Comment ça marche ?

1. J'oriente ma carte avec ou sans boussole.

Sans boussole : je pivote pour faire coïncider la représentation de ma carte avec les éléments que j'observe sur le terrain (bâtiments, routes, plan d'eau...).

Avec boussole : je pivote pour faire coïncider le nord de ma carte (flèche bleue) avec le nord indiqué par ma boussole (aiguille rouge).

2. J'organise mon cheminement. Je repère sur la carte le point de départ et la 1ère balise, je visualise sur la carte le cheminement entre ces deux points.

3. Je recherche la première borne. En utilisant les indications de la carte et en les comparant avec les éléments présents sur le terrain, je me déplace selon le cheminement repéré précédemment.

4. Je valide mon passage. Je poinçonne mon passage sur la grille de pointage dans la case et je vérifie le numéro de la borne. Je pars à la recherche de la balise suivante.

5. Après avoir poinçonné la dernière balise du parcours, je contrôle mon parcours avec la correction.

La course d'orientation est une activité de pleine nature adaptée à tous, qui se pratique avec une carte détaillée.

En courant ou en marchant, il s'agit de parcourir un circuit matérialisé par des balises que le participant doit découvrir en utilisant la carte et éventuellement une boussole.

Ces balises sont des bornes en bois numérotées et munies d'un poinçon.

3 NIVEAUX :

- **Niveau très facile**
- **Niveau facile**
- **Niveau moyen**

OÙ SE PROCURER LES PARCOURS ?

- En mairie
- Sur le site de la mairie www.plouaret.fr
- Au bureau touristique de Plouaret
  Maison communautaire – Rue Louis Prigent

Découvrez sur la commune de Plouaret une nouvelle offre de sport-loisir en accès libre sur 2 sites : le parc de loisirs et le plateau sportif près de l'école.

Plusieurs parcours d'orientation sont disponibles avec des niveaux de pratique différents.

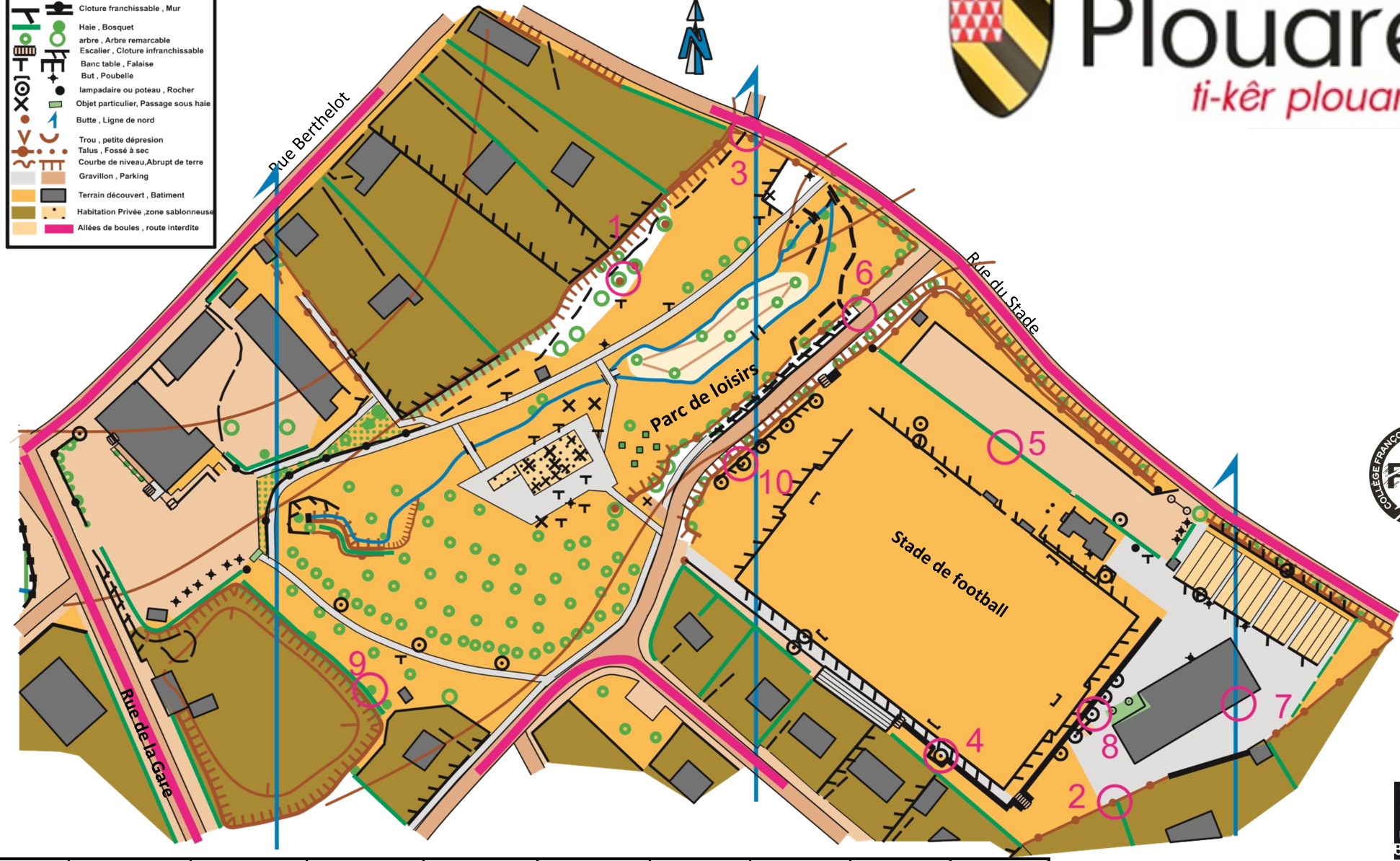
PARCOURS N° 3 : niveau moyen

PARCOURS N°3 : NIVEAU MOYEN

Plouaret
ti-kêr plouared

échelle 1/1600
équidistance 5 m

Nord



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
33	38	47	69	46	76	75	77	48	81