

Parcours : enfants découverte

Distance : 620 m

Temps estimé : 20 à 30 min

Parc de la Monniais

2 étapes pour réussir ton parcours d'orientation

1. Qu'est-ce-que la course d'orientation ?



La course d'orientation est une discipline sportive qui se pratique avec une carte très précise. L'objectif est de réaliser un circuit en passant par des points de passage obligatoires (borne de poinçonnage) par l'itinéraire de ton choix.

Pince pour poinçonner

Borne de poinçonnage

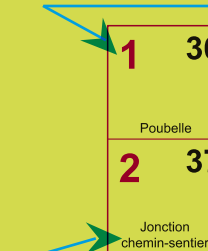
2. Comment choisir ton itinéraire ?

Pour choisir un itinéraire simple et facile, tu dois suivre le plus possible les lignes directrices (les éléments du terrain qui se voient et qui se suivent facilement comme les routes, les allées pavées, les clôtures, les ruisseaux...).
Orienté ta carte ! Grâce aux éléments qui se trouvent autour de toi.

Fais la **relation carte-terrain** (un rond vert sur la carte est un arbre isolé sur le terrain). Sois curieux ! **Regarde la légende.**

Anticipe ! La carte est la description fidèle des éléments que tu rencontres sur le terrain. Bien lire la carte, c'est déjà connaître un peu le terrain.

Première borne à trouver



Une fois à la borne, tu dois poinçonner ton carton de contrôle qui validera ton passage.

Numéro de la borne

Lieu où se situe la borne par rapport à l'élément principal

Copyright 2010 CAP Orientation. Toute reproduction interdite.

