



Courses d'Orientation

4 jours du Morbihan !

5 courses !

11 au 14 novembre 2021



Circuits initiations
Ouvert à tous !



11 novembre 14h – 16h30

→ LD à Rochefort-en-Terre (village préféré des Français)

12 novembre 14h – 17h

→ MD au parc du château de Kerguéhennec à Bignan

13 novembre

→ A partir de 13h30 : MD (CN) bois du Helfaut à Elven

→ A partir de 19h30 MD/sprint (CN) bourg d'Elven

14 novembre - 10h – 12h

→ MD (CN) en forêt domaniale de Camors



Mot de bienvenue !

Nous vous souhaitons la bienvenue pour ces 4 jours du Morbihan de course d'orientation 2021 !

Les clubs Course d'Orientation en Pays de Vannes (COPV) et Club d'Orientation Lorientais (COL) ainsi que le Comité Départemental du Morbihan (CDCO56) ont voulu proposer 5 courses sur des terrains et format différents : LD mixte urbain et forêt, MD mixte parc et forêt ou forêt, sprint long urbain de nuit. Que ce soit Rochefort-en-Terre (village préféré des Français), le domaine du château de Kerguéhennec, Elven ou la forêt domaniale de Camors vous pourrez aussi profiter de sites remarquables du Morbihan.

Nous avons en général privilégié une bonne densité de postes sur les tracés avec des terrains d'automne qui atténuent les difficultés de course sur les zones un peu encombrées par les fougères ou les ronces. Nous espérons que vous apprécierez les parcours proposés par les cinq traceurs.

C'est une première pour nous tous et si jamais vous jugez que des choses sont perfectibles, soyez indulgents, nous prendrons note de vos remarques.

Degemer mat et bonnes courses !

Daniel Poëdras,

Président du CDCO 56

Françoise Anglade

Présidente du Club d'Orientation Lorientais

Jérôme Huctin

Président de Course d'Orientation en Pays de Vannes



4 jours du Morbihan 11 au 14 novembre 2021

Consignes générales applicables pour les 5 courses

- Les participants doivent respecter le code de la route que ce soit en course ou pour leur différents déplacements à pieds. Un rubalysage à suivre sera mis en place entre les zones de parking et d'accueil. Des signaleurs sont prévus pour certaines traversées de route. Les concurrents sont tenus de respecter leurs consignes autorisant ou pas le passage.
- Les routes restent ouvertes à la circulation. Si une route est indiquée non-interdite les concurrents doivent courir sur les côtés ou trottoirs la bordant.
- Pour la course de nuit les concurrents seront obligatoirement équipés d'une lampe frontale et d'un gilet fluo réfléchissant.
- Les zones interdites devront être strictement respectées tout comme les symboles de ligne infranchissable même si sur le terrain il semble possible de franchir sans difficulté l'élément représenté.
- Un bracelet de contrôle du pass-sanitaire ou d'un test négatif au covid-19 de moins de 72 heures, après vérification par l'accueil, sera fixé sur un poignet de chaque concurrent et devra être gardé pour les 5 courses. En cas d'absence du bracelet le départ sera interdit. Le participant devra repasser à l'accueil pour une nouvelle vérification.
- Le protocole sanitaire devra être connu de chaque concurrent.
- Une trousse de secours et un défibrillateur seront disponibles à l'accueil. Sur les cartes un numéro de téléphone sera indiqué pour signaler tout incident de course.

Pendant la course

- Si un concurrent se blesse lors de la course tout coureur à proximité se devra de lui porter assistance puis de signaler la nature et l'endroit de l'incident à l'accueil qui prendra les mesures idoines.
- Les cartes ne sont pas récupérées à l'arrivée. Les concurrents ayant terminé doivent faire preuve de fair-play.
- Tout concurrent qui abandonne doit passer à la GEC pour se signaler.
- Aucun ravitaillement ou rafraichissement n'est prévu sur la course et à l'arrivée. Les participants doivent assurer leur autonomie .

