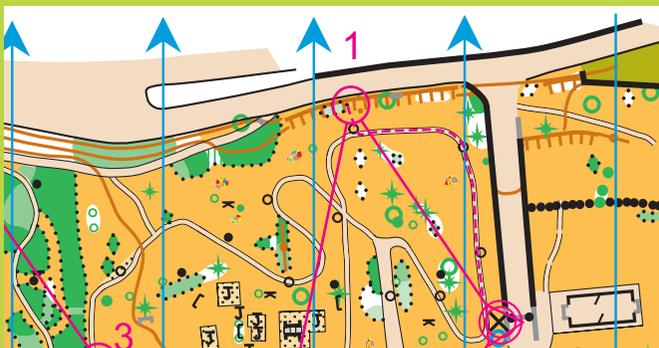


3 Illustrations

 = point de départ et d'arrivée



 = 1ère borne de poinçonnage à trouver

 = itinéraire pour aller du départ à la 1ère borne



   *A vous de jouer !!!*

Vous avez aimé ?

Alors venez découvrir les autres parcours réalisés par CAP Orientation sur l'Espace nature Théos et à travers la France sur :

www.cap-orientation.com

PRÉSENTATION

La zone Espace nature Théos est un ancien lotissement situé sur la commune de Vaison-la-Romaine, réhabilité en espace naturel à la suite des événements dramatiques de la crue de l'Ouvèze en 1992. Ce lieu chargé de souvenirs devient un espace vert destiné à la détente et aux loisirs.

La Communauté de communes Vaison Ventoux et la ville de Vaison-la-Romaine, ont aménagé sur ce site, un parcours d'orientation permanent accessible à tous les publics.

Sous forme ludique, sportive et pédagogique, les parcours d'orientation proposés permettent la pratique de l'activité par tous les publics (scolaires, familles, personnes à mobilité réduite).

Les parcours sont disponibles à :

Office de Tourisme Intercommunal du Pays Vaison Ventoux
Place du Chanoine Sautel
BP 53 84110 Vaison-la-Romaine
Tél : 04 90 36 02 11

Et téléchargeables sur les sites internet :

- www.vaison-ventoux-tourisme.com
- www.vaison-ventoux.fr

Pour toute demande d'informations :

Club jeunes intercommunal
3 avenue Jules Mazen
84110 Vaison-la-Romaine
Tél : 04 90 28 76 66

