


AMATEUR DE COURSE D'ORIENTATION ?

DÉCOUVREZ LES 4 PARCOURS PROPOSÉS PAR LA COMMUNE DE SAINT-MAURICE-L'EXIL.

L'objectif de la course d'orientation est de se repérer grâce aux éléments naturels et artificiels (arbre isolé, rocher, banc, panneau) pour trouver les balises (appelées aussi « postes ») symbolisées sur la carte par un cercle rouge .



Le départ est symbolisé par un triangle rouge .

L'ordre de recherche est imposé, cependant vous êtes libre de choisir votre cheminement pour y parvenir.

A chaque balise trouvée, poinçonnez votre carte à l'aide de la pince rouge encastrée dans le poteau en bois.

Tout au long de votre parcours vérifiez que les pictogrammes de vos plaquettes correspondent aux poinçons de chaque balise.

Confirmez toujours votre position en identifiant sur la carte des éléments que vous pouvez observer autour de vous : bâtiments, routes, téléskis, etc.

Apprentis orienteurs c'est à vous de jouer.



Ce projet a été élaboré en partenariat avec le Master « Loisirs Environnement Sport et Tourisme » de l'UFRSTAPS de Grenoble (Université Grenoble Alpes), le Comité Départemental de C.O de l'Isère et de la LRACO

PARCOURS DE SAINT-MAURICE L'EXIL

PARCOURS VERT ACCESSIBLE HANDI  :

NIVEAU : FACILE | DISTANCE : 1.5 KM | DURÉE : 45 MINUTES | 8 BALISES

PARCOURS BLEU :

NIVEAU : MOYEN | DISTANCE : 1.8 KM | DURÉE : 1H00 | 15 BALISES

RECOMMANDATIONS

Il est de la responsabilité de tout pratiquant d'estimer ses capacités à pouvoir pratiquer la course d'orientation sur cet espace.

■ Respectez la quiétude des lieux et ne laissez aucun déchet au sol. Des poubelles sont à votre disposition.

■ Respectez les animaux présents.

■ Tenez votre chien en laisse.

Il est formellement interdit de :

■ Se baigner.

■ Ramasser les fleurs.

■ Faire du feu en dehors des zones prévues.

Tout manquement à ces règles peut entraîner des poursuites.



DÉFINITION DES POSTES

PARCOURS BLEU

N°	balise	définition
1	71	Côté nord-ouest du bosquet
2	73	Arbre remarquable
3	74	Coude de la limite de végétation
4	77	Arbre remarquable
5	81	Arbre remarquable
6	82	Croisement route chemin
7	84	Corne de forêt
8	85	Banc
9	86	Arbre remarquable
10	87	Coude de la limite de végétation
11	88	Rentrant
12	89	Côté est du bosquet
13	90	Angle du champ
14	91	Dépression
15	92	Butte

PARCOURS VERT

N°	balise	définition
1	72	Jonction route limite de végétation
2	75	Banc
3	78	Croisement de chemins
4	82	Croisement route chemin
5	83	Côté est du bosquet
6	79	Corne de forêt
7	76	Panneau
8	93	Croisement de chemins

www.ville-st-maurice-exil.fr (RUBRIQUE « LOISIRS »)

RETROUVEZ TOUS LES AUTRES EMPLACEMENTS DE PARCOURS PERMANENTS DE CO EN RHÔNE ALPES SUR LES SITES ISÈRE OUTDOOR ET DE LA LRACO ACCESSIBLES DEPUIS www.isere.fr ET www.lraco.net

C'est en isère



COURSE D'ORIENTATION PARCOURS "SPORTIF" PLAN D'EAU DES BLACHES

À LA DÉCOUVERTE DE SAINT MAURICE L'EXIL

BALISE 93

BALISE 76

BALISE 79

BALISE 83

BALISE 82

BALISE 78

BALISE 75

BALISE 72

8

7

6

5

4

3

2

1

PARCOURS VERT

Accessible Handi :
Niveau : Facile | Distance : 1.5 Km
Durée : 45 minutes | 8 balises
Pensez à vérifier vos pictogrammes

SAINT MAURICE L'EXIL

PLAN D'EAU DES BLACHES

CO PÉDESTRE
PARCOURS "SPORTIF"



échelle : 1/3000°
équidistance : 5m

150m

BALISE 92

BALISE 91

BALISE 90

BALISE 89

BALISE 88

BALISE 87

BALISE 86

BALISE 85

BALISE 84

BALISE 82

BALISE 81

15

14

13

12

11

10

9

8

7

6

5

Départ



LEGENDE	
La Végétation	
Terrain découvert - Friche	Limite végétation - Limite culture
Terrain cultivé	Arbres clairsemés
Forêt course facile - ralentie	Forêt course difficile - impossible
Végétation basse clairsemée - dense	Plantations végétales - haies
Haies dense - traversable - souche	Feuillus - résineux - arbuste - buissons/bosquets
Le Relief	
Courbes de niveau	Talus
Butte - butte allongée - fourmillière	Fossé
Petite dépression	Place à feu - Levée de terre
Trou	
L'Eau	
Ruisseau - source	Fontaine, abreuvoir - Trou d'eau
Marécage - marais - marais étroit	particularité hydrologique
Ruisseau intermittent	Mare, étang
La Pierre et l'Humain	
Clôture délabrée - normale - haute	Muret ruine - normal - haut
Falaise petite - infranchissable	Rochers petit - gros
Pierrier	Construction, bâtiment - ruine
Buts - Panneau Basket	Abri, bâtiment traversable - petite grotte - passage
Table - Banc	Objet particulier - Barrière/portail - Panneau
Escalier - Monument	Lampadaire - Jeu - Atelier sportif
Pont - Ligne électrique	Route - Chemin urbain
Propriété Privée - zone goudronnée - gravillonnée	Chemin forestier - sentier - chemin, sentier peu visible



Course d'Orienteur
2018@bratton.fr

PARCOURS BLEU

Niveau : Facile | Distance : 1.8 Km
Durée : 1h00 | 15 balises
Pensez à vérifier vos pictogrammes

BALISE 77

BALISE 74

BALISE 73

BALISE 71

4

3

2

1