

# AMATEUR DE COURSE D'ORIENTATION ?

## DÉCOUVREZ LES 3 PARCOURS PROPOSÉS AU DÉPART DE SAINT-JEAN-D'AVELANNE

L'objectif de la course d'orientation est de se repérer grâce aux éléments naturels et artificiels (arbre isolé, rocher, banc, arbre...) pour trouver les balises 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 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, bancs, arbres, agrès, etc.

Apprentis orienteurs c'est à vous de jouer.

## PARCOURS VTT'O LES VILLAGES DES TROIS SAINTS

### PARCOURS TRÈS FACILE

DISTANCE : 5 KM | DURÉE : +/- 45 MINUTES | 5 BALISES

### PARCOURS FACILE

DISTANCE : 10 KM | DURÉE : 1 H À 1 H 30 | 9 BALISES

### PARCOURS MOYEN

DISTANCE : 17 KM | DURÉE : 1 H 30 À 2 H | 13 BALISES

## RECOMMANDATIONS

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

- Avant de partir, vérifiez votre équipement, prenez de quoi vous hydrater.
- Privilégiez le port du casque pour votre propre sécurité et soyez visible.
- Respectez la réglementation routière lors de vos déplacements en VTT.
- Respectez la propriété privée et les différents usages (agricoles, exploitations forestières, chasse...).
- Restez sur les sentiers et ne coupez pas à travers champs.
- Veillez à ne pas stationner votre VTT sur la route et les chemins.
- Ne laissez aucun déchet au sol, utilisez les poubelles prévues à cet effet.



L'application Suricate permet de signaler les problèmes que vous rencontrez quand vous pratiquez un sport de nature (erreur de balisage, besoin de sécurisation, conflit d'usage...), n'hésitez pas à l'utiliser.

## SITES ÉQUIPÉS DE PARCOURS PERMANENTS D'ORIENTATION



OFFICE DE TOURISME DES VALS DU DAUPHINÉ  
[www.tourisme-valsduDauphine.fr](http://www.tourisme-valsduDauphine.fr)

- PONT DE BEAUVOISIN 04 76 32 70 74 – [tourisme.pontdebeauvoisin@valsduDauphine.fr](mailto:tourisme.pontdebeauvoisin@valsduDauphine.fr)
- LES ABRETS EN DAUPHINÉ 04 76 32 11 24 – en période estivale
- LA TOUR DU PIN 04 74 97 14 87 – [tourisme.latourdupin@valsduDauphine.fr](mailto:tourisme.latourdupin@valsduDauphine.fr)

RETROUVEZ TOUTS LES AUTRES SITES D'ACTIVITÉS OUTDOOR SUR L'APPLICATION MOBILE ISÈRE OUTDOOR ET TOUTS LES AUTRES SITES DE COURSE D'ORIENTATION SUR LE SITE DU COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE COURSE D'ORIENTATION [www.cdco38.fr](http://www.cdco38.fr)



ALPES IS HERE



## PARCOURS D'ORIENTATION VTT ORIENTATION

À LA DÉCOUVERTE  
DES VILLAGES DES  
TROIS SAINTS



**BALISE 66**  
Croisement  
de chemin

**BALISE 64**  
Angle de la  
zone boisée

**BALISE 65**  
Coude du  
chemin

**BALISE 63**  
Coude du  
chemin

**BALISE 67**  
Jonction  
route/chemin

**1**

**2**

**3**

**4**

**5**

**PARCOURS FACILE**

Distance : 10 Km  
Durée : 1h à 1h30 - 9 balises  
Pensez à vérifier vos pictogrammes

**PARCOURS TRÈS FACILE**

Distance : 5 Km  
Durée : +/- 45 minutes | 5 balises  
Pensez à vérifier vos pictogrammes

Carte de course d'orientation 2016 / La reproduction de l'ensemble des supports cartographiques est autorisée pour l'usage unique de ce parcours permanent d'orientation et à l'exclusion de tout autre usage. Cet équipement a été mis en place avec l'assistance technique de la Ligue Auvergne Rhône Alpes de course d'orientation / Edition 2020

