

# FORMATION TRACEUR

Diplôme fédéral de traceur régional



## A la fin de cette formation, vous pourrez :

- Concevoir et mettre en place les circuits d'une compétition régionale, quel que soit le format de course, en forêt et en milieu urbain, dans le respect des règles,
- Trouver l'équilibre entre plaisir, challenge, découverte et équité pour les participants.



*Repérage et pré-balisage sur le terrain.*

## La formation, c'est quoi ?

→ Une formation de 30h, alternant échanges d'expériences et apports théoriques et pratiques

Les partages d'idées et d'outils sont particulièrement appréciés. Vous pouvez amener vos cartes, ou utiliser celles fournies.

Nous prenons le temps de découvrir l'outil OCAD pour le traçage. Avec un objectif d'efficacité et de réussite, en petit groupe.

## Pour qui ?

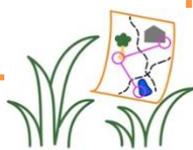
Les licenciés de plus de 16 ans ayant pratiqué la CO depuis au moins 2 ans, y compris en compétition.

## Informations pratiques :

**Lieu du stage :** 10 St Symphorien – 56 650 INZINZAC  
Le centre de formation est sur la carte de pratique. Nous assurons les liaisons avec la gare d'Hennebont. Possibilité d'hébergement et de restauration sur place.

**Tarif, renseignements et réservation :**

Anne Coniel, [af.coniel@orange.fr](mailto:af.coniel@orange.fr),  
06 75 70 56 60, 02 97 33 02 18



ACOrientation

## Par qui ?



Je suis une formatrice professionnelle, reconnue par la FFCO, diplômée d'état.

Mes expériences en tant que traceur sont complètes dans les formats LD, MD, sprint, KO sprint, relais, raid multi, VTT'O, nuit et O'précision. En tant que compétitrice, cartographe, contrôleur, directrice technique et déléguée arbitre nationale, je maîtrise l'ensemble des aspects liés à la conception et à la mise en place de circuits de compétition.

Anne Coniel

## Programme de la FFCO :

Jour 1	
9h	Accueil, Présentation des stagiaires et de leurs objectifs - Présentation des exigences et du contenu de la formation "traceur"
9h30-12h	Connaissances fondamentales de la CO - Règles et principes fondamentaux du traçage
13h	Épreuve de certification "pré-balisage"
16h30-18h	Terminologie spécifique liée au traçage - Les différents niveaux de traçage - Méthode fédérale - Règlement des compétitions et charte de l'environnement
Jour 2	
8h	Apprentissage de la procédure d'élaboration et d'impression des circuits sur le logiciel "OCAD"
9h30-12h 14h-15h30	Travaux pratiques : traçage de parcours niveau vert, jaune et noir
15h30-17h	Procédure de traçage d'une compétition - Tâches et échéancier du traceur
Jour 3	
9h	Les différents formats de course pédestre
11h-12h 13h-15h30	Travaux pratiques : traçage de parcours sprint et relais
15h30-18h	Présentation des travaux des stagiaires et échanges
Jour 4	
8h - 12h	Épreuve de certification "traçage de parcours", niveau vert, jaune et noir
14h	Présentation des circuits de couleur Présentation des spécificités de traçage pour les raids et O'précision
15h30-17h	Échanges, questions ouvertes, compléments Présentation du déroulement de l'épreuve de certification finale - Bilan de la formation

L'organisation s'adapte aux disponibilités des participants.

Service après vente inclus ;-)



Conception des parcours et mise en page des circuits en salle.



### L'avis des participants

« Bonne adaptation de la formation aux besoins. Discours très clair et rassurant, qui met en confiance. »

« Beaucoup d'acquisitions personnelles en plus des sujets spécifiques aux traceurs, qui me seront utiles en compétition. »

« Assistance constante. Ambiance et bonne humeur assurée. »

« Animatrice très performante. Les documents fournis sont très complets. »

« Le partage et les échanges sur les tracés personnels lors des exercices apprend beaucoup. Le rappel des règles de traçage pour des niveaux différents est utile et l'apprentissage de l'utilisation d'OCAD bienvenu. »

**98% de réussite depuis 10 ans**



Et toujours se nourrir des retours des coureurs.