



GVRando GARDANNE

PARCOURS D'ORIENTATION...



Lieu Sainte Victoire Roques Hautes Les Harmelins

Date : Dimanche 22 Septembre 2024

***Cette activité est destinée à TOUS les adhérents
GVRANDO Gardanne***

Rendez-vous : Piscine de Gardanne à 8h15 – Départ 8h30.

L'activité « Orientation » est une forme jouée de déplacement faisant appel à l'observation simultanée du terrain et d'une carte très détaillée, éventuellement d'une boussole. A terme, en poursuivant assidument cette pratique, cette activité peut vous rendre complètement autonome dans un espace naturel inconnu (voire en ville) et ceci sans avoir à utiliser un GPS.

Je sais où je suis, je sais où je vais.

OBJECTIFS :

- nous retrouver dans une ambiance cordiale, familiale dans un cadre agréable
- associer une activité physique (à son rythme) à l'observation et à l'engagement.
- se familiariser avec la lecture de la carte de CO et l'utilisation de la boussole.
- se préparer à être autonome, plus tard, dans une randonnée individuelle ou familiale.

MATERIEL ET EQUIPEMENT :

- Prêt possible de boussole. La carte est fournie gratuitement à chacun.
- Chaussures de marche vivement conseillées ou, à la rigueur, de jogging.
- Tenue rustique indispensable (végétation parfois agressive). Short déconseillé.

DEUX PARCOURS POSSIBLES AU CHOIX :

- Un parcours initiation sur balises fixes autour des prairies de Roques Hautes
 - Un parcours moyen, 13 balises, 2,5 kms (mesures lignes droites entre balises), 100m de dénivelée
 - Un parcours plus long 17 balises de 4,3 kms. (mesures lignes droites entre balises), 200m de dénivelée
- Parcours technique et physique avec une seule difficulté de relief.

POINTS PARTICULIERS :

- Chacun apporte quelque chose à partager, le repas sera pris vers 13h00, après retour des derniers
- Amener table et chaises si vous le souhaitez

TRAJET ROUTIER SUGGERE :

Gardanne, Plan de Meyreuil, Pont de Bayeux, Beaucueil, D46, D17, Parking de Roques Hautes

Cordonnées parking: N 43°31'23.4" / E 5°32'51.2"

Covoiturage suggéré : 24km AR = 6€/voiture

TRACEURS

**Pour tout renseignement complémentaire ou précision contacter les traceurs :
Françoise Tenoux : 06.04.14.77.55**