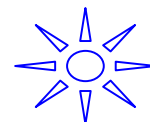




PARCOURS D'ORIENTATION...



Lieu : Saint Canadet

Date : Dimanche 13 Novembre 2022

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

Rendez- vous : Piscine de Gardanne à 8h20 départ 8h30 précises

L'activité « Orientation » est une forme de déplacement faisant appel à l'observation simultanée du terrain et d'une carte très détaillée, éventuellement d'une boussole. A terme, en poursuivant cette pratique, cette activité peut vous rendre entièrement autonome dans un espace naturel inconnu, et ceci sans avoir à utiliser un GPS. Venez nous rejoindre, nous pouvons accompagner ceux qui le désirent

Je sais où je suis, je sais où je vais

OBJECTIFS

- nous retrouver dans une ambiance cordiale, familiale et sportive,
- associer une activité sportive à la réflexion et à l'esprit d'initiative,
- se familiariser avec la lecture de la carte de CO et la boussole.
- se préparer à être autonome dans une randonnée individuelle ou familiale
- se faire plaisir dans un bel environnement

MATERIEL ET EQUIPEMENT

- Prêt possible de boussole de CO.
- Chaussures de marche vivement conseillées, ou, à la rigueur de jogging
- Tenue rustique vivement conseillée

PARCOURS

- un parcours moyen: 1,8Kms, 12 balises, 90m de dénivelé. Les débutants peuvent demander à être accompagnés.
 - un parcours plus technique : 2,8Kms, 16 balises, 155m de dénivelé
- (Les distances sont données en ligne droite entre balises)

POINTS PARTICULIERS

- chacun apporte son pique-nique ; il sera pris en commun vers 13h00.
- si météo exécrationnelle, la décision de report sera prise le matin sur le lieu de RDV et par internet.

TRAJET ROUTIER

Gardanne, Aix-en-Provence, N296 , sortie « le Puy Ste Réparate », D13 jusqu'à St Canadet. Dans le contournement de St Canadet prendre à gauche vers le cimetière ; parking en épi le long de la piste face au cimetière

Coordonnées GPS : N 43°37'52.7'' E 005°27'17.3''

TRACEURS

Françoise Tenoux : 06 04 14 77 55
Claude Chauvet : 06 13 83 78 98