Echelle 1/3500

1 cm sur la carte représente 35 m sur le terrain

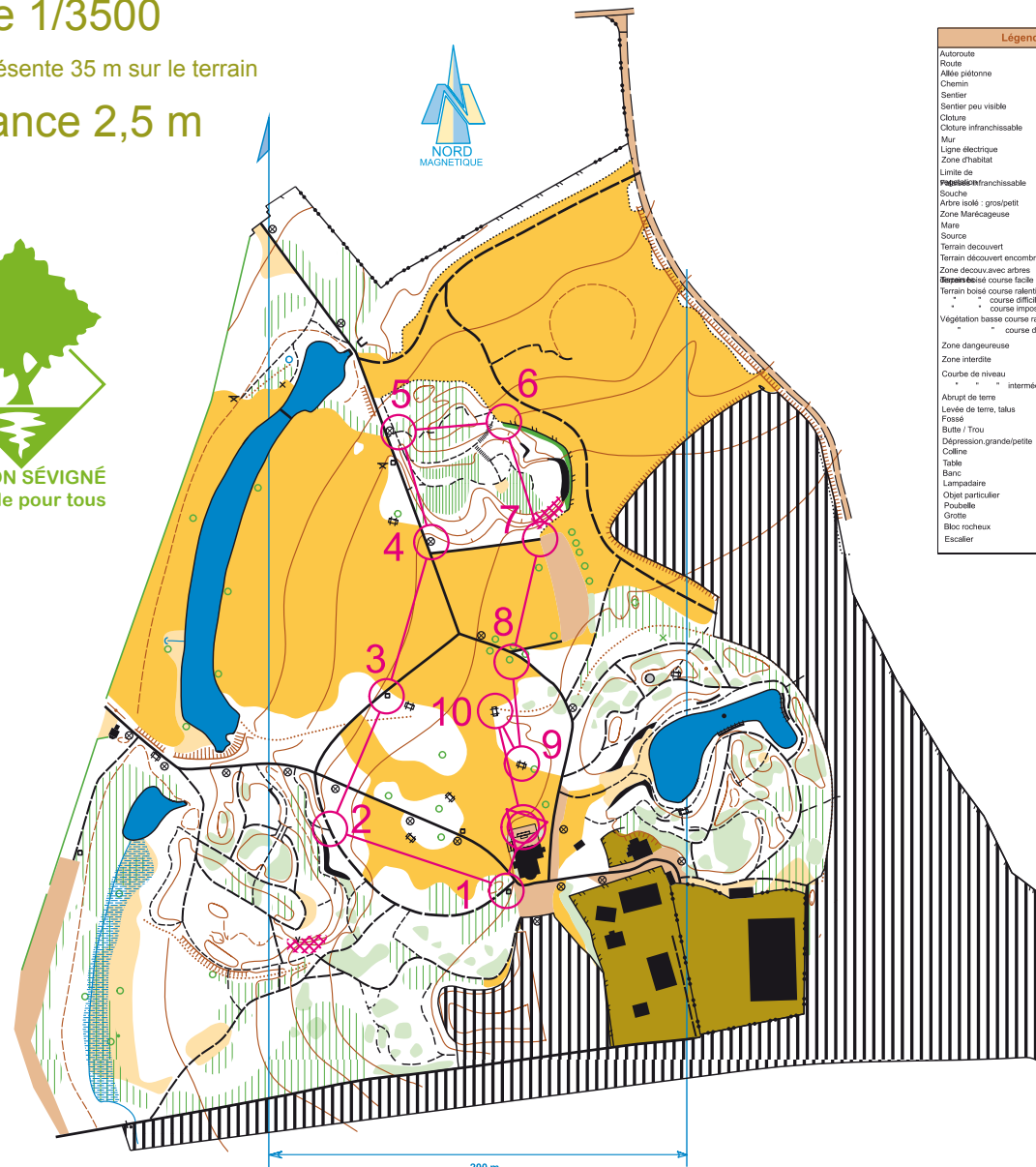
Equidistance 2,5 m



1	36
Poubelle	
2	37
Jonction chemin-sentier	
3	32
Poubelle	
4	38
Lampadaire	
5	39
Carrefour de sentiers	
6	40
Extrémité clôture infranchissable	
7	41
Extrémité route	
8	35
Arbre	
9	31
Banc	
10	34
Banc	



Carte de course d'orientation 35-100-2010
 Réalisation : Comité départemental de Course d'Orientation 35
 Mise à jour de la carte de base : 30-01-2004
 Relevé et dessin : FLOROT Olivier ; mai 2010
 Distribution : Mairie de Cesson-Sévigné ; Service des Sports
 Autorisation de pratiquer la course d'orientation à demander à la Mairie de Cesson-Sévigné



Légende	
Autoroute	[Symbol]
Route	[Symbol]
Allée piétonne	[Symbol]
Chemin	[Symbol]
Sentier	[Symbol]
Sentier peu visible	[Symbol]
Clôture	[Symbol]
Clôture infranchissable	[Symbol]
Mur	[Symbol]
Ligne électrique	[Symbol]
Zone d'habitat	[Symbol]
Limite de parcelle/infranchissable	[Symbol]
Souche	[Symbol]
Arbre isolé / gros/peut	[Symbol]
Zone Marécageuse	[Symbol]
Mare	[Symbol]
Source	[Symbol]
Terrain découvert	[Symbol]
Terrain découvert en ombré	[Symbol]
Zone découvré avec arbres	[Symbol]
Bois de feuillus	[Symbol]
Terrain boisé course ralentie	[Symbol]
course difficile	[Symbol]
course impossible	[Symbol]
Végétation basse course ralentie	[Symbol]
course difficile	[Symbol]
Zone dangereuse	[Symbol]
Zone interdite	[Symbol]
Courbe de niveau	[Symbol]
intermédiaire	[Symbol]
Abrupt de terre	[Symbol]
Levée de terre, talus	[Symbol]
Fossé	[Symbol]
Burle / Trou	[Symbol]
Dépression grande/petite	[Symbol]
Colline	[Symbol]
Taie	[Symbol]
Banc	[Symbol]
Lampadaire	[Symbol]
Objet particulier	[Symbol]
Poubelle	[Symbol]
Grotte	[Symbol]
Bloc rocheux	[Symbol]
Escalier	[Symbol]

Fonctionnement

Le parcours permanent d'orientation peut être utilisé par différents publics (scolaires, centres de loisirs, écoles municipales de sport, grand public...). Pour connaître les horaires dédiés à chaque public, et pour toute autre information, veuillez consulter le site internet de la Ville de Cesson Sévigné : www.ville-cesson-sevigne.fr

Dans le cadre de votre pratique, veuillez au bien-être des promeneurs et à la tranquillité des espèces animales et végétales présentes sur le site.

