



**CONSEIL  
GENERAL**  
BOUCHES-DU-RHÔNE



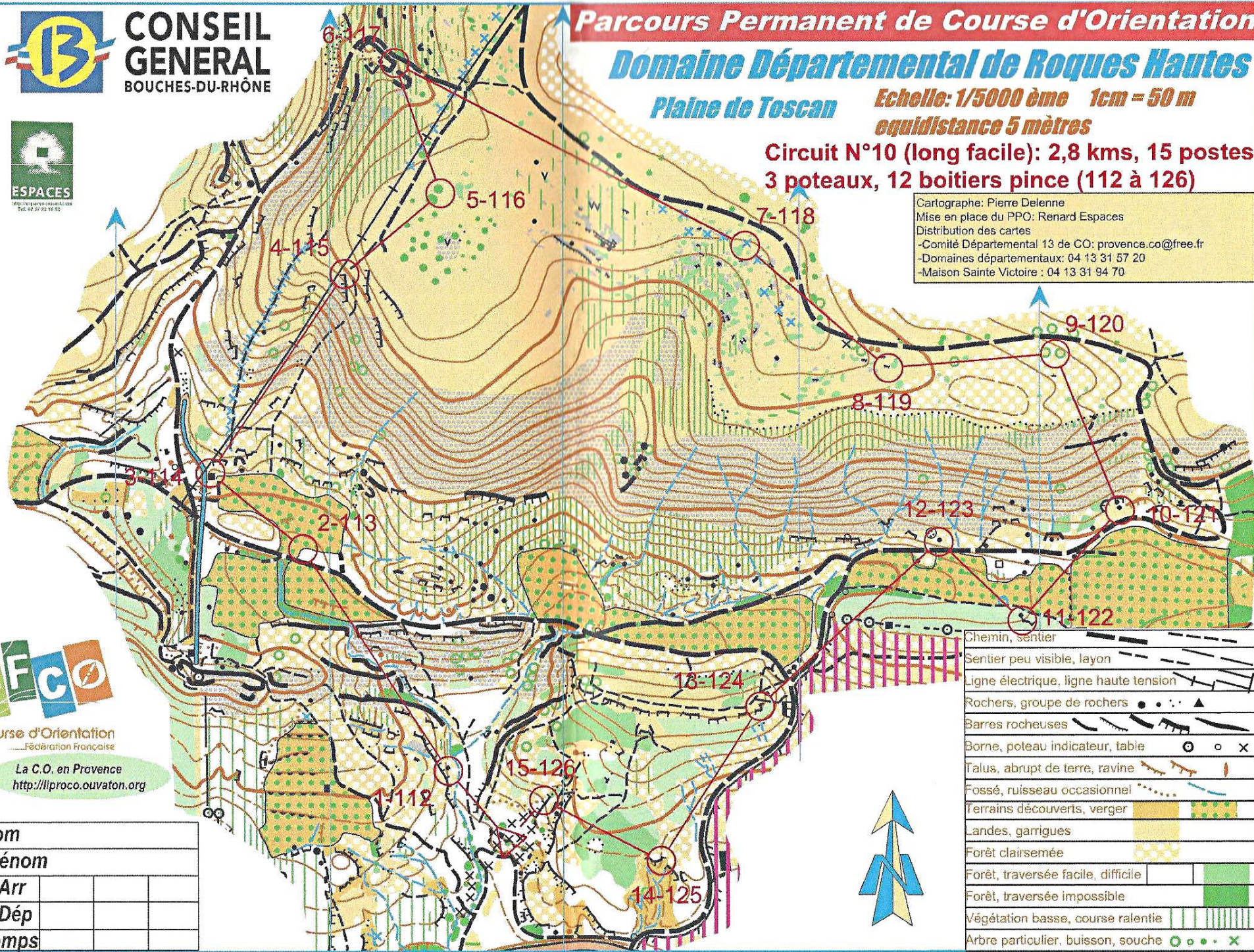
**Parcours Permanent de Course d'Oriente**  
**Domaine Départemental de Roques Hautes**

**Plaine de Toscan**

**Echelle: 1/5000 ème 1cm = 50 m**  
**equidistance 5 mètres**

**Circuit N°10 (long facile): 2,8 kms, 15 postes**  
**3 poteaux, 12 boitiers pince (112 à 126)**

Cartographe: Pierre Delenne  
Mise en place du PPO: Renard Espaces  
Distribution des cartes  
-Comité Départemental 13 de CO: provence.co@free.fr  
-Domaines départementaux: 04 13 31 57 20  
-Maison Sainte Victoire : 04 13 31 94 70



Course d'Oriente  
Fédération Française

La C.O. en Provence  
<http://lproco.ouvaton.org>

14	Nom	
14	Prénom	
15	H Arr	
15	H Dép	
15	Temps	

Chemin, sentier	
Sentier peu visible, layon	
Ligne électrique, ligne haute tension	
Rochers, groupe de rochers	
Barres rocheuses	
Borne, poteau indicateur, table	
Talus, abrupt de terre, ravine	
Fossé, ruisseau occasionnel	
Terrains découverts, verger	
Landes, garrigues	
Forêt clairsemée	
Forêt, traversée facile, difficile	
Forêt, traversée impossible	
Végétation basse, course ralentie	
Arbre particulier, buisson, souche	



# CIRCUIT N°10 - LONG FACILE

**DISTANCE :** 2,8 Km

**DURÉE :** Temps chronométré

**NOMBRE DE POSTES :** 15 postes

**FONCTIONNEMENT :**

Cette course demande un entrainement physique (relief important)