Longue distance Rochefort-en-Terre

FLECHAGE

Bourg de PLUHERLIN place de l'église D774

ORGANISATION

Directeur de course et traceur : Daniel POËDRAS,

Contrôleur : Virginie OLIGO,

Arbitre : Françoise ANGLADE,

GEC : Christian ANGLADE et Mathieu COURANT

DISTANCES

Accueil-départ : 30 m, Arrivée-accueil : 30 m, GEC près de l'accueil

CIRCUITS :

5 circuits compétition

1 circuit initiation

CARTE : Rochefort-en-Terre - format A43 et A4 – équidistance 2,5 m

TERRAIN : Zone urbaine et parties boisées vallonnées. Végétation variée avec des zones encombrées au sol avec ronces et fougères. Bon réseau de chemins. Guêtres recommandées

HORAIRES

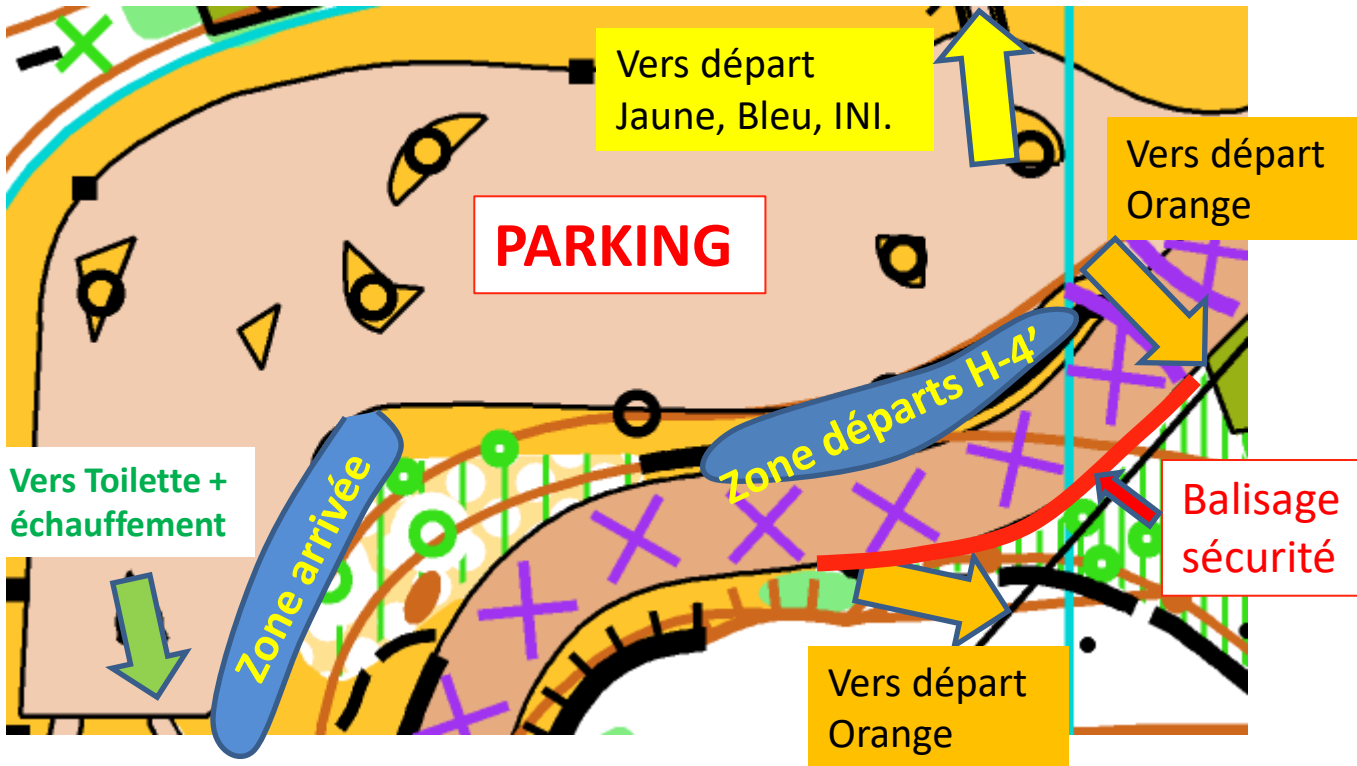
Accueil : 11h00

1^{er} départ : 13h00 – heures de départ imposées

Fermeture des circuits : 16h30

| Circuits | Distances | Postes | Dénivelé | Echelle | format |
|--------------|-----------|--------|----------|---------|--------|
| Orange long | 8500 m | 33 | 320 | 1/5000 | A3 |
| Orange moyen | 5700 m | 31 | 270 | 1/5000 | |
| Jaune long | 4800 m | 27 | 130 | 1/5000 | A4 |
| Jaune moyen | 4000 m | 24 | 130 | 1/5000 | |
| Bleu | 2200 m | 14 | 50 | 1/5000 | |
| Initiation | 2000 m | 15 | 60 | 1/5000 | |

