



# INFO COURSE

du 30 mars 2017

## CHAMPIONNAT LD BRETAGNE ET NORMANDIE

### Parking

Le parking étant relativement petit, essayez de vous garer pour optimiser la place ... Les véhicules sont interdits en forêt domaniale (amende 135 euros).

### Accueil / GEC

L'accueil se trouve à 400 mètres du parking, pour s'y rendre ne traversez pas les champs : suivez la route sur 200 mètres vers le nord, puis la piste agricole sur 200 mètres vers l'est.

Signalez votre présence à l'accueil. Passez par la GEC avant votre départ, même en cas d'abandon.

Les puces sont prêtées contre un chèque de caution de 50 euros ou une pièce d'identité.

Vous pouvez, nous confier vos clés de voiture.

### WC

Des toilettes se trouvent au centre-ville entre l'église et la pharmacie.

### Terrain de jeu

Certaines parcelles sont en cours d'éclaircissement, de nombreuses traces sont apparues et non cartographiées.

Le printemps est bien arrivé ... les pousses de ronces sortent depuis 10 jours, prévoyez vos guêtres.

Débutants n'hésitez pas à demander une feuille de légende.

### Prévention

Pensez à l'issue de la course à vérifier l'absence de tiques. Notre trousse de secours (à l'accueil) contient un tire-tique.



## **Mais aussi une course tout public**

En parallèle de la compétition, ce sont de nombreux orienteurs qui viennent pour courir, trotter ou marcher en forêt. Leur plaisir étant de sortir des sentiers et layons avec pour seules aides une carte et une boussole.

Dès l'âge de 10 ans les jeunes orienteurs peuvent s'élancer seuls sur des circuits spécialement tracés et adaptés à leur âge. En catégorie plus de 80 ans, nous attendons les vétérans bretons Joseph Lefouest et Andrew Beldowski.

## **De nombreuses heures de bénévolat**

Pour préparer cet événement l'équipe de Dinan Course d'Orientation n'a pas compté ses heures. Près de 60 heures ont été nécessaires pour réaliser la carte de cette épreuve.

## **La course d'orientation en deux mots ...**

La course d'orientation consiste à parcourir un itinéraire imposé le plus rapidement possible, l'orienteur dispose pour seule aide d'une carte, d'une boussole et de sa sagacité.

Au départ, chaque participant reçoit une carte sur laquelle figure l'emplacement des balises à découvrir. Pour contrôler que l'itinéraire a bien été réalisé, chaque concurrent dispose d'une puce électronique qui enregistre le temps et l'ordre de passage à chaque balise.

La course d'orientation, c'est donc la tête et les jambes. Cette activité à la fois ludique et sportive plaît beaucoup aux enfants qui l'assimile à la chasse au trésor. Elle a aussi l'avantage de mêler compétiteurs et promeneurs, puisque chacun peut réaliser le parcours à son rythme.

## **Obtenir des renseignements complémentaires et inscriptions**

Site internet : <http://www.dinan-course-orientation.fr>

Courriel : [secretariat@dinan-course-orientation.fr](mailto:secretariat@dinan-course-orientation.fr)

## **Contact presse**

Eric Boulet (Président) : 02.99.40.85.59 ou 06.04.49.70.15

## **L'agenda 2017 de Dinan Course d'Orientation**

- 30 septembre et 1er octobre 2017 : **Week-end O'Rance**, regroupant trois courses d'orientation (à Bobital et Dinard) dont le Championnat de Ligue de Bretagne par équipe en relais.

- 30 octobre 2017 matin **Sprint** dans le centre ville historique de Dinan (22), où sont attendus près de 800 coureurs.

- 30 octobre 2017 soir **Championnat de France de course d'orientation de nuit** en forêt de Coëtquen à Saint-Helen (22), où sont attendus près de 700 coureurs venant de toute la France.

