

Le Club d'orientation de Lorient reprend ses entraînements



*Le Club d'orientation de Lorient reprend les entraînements ce dimanche 22 septembre.
(Photo : Club d'orientation de Lorient)*

Une quinzaine de membres du [Club d'orientation de Lorient](#) (Col) ont participé, ce week-end, aux quatre courses d'orientation dans la vallée de la Rance : Saint-Malo, Saint-Suliac et Dinan. On retiendra le titre de champion de Bretagne de sprint pour le Lorientais Roger Elleouet, ainsi que plusieurs autres podiums lorientais.

La reprise des entraînements a lieu ce dimanche 22 septembre, au Vallon de Kergoff, à Caudan. « **Toutes les personnes qui souhaitent découvrir l'activité sont les bienvenues** », souligne le président, Élie Pradeilles-Rivoal. « **Les écoles de courses d'orientation sont ouvertes à tous et les**

cours sont dispensés par des animateurs fédéraux bénévoles ».

Chacun trouve un circuit adapté à son niveau

La course d'orientation est un sport paritaire, dans lequel chacun trouve un circuit adapté à son niveau. Les plus jeunes et les familles apprendront à lire une carte et à se repérer dans l'espace, d'autres apprécieront autant le défi mental du choix d'itinéraire, que ce soit en courant ou en marchant. Le dimanche 29 septembre, une animation sera proposée à Moëlan-sur-Mer, dans le cadre des [Virades de l'espoir](#).