

Eh oui, il y en a qui profitent de leurs vacances pour faire de la CO, et c'est super sympa.

A VTT lors du **O'France à Orléans** pendant 6 jours.

Avec 3 jours partagés avec Maël et 2 jours partagés avec Fabrice.



Puis Bruno et moi avons aussi participé au **O'Cerdanya, dans les Pyrénées** du 10 au 16 Août 2017.

Environ 2000 orienteurs sont présents.



Pour le premier jour, il fait beau mais glacial d'autant qu'on est dans un couloir à vent. C'est un entraînement au Lac des Bouillouses à 2000m d'altitude. Voir photo.

C'est magnifique mais la carte toute jaune au 1/7 500è me perturbe. Des falaises de 10 mètres de haut sont dessinées avec une courbe à niveau. Quand je pense qu'en Bretagne, on dessine en rocher, le moindre caillou qui dépasse d'à peine 50cm.

Donc je marche beaucoup pour essayer de m'habituer pour les autres jours de course.

2<sup>ème</sup> jour, et 1<sup>er</sup> jour de compétition : c'est une longue distance au col de Lloses à 1860m d'altitude. Ce matin, il gèle et l'altitude rend l'échauffement pénible au niveau respiratoire.

Il y a peut-être aussi le repas fromage du pays de la veille qui me pèse encore sur l'estomac.

Nos gentils organisateurs pédalent dans la choucroute et donnent les 1ers départs avant d'avoir réussi à régler l'horloge de départ. Donc ça discute dans le stress et il y a plein de coureurs en retard puisque l'horloge indiquait 10' de retard. Bref, j'en retiens que quand on organise, on ne montre l'horloge que quand elle est réglée et on la règle tranquillement bien en avance.

Dans ces conditions fun, je prends un départ sage avec une longue course sur chemin pour assurer mon premier poste. Ouf, et d'un, le plus dur.

Et bien non, c'était le 2<sup>ème</sup> le plus dur. J'interprète mal le relief et suis incapable de me recaler dans ces pentes raides de forêt. Je cherche une petite falaise mais il y a des rochers partout...Je finis par descendre jusqu'à une clôture pour me resituer. Bilan de ce poste : 80 mètres de dénivelé positif pour rien et déjà 20' dans les dents. Et même recaler, le poste n'est pas facile à trouver. Je trouve bien la falaise mais le poste ??? Ah oui, c'est vrai, il faut lire les déf. sinon on galère. Le poste est à l'extrémité ouest de la falaise. Sur ce poste, j'ai eu le plaisir de voir 4 fois des biches ou des cerfs affolés, dégringoler la pente. C'était magnifique.

La 3<sup>ème</sup> balise semble fastoche : Azimut précis, comptage des pas. Ouai mais c'est du vert 1 qui correspond plutôt à du vert 2 et le sol montagneux est très instable donc l'azimut n'est plus précis du tout. Heureusement, la vég est bien dessinée et j'arrive à me recalcr précisément mais 3'39 quand même pour 100m.

Le reste de la course se passe plutôt bien, notamment avec une 7<sup>ème</sup> balise qui m'inquiète beaucoup mais que je trouve très facilement. Je finis 25<sup>ème</sup>/71 en 1h34' de course. Les 3 premières de ma catégorie finissent en 52'. Il y a du beau monde dans certaines catégories !

Bruno finit 67<sup>ème</sup>/109 après 1h53' de course. Il est rincé dès le 1<sup>er</sup> jour et pas plus heureux que moi.

Vivement demain qu'on essaie de faire un peu mieux.

*O Cerdanya 2011* **Coll de la Llosa** Stage 1  
11/03/17

**FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION**  
**La Llose** Echelle : 1/10 000  
Equidistance : 5m

SPORTident - www.sportident.fr  
Logiciel SportSoftware - OE2010

## OCerdanya

Stage 1

**Karine Maes**  
COL Club d'Orientation Lorientais  
Bib 859 Class W50 Chip# 8000066  
Course I2 3,8 km 140 m 8 C

Time	Pos.	Finished
<b>1:34:45</b>	<b>1</b>	<b>1/79</b>

Temp. Class. W50 10:44:27  
1 Karine Maes 1:34:45 0:00

**Split Times**

Nr(code)	Split time	Int. time	Diff /1er	Position
1(103)	6:40	6:40	0:00	1
2(75)	30:13	36:53	0:00	1
3(128)	3:39	40:32	0:00	1
4(123)	19:56	1:00:28	0:00	1
5(40)	4:00	1:04:28	0:00	1
6(46)	5:21	1:09:49	0:00	1
7(47)	20:11	1:30:00	0:00	1
8(255)	4:08	1:34:08	0:00	1
Finish	0:37	1:34:45	0:00	1

