

### 3 Illustrations

Itinéraire du départ à la borne 1.



Une fois arrivé au point d'attaque, orientez votre carte et suivez un axe imaginaire qui part du point où vous êtes et va au point que vous recherchez. Si vous dépassez la borne 1, vous vous retrouverez en forêt (ligne d'arrêt). Resituez-vous et recommencer l'opération.

**1 2 3 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](http://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](http://www.vaison-ventoux-tourisme.com)
- [www.vaison-ventoux.fr](http://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](mailto:clubjeunes@vaison-ventoux.fr)

# ESPACE NATURE THÉOS



club jeunes

Facile

vaison la romaine



CAP  
ORIENTATION  
[www.cap-orientation.com](http://www.cap-orientation.com)

Parcours d'orientation



Parcours : niveau facile  
 Distance : 1,620 km  
 Temps estimé : 30 à 40 min



1	58
arbre isolé	
2	49
arbre isolé le + au sud	
3	60
buisson	
4	57
rocher	
5	47
6	68
7	44
8	48
9	42
10	56
11	63
12	64
13	67
14	33
15	35
16	46

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	
100%	70%
50%	30%
0%	

Echelle 1/3000  
 1 cm sur la carte représente  
 30 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  
 OCAD  
 Réalisation: juillet 2012  
 Saint 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** Orienter votre carte avec une boussole ?

Pour orienter la carte avec une boussole, vous devez mettre les flèches du Nord de la carte parallèles à la flèche du Nord de la boussole.



Flèche du Nord de la carte

Flèche du Nord de la boussole

**2** Comment choisir votre itinéraire lorsque la borne est en dehors du chemin ?

Pour trouver une borne en dehors du réseau de chemin, vous devez effectuer un itinéraire (le plus possible sur des lignes directrices) jusqu'à un point proche de votre borne (**point d'attaque**). De cet endroit, vous faites une **visée sommaire** qui va du point où vous êtes à l'endroit où vous souhaitez aller. Pour éviter de vous déplacer trop longtemps, choisissez une **ligne d'arrêt**.

#### Définitions

**Point d'attaque** : élément ponctuel qui se situe à proximité et facilement visible d'une ligne directrice. Il doit être le plus proche possible du poste recherché pour permettre un départ de la ligne directrice vers ce poste.

**Visée sommaire** : permet d'aller en ligne droite sans utiliser de ligne directrice. Il faut orienter sa carte et suivre un axe imaginaire qui part du point où l'on est et va au point que l'on recherche.

**Ligne d'arrêt** : élément linéaire qui se situe après le poste et qui indique qu'on est allé trop loin. Il faut alors se resituer par rapport à un point proche de cette ligne et trouver un nouveau point d'attaque.