# LES TROIS SAINTS

SAINT JEAN D'AVELANNE  
SAINT MARTIN DE VAULSERRE  
SAINT ALBIN DE VAULSERRE  
PARCOURS PERMANENT  
VTT ORIENTATION

Coude du chemin  
**BALISE 71**

**1**

Croisement de chemin  
**BALISE 61**

**2**

Coté Est de l'église  
**BALISE 60**

**3**

Croisement de route  
**BALISE 62**

**4**

Croisement de chemin  
**BALISE 66**

**5**

Angle de la zone boisée  
**BALISE 64**

**6**

Coude du chemin  
**BALISE 65**

**7**

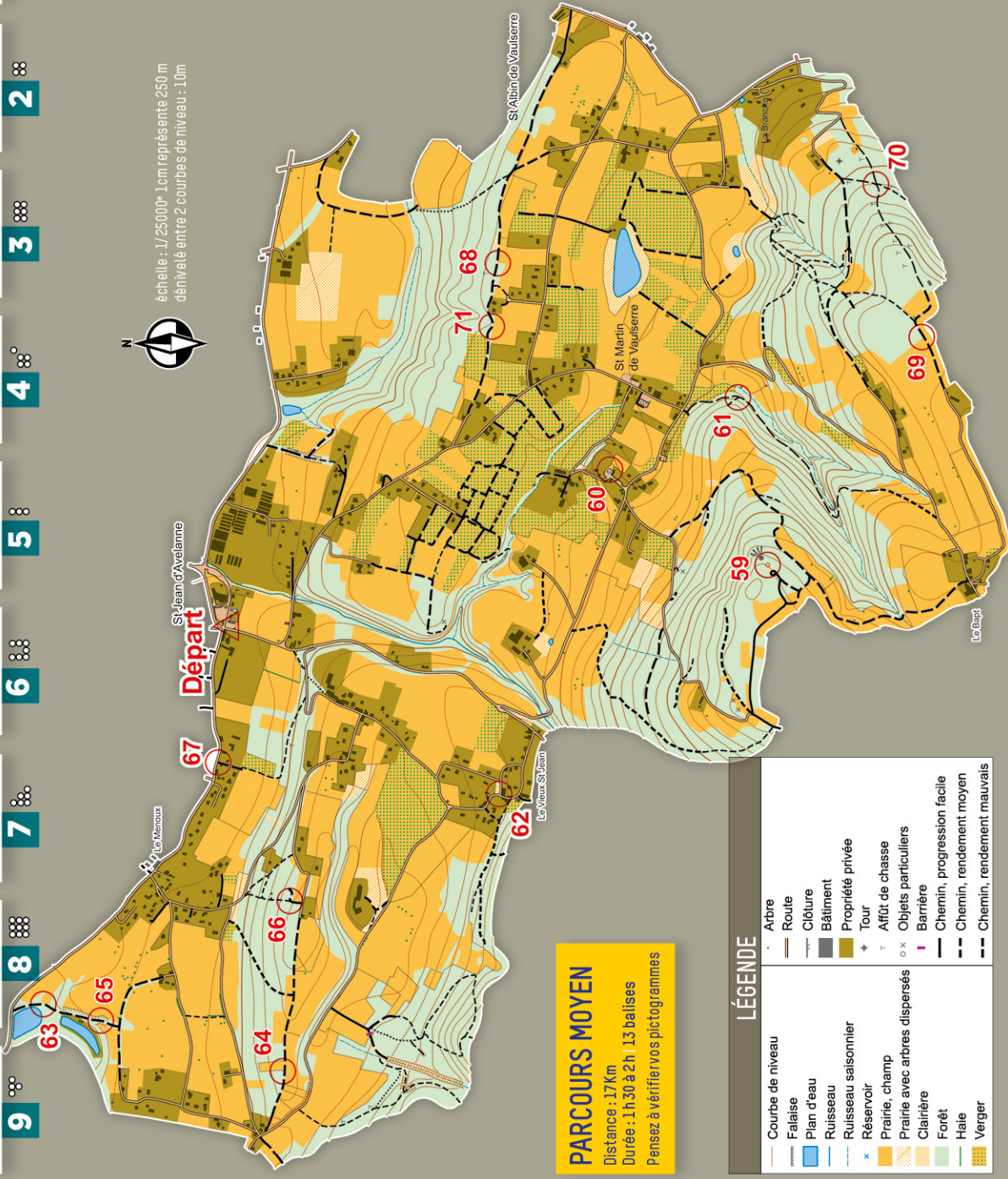
Coude du chemin  
**BALISE 63**

**8**

Jonction route/chemin  
**BALISE 67**

**9**

Échelle : 1/25000 - 1cm représente 250 m  
dénivelé entre 2 courbes de niveau : 10m



**PARCOURS MOYEN**

Distance : 17 Km  
Durée : 1h30 à 2h - 13 balises  
Pensez à vérifier vos pictogrammes

**LÉGENDE**

	Courbe de niveau		Arbre
	Falaise		Route
	Plan d'eau		C clôture
	Ruisseau		Bâtiment
	Ruisseau saisonnier		Propriété privée
	Prairie, champ		Tour
	Prairie avec arbres dispersés		Affût de chasse
	Clairière		Objets particuliers
	Forêt		Barrière
	Hale		Chemin, progression facile
	Verger		Chemin, rendement moyen
			Chemin, rendement mauvais

**BALISE 71**  
Coude du chemin

**BALISE 68**  
Angle du champ

**BALISE 70**  
Croisement de chemin

**BALISE 69**  
Angle de la zone boisée

**BALISE 59**  
Tour

**6**

**BALISE 61**  
Croisement de chemin

**7**

**BALISE 60**  
Coté Est de l'église

**8**

**BALISE 62**  
Croisement de route

**9**

**BALISE 66**  
Croisement de chemin

**10**

**BALISE 64**  
Angle de la zone boisée

**11**

**BALISE 65**  
Coude du chemin

**12**

**BALISE 63**  
Coude du chemin

**13**

**BALISE 67**  
Jonction route/chemin