Mail : clubjeunes@vaison-ventoux.fr

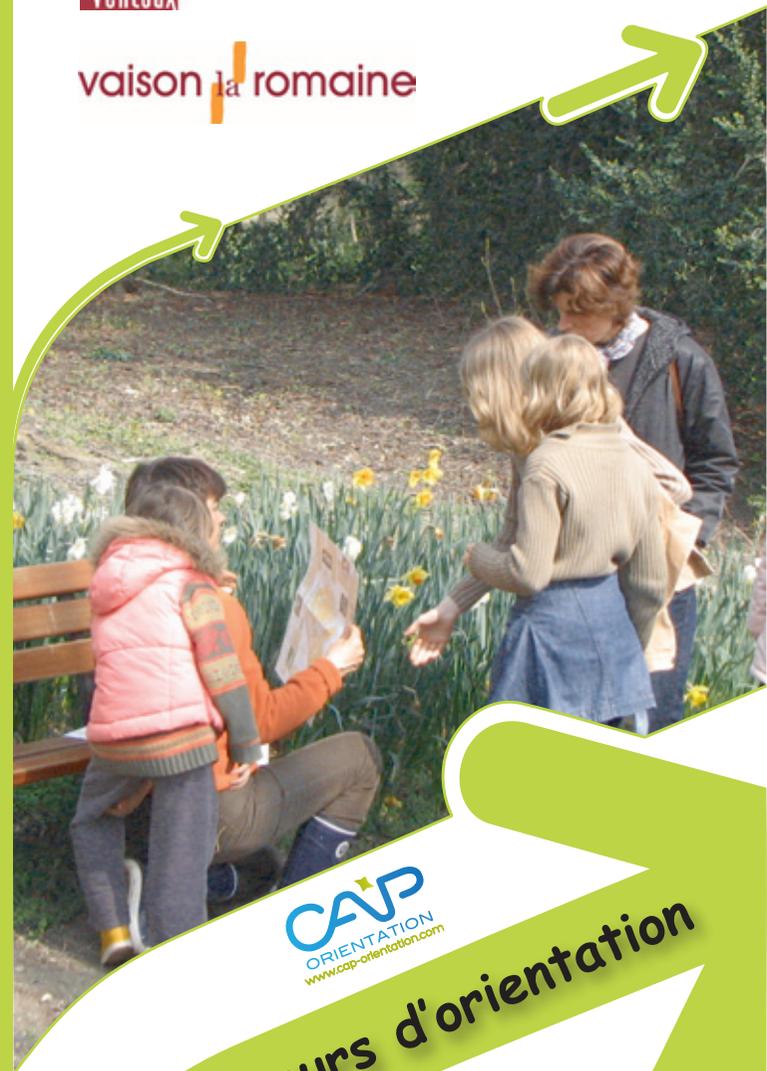
ESPACE NATURE THÉOS



club jeunes

Débutant

vaison la romaine



CAP
ORIENTATION
www.cap-orientation.com

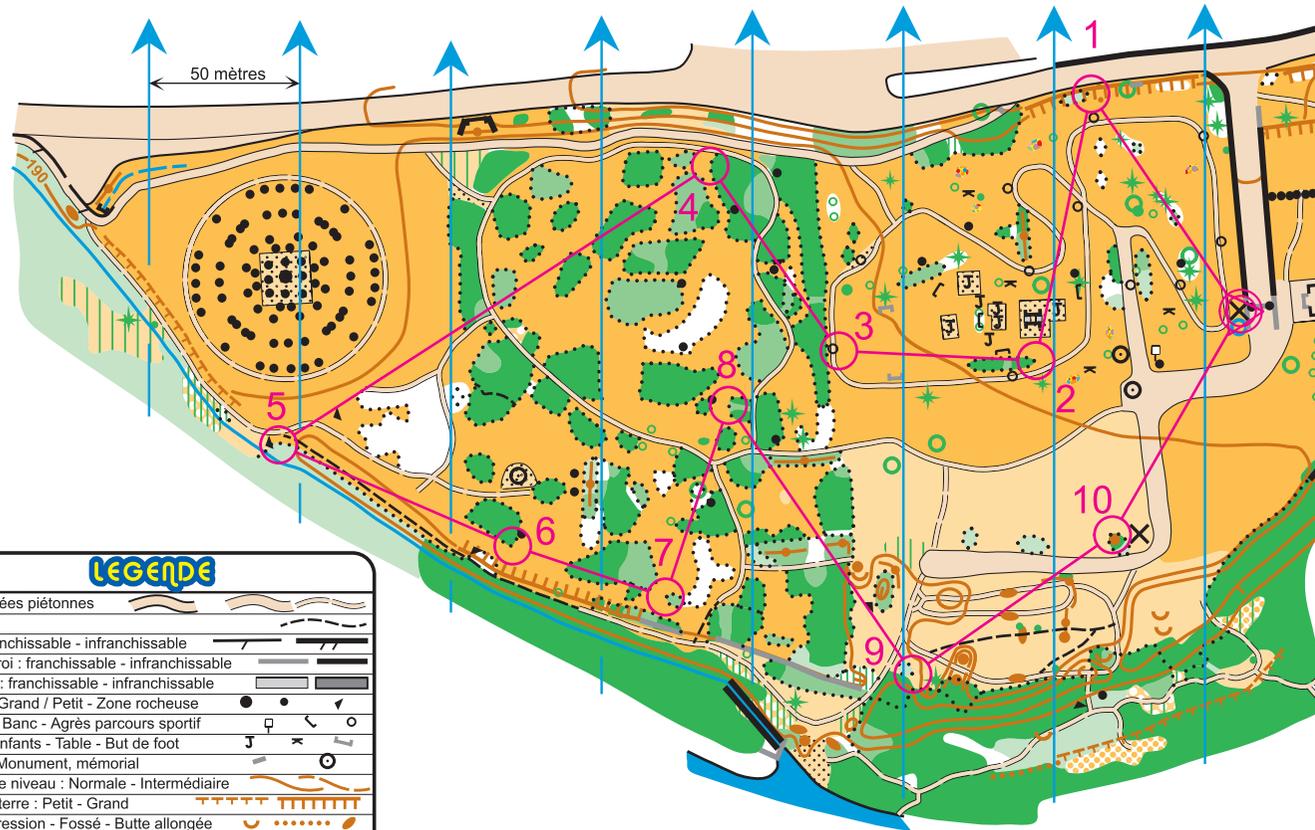
Parcours d'orientation



Parcours : niveau débutant

Distance : 960 m

Temps estimé : 20 à 30 min



LEGENDE	
Route - Allées piétonnes	
Sentier	
Clôture franchissable - infranchissable	
Mur ou paroi : franchissable - infranchissable	
Bâtiments : franchissable - infranchissable	
Rochers : Grand / Petit - Zone rocheuse	
Panneau - Banc - Agrès parcours sportif	
Jeu pour enfants - Table - But de foot	
Barrière - Monument, mémorial	
Courbes de niveau : Normale - Intermédiaire	
Abrupt de terre : Petit - Grand	
Petite dépression - Fossé - Butte allongée	
Butte - Talus - Colline : petite - Grande	
Ruisseaux - Rivière - Fontaine	
Arbres feuillus distincts : Petit - Grand	
Arbres résineux distincts : Petit - Grand	
Buissons : Petit - Grand	
Limite précise de végétation	
Terrain stabilisé - Terrain sablonneux	
Zone Interdite - Massif de fleurs	
Pelouse - Pelouse arbres dispersés	
Friche, déboisée - Friche, arbres dispersés	
Forêt : Course facile - course ralentie	
Forêt, course difficile - Végét. impénétrable	
Végétation : course ralentie - course difficile	
Forêt, POSSIBILITE DE COURSE	
Visibilité réduite	
Bonne visibilité	

Echelle 1/2500
1 cm sur la carte représente
25 m sur le terrain
Equidistance 2 m
la différence d'altitude entre deux
courbes de niveau est de 2 m

