



**CONSEIL
GENERAL**
BOUCHES-DU-RHÔNE



ESPACES
14800 COMPTON-ROUGE
Tel: 04 91 13 91 93

Parcours Permanent de Course d'Orientation

Domaine Départemental de Roques Hautes

Plaine de Toscan

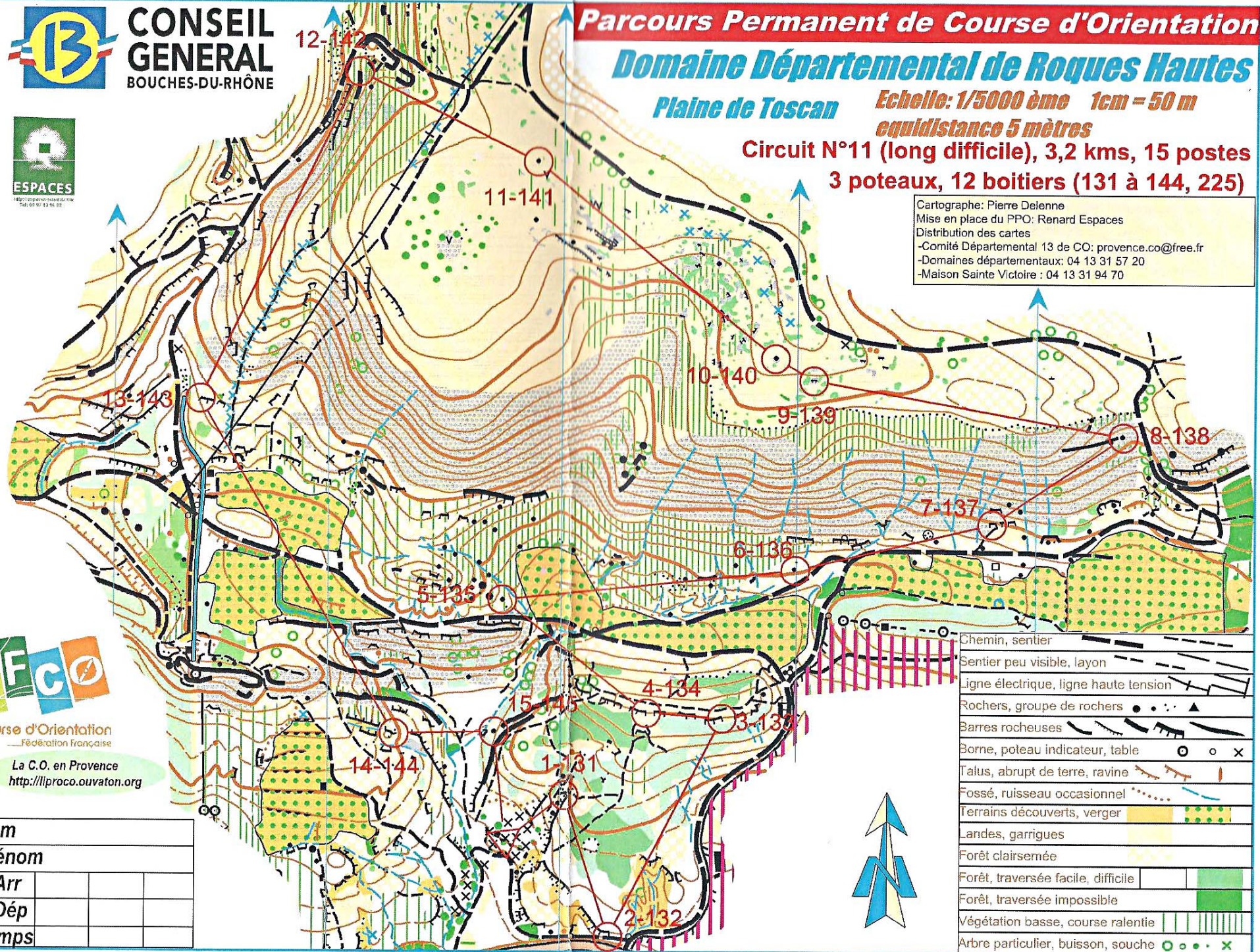
Echelle: 1/5000 ème 1cm = 50 m

equidistance 5 mètres

Circuit N°11 (long difficile), 3,2 kms, 15 postes

3 poteaux, 12 boitiers (131 à 144, 225)

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



Course d'Orientation
Fédération Française

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

	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



Nom	
Prénom	
H Arr	
H Dép	
Temps	

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15

CIRCUIT N°11 - LONG DIFFICILE

DISTANCE : 3,2 Km

DURÉE : Temps chronométré

NOMBRE DE POSTES : 15 postes

Poteaux ou boîtiers pincés sont disposés de façons techniques et nécessitent parfois l'utilisation et la maîtrise de la boussole avec la carte.

FONCTIONNEMENT :

Départ individuel dans l'ordre des postes 1, 2...
chaque poste est disposé de façon technique entre
50 à 100 mètres de sentiers et chemins.
Cette course demande un entraînement physique
et un équipement adapté (guêtres)