D50, D55			
I2	3,8 km	140 m	
1 103	▲		○
2 75	←	mm	—
3 128	⋮		○
4 123	⊙		
5 40	•		
6 46	↖	mm	↘
7 47	←		⊥
8 255	↗	▲	○
⊗		80 m	⊗

D66-107

Surface : 6.85 km<sup>2</sup>

Dessin : Bruno MARCHÉGAY  
Marian COTIRTA  
Ionut ZINCA

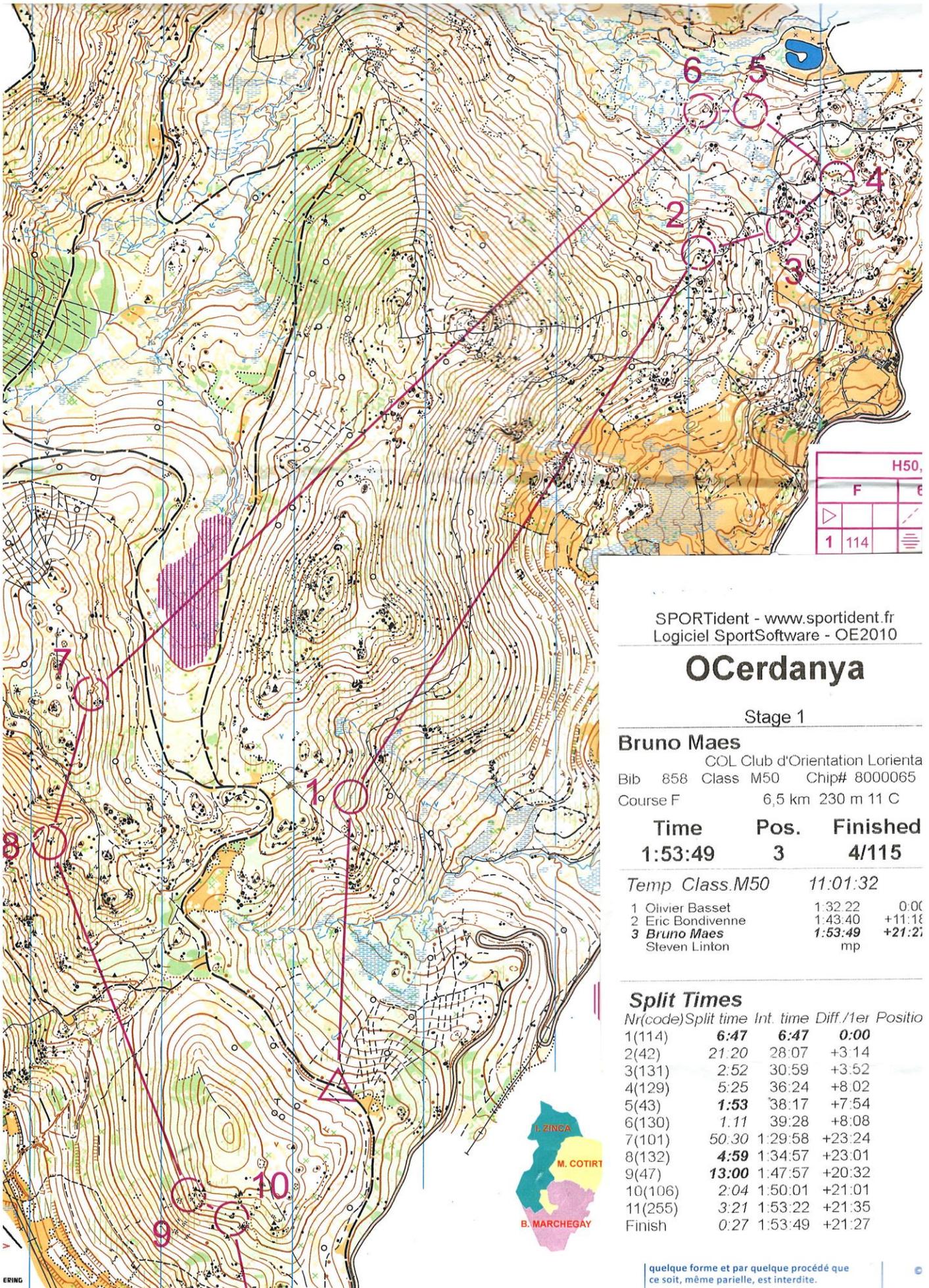
pas un droit d'accès permanent.  
aux propriétaires des terrains.