Carte de Course d'Orientation
Relevés terrain: Franck DECHAVANNE
Base: Orthophoto + GPS professionnel
DAO: OCAD licence n°1000 Franck DECHAVANNE
Superficie: 9,1 hectares
Réalisation: juillet 2012
Sarl Conception et Aménagement de Parcours d'ORIENTATION
3bis rue Jean Monnet - 51500 SILLERY
GSM: 06 16 22 19 81
Tel / Fax: 03 26 08 54 71
Carte-CAP-Orientation n° 283

3 étapes pour réussir votre parcours d'orientation

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



Pince pour poinçonner

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 votre choix.

Borne de poinçonnage

2 Comment choisir votre itinéraire ?

Pour choisir un itinéraire simple et facile, vous devez 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...).

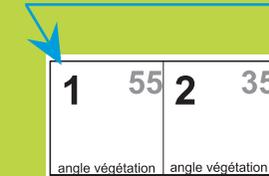
Orientez votre carte ! Grâce aux éléments qui se trouvent autour de vous.

Faites la **relation carte-terrain** (un rond vert sur la carte est un arbre isolé sur le terrain).

Soyez curieux ! **Regardez la légende.**

Anticipez ! La carte est la description fidèle des éléments que vous rencontrez sur le terrain. Bien lire la carte, c'est déjà connaître un peu le terrain.

Première borne à trouver



Une fois à la borne, vous devez poinçonner votre carton de contrôle qui validera votre passage.

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

Numéro de la borne

1	55	2	35	3	40	4	67	5	52	6	43	7	61	8	68	9	54	10	69
angle végétation	angle végétation	parcours sportif	angle végétation	butte															