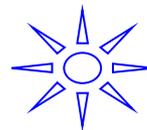




PARCOURS D'ORIENTATION...



Lieu : Le vallon de Portalier - Gardanne

Date : Samedi 9 décembre 2023

PARCOURS DE NUIT

Cette activité est destinée à TOUS les adhérents

GVRANDO GARDANNE

Rendez- vous : Gardanne - parking de la piscine 17h00

L'activité « Orientation » est une forme de déplacement faisant appel à l'observation simultanée du terrain et d'une carte très détaillée, éventuellement d'une boussole. A terme, en poursuivant cette pratique, cette activité peut vous rendre entièrement autonome dans un espace naturel inconnu, et ceci sans avoir à utiliser un GPS. Venez nous rejoindre, nous pouvons accompagner ceux qui le désirent

Je sais où je suis, je sais où je vais

OBJECTIFS

- Nous retrouver dans une ambiance cordiale, familiale et sportive,
- associer une activité sportive à la réflexion et à l'esprit d'initiative,
- se familiariser avec la lecture de la carte de CO et la boussole.
- se préparer à être autonome dans une randonnée individuelle ou familiale
- se faire plaisir dans un bel environnement

MATERIEL ET EQUIPEMENT

- Prêt possible de boussole de CO.
- Chaussures de marche vivement conseillées, ou, à la rigueur de jogging
- Tenue rustique vivement conseillée

PARCOURS

UN SEUL PARCOURS dit « AUX POINTS » soit 25 balises à découvrir « en vrac » en un temps déterminé. La carte est au 1/5000°.

Pour évoluer de nuit il est souhaitable d'avoir une lampe frontale pour lire la carte et une torche puissante pour éclairer l'espace.

Il est conseillé aux personnes qui ne se sentent pas sûres de faire équipe avec un partenaire.

POINTS PARTICULIERS

- A l'issue du parcours une soupe à l'oignon sera offerte pensez à apporter bol et cuillère ;
- Chacun peut apporter quelque chose à partager ;
- Parcours nocturne ne pas oublier une lampe de préférence frontale
- Si météo exécrable, la décision de report sera prise sur place ou bien diffusée par mail.

TRAJET ROUTIER

Gardanne, Quartier des Moulières, Coordonnées GPS : N 43°27'57.7" / E 5°27'21.8"

TRACEURS

Pascale TANGUY : 06 48 43 69 80