Le parc de la Monniais

Véritable « poumon vert » s'étendant sur plus de 39 hectares, le parc de la Monniais, associé à de nombreux espaces verts et plans d'eau, fait de la commune de Cesson-Sévigné une authentique ville-jardin.

Le parc de la Monniais possède une cinquantaine d'essences sylvestres rares, ainsi qu'une bambouseraie, ajoutant ainsi aux charmes rustiques des lieux, le plaisir de la découverte botanique.

Site naturel de promenade et de détente en famille, offrant des espaces propices à la pratique des sports loisirs, le parc de la Monniais est un lieu idéal pour la course d'orientation. Grâce au parcours balisé, vous pourrez découvrir à votre guise ce patrimoine naturel riche et préservé.

Parcours permanent d'Orientation

Parcours enfants découverte

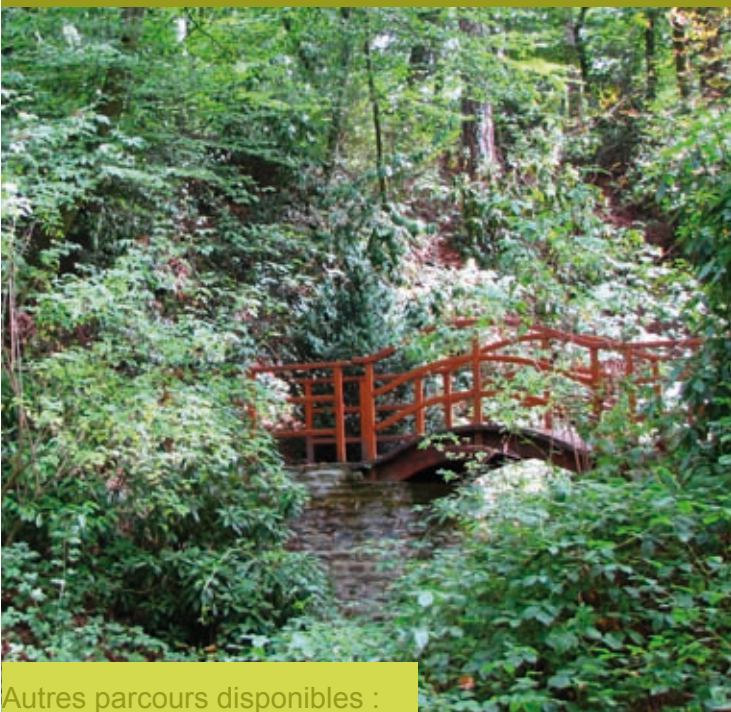
Parc de la Monniais



Plus d'informations sur
www.ville-cesson-sevigne.fr



CESSON SÉVIGNÉ
une ville pour tous



Autres parcours disponibles :

- Parcours juniors
- Parcours enfants initiés
- Parcours adultes découverte
- Parcours adultes initiés
- Parcours tous postes

ou pour créer vos propres parcours :
www.ville-cesson-sevigne.fr



Plus d'informations :

- Service des Sports et Loisirs
Hôtel de Ville
35510 Cesson Sévigné
Tél : 02.99.83.52.15
service-loisirs@ville-cesson-sevigne.fr
- Stade d'Eaux Vives
2, Rue de Paris
35510 Cesson Sévigné
Tél : 02.23.45.18.18
stade-eaux-vives@ville-cesson-sevigne.fr