

Parcours Permanent de Course d'Orientation

Domaine Départemental de Roques Hautes

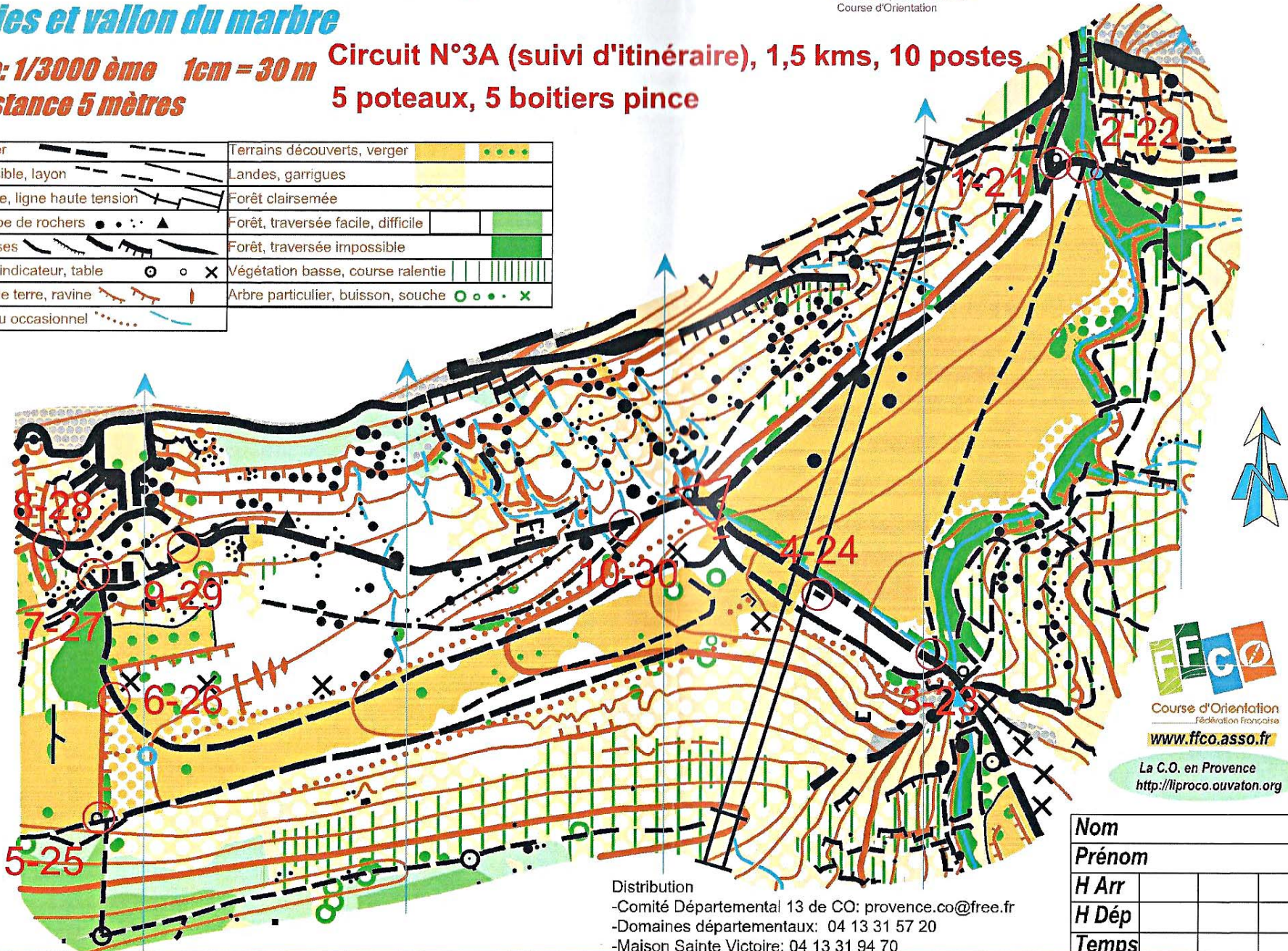
Prairies et vallon du marbre

Echelle: 1/3000 ème 1cm = 30 m
 equidistance 5 mètres

Circuit N°3A (suivi d'itinéraire), 1,5 kms, 10 postes
 5 poteaux, 5 boitiers pince



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



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

Cartographe: Pierre Delenne
 Mise en place du PPO: Renard Espaces

FFCO
 Course d'Orientation
 Fédération Française
www.ffco.asso.fr
 La C.O. en Provence
<http://liproco.ouvaton.org>

Distribution
 -Comité Départemental 13 de CO: provence.co@free.fr
 -Domaines départementaux: 04 13 31 57 20
 -Maison Sainte Victoire: 04 13 31 94 70

