : .....

Ordre du circuit	N° de balise	Code trouvé
Départ		
1	27	
2	34	
3	67	
4	61	
5	57	
6	53	
Arrivée		