que

©FFCO-2017

01 47 97 11 91 - contact@ffcorientation.fr

www.ffcorientation.fr



SPORTident - www.sportident.fr  
 Logiciel SportSoftware - OE2010

# OCerdanya

Stage 1

**Bruno Maes**

COL Club d'Oriental Lorienta  
 Bib 858 Class M50 Chip# 8000065  
 Course F 6,5 km 230 m 11 C

Time	Pos.	Finished
1:53:49	3	4/115

Temp Class.M50 11:01:32

1 Olivier Basset	1:32:22	0:00
2 Eric Bondivonne	1:43:40	+11:18
3 <b>Bruno Maes</b>	<b>1:53:49</b>	<b>+21:27</b>
Steven Linton	mp	

## Split Times

Nr(code)	Split time	Int. time	Diff./1er	Positio
1(114)	<b>6:47</b>	<b>6:47</b>	<b>0:00</b>	
2(42)	21:20	28:07	+3:14	
3(131)	2:52	30:59	+3:52	
4(129)	5:25	36:24	+8:02	
5(43)	<b>1:53</b>	38:17	+7:54	
6(130)	1:11	39:28	+8:08	
7(101)	50:30	1:29:58	+23:24	
8(132)	<b>4:59</b>	1:34:57	+23:01	
9(47)	<b>13:00</b>	1:47:57	+20:32	
10(106)	2:04	1:50:01	+21:01	
11(255)	3:21	1:53:22	+21:35	
Finish	0:27	1:53:49	+21:27	

quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite.

Bingo, **2<sup>ème</sup> jour, la moyenne distance du Puig de la Tossa** me semble plus facile. Ce n'est pas l'avis de tous. Le final en côte fait mal aux pattes.

Je boucle mon parcours TGV en 23'31 et fini 10<sup>ème</sup>, 18<sup>ème</sup> au cumul.

NB : Le pointage est à distance pour ceux qui ont des puces actives.

Ah, et j'ai oublié de signaler que le classement est au cumul des 5 jours de course donc il faut, si possible, être bon et régulier. Sur un parcours aussi court, il me sera difficile de remonter au classement.

Bruno est content aussi de sa course. Il finit 19<sup>ème</sup> et 46<sup>ème</sup> au cumul. Le moral remonte.



**Le 3<sup>ème</sup> jour** ne ressemble pas au 2<sup>ème</sup>, malheureusement ! C'est encore une Moyenne distance mais en Espagne.

Côté orga, c'est nonchalant et encore fun. Le balisage de départ est minimaliste et je ne trouve pas la balise de départ. Elle est en contre-bas, un peu derrière moi. Ça commence bien...La carto de la zone départ laisse aussi à désirer. Aïe, ça ne met pas en confiance.

Je pars à 9h dans les premières et un troupeau de vaches apeuré me détourne de ma 4<sup>ème</sup> balise. Après, je vais trop vite, pas assez précise et je tourne un peu à chaque balise. Rrrhhh...

Bilan : Karine 23<sup>ème</sup> et 19<sup>ème</sup> au cumul ; Bruno 26<sup>ème</sup> et 26<sup>ème</sup> aussi au cumul.

**Le 4<sup>ème</sup> jour est une longue distance.** Peut-être la possibilité de se rattraper un peu.

Je fais une course pas mal sans vraies erreurs. Juste une imprécision qui me coûte cher (+6') sur l'avant dernière balise. Je sens l'écurie, les circuits se regroupent donc je compte un peu trop sur les autres, qui cherchent autant que moi. Je termine cette course 13<sup>ème</sup> et 18<sup>ème</sup> au cumul, juste derrière un peloton de filles très groupées au chrono.

Bruno fait une belle course et fini 19<sup>ème</sup>.





On est bien contents tous les deux dans ces paysages magnifiques, entourés d'orienteurs passionnés, et il reste quelques jours de vacances pour profiter des montagnes.

Toutes nos cartes seront disponibles en consultation lors des premiers entraînements, si nous sommes là.

Et pour l'été prochain, nous avons glané des annonces de courses qui nous plaisent bien et il serait sympa de partager ces moments ensemble.

Nous sommes quasiment sûrs de participer aux O'France 2018 par obligation professionnelle et pour la qualité des terrains. **O'France 2018**, les Vosges mosellanes du 8 au 14 Juillet 2018: [www.o-france.fr](http://www.o-france.fr)

**5 jours d'Italie, Brenta Dolomites** du 26 au 30 Juillet 2018 : [www.5daysitaly.it](http://www.5daysitaly.it)

**5 days lakes North West England**, du 29 Juillet au 3 Août 2018 : [www.lakes5.org.uk](http://www.lakes5.org.uk)