Nom	
Prénom	
H Arr	
H Dép	
Temps	

CIRCUIT N°3A

SUIVI D'ITINÉRAIRE (carte avec circuit)

DISTANCE : 1,5 km

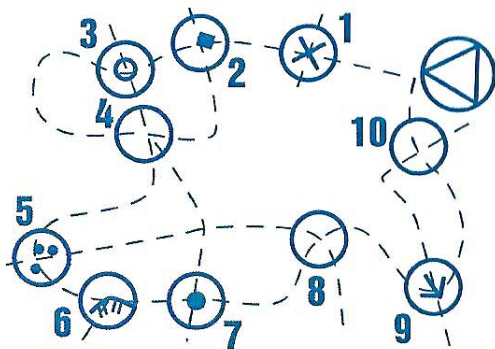
DURÉE : 1 heure

NOMBRE DE POSTES : 10 poteaux numérotés de 21 à 30 avec flèches directionnelles.

LÉGENDE DU CIRCUIT SUR LA CARTE :

- ⊙ : Point de Départ et d'Arrivée
- ⊗ : Le centre du cercle donne l'emplacement précis des postes que vous découvrirez sur le circuit (poteaux, boîtiers-pince).

Exemple : Ici la croix représente un objet particulier (banc).



Ordre et sens du circuit matérialisé sur la carte.

Case de contrôle sur la carte au départ

1	2
21	22

Case de contrôle après poinçonnage

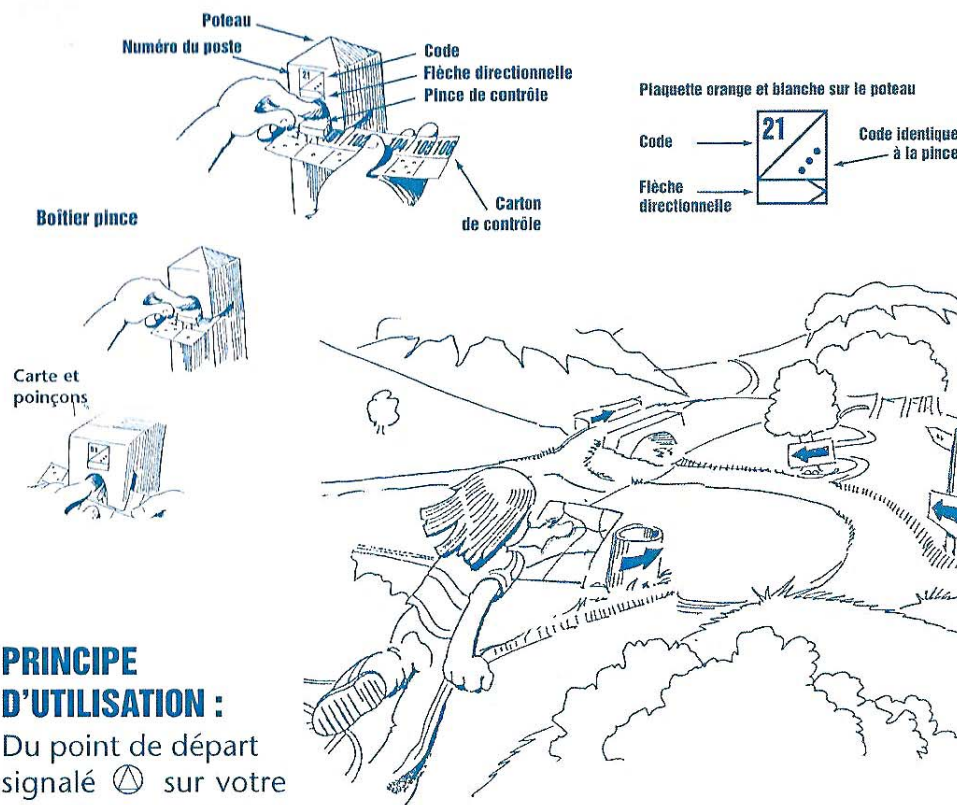
1	2
21::	22::

AU DÉPART DU CIRCUIT ET AU COURS DE VOTRE DÉPLACEMENT :

Vous devez au cours de votre déplacement :

- 1) prendre connaissance de la légende,
- 2) orienter votre carte par rapport au terrain,
- 3) plier la carte à votre convenance,
- 4) afin de pouvoir placer votre pouce sur celle-ci,
- 5) pour prendre des points de repères que vous découvrirez au fur

et à mesure de votre déplacement.
SUR LE CIRCUIT :



PRINCIPE D'UTILISATION :

Du point de départ signalé ⊙ sur votre carte d'orientation

4A, vous vous déplacez sur le circuit avec la carte orientée, tout en suivant le fléchage indiqué sur les poteaux. À leur découverte, pour certifier de votre passage, vous poinçonnez sur votre carte, dans les cases de contrôle correspondant aux numéros des postes.