Zone départ et arrivée Rochefort-en-Terre



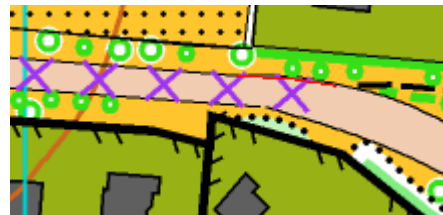
Le bourg de Rochefort-en-Terre est une zone de circulation routière restreinte et limitée à 30 km/h. De nombreux visiteurs à pied y circulent y compris pour les accès au château qui comprennent des escaliers parfois étroits. Les coureurs doivent donc être prudents sur les zones à visibilité réduite ou étroites. Les concurrents doivent respecter le code de la route et ne sont pas prioritaires.

Une zone de travaux non indiquée sur la carte est située proche du poste 101 commun à tous les circuits orange et jaune.

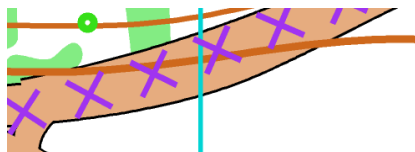


travaux

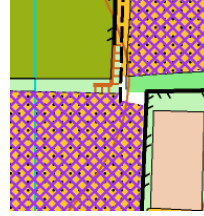
Les traversées et la course interdites sur route sont matérialisées par des croix de couleur pourpre. Les coureurs peuvent courir sur le bas-côté dès lors que la symbologie l'indique (symbole zone découverte)



Par contre, si aucune zone découverte n'est matérialisée sur la carte **la course le long de la route est interdite.**

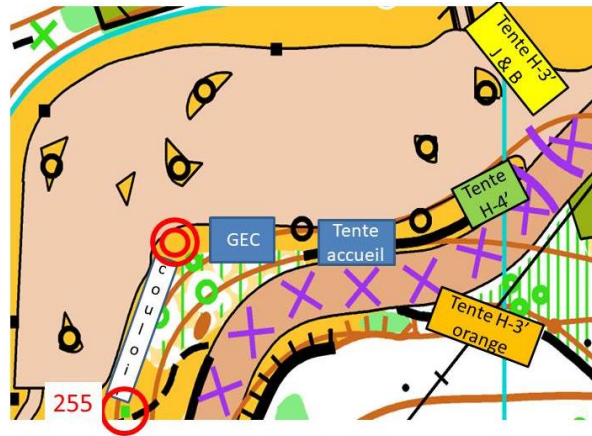


Des zones cartographiées dont la traversée est interdite sont matérialisées par des zones de croix pourpres.



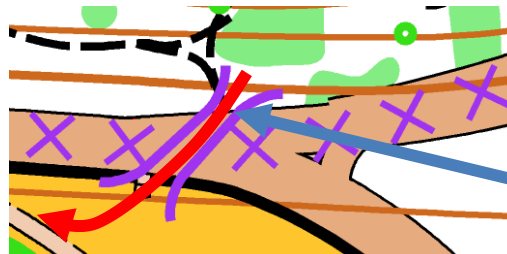
Les circuits orange ont deux passages obligatoires à respecter :

Pour aller au départ : les concurrents sont appelés à H-4' pour être contrôlés. Aux ordres d'un commissaire ils traversent la route en suivant le balisage pour aller à la zone H-3'. Le déplacement H-4' H-3', environ 80 m, doit se faire sur le bas côté gauche de la route en suivant la rubalise et les cônes.



Pour traverser une route au début des parcours : Un commissaire autorise la traversée au niveau d'une jonction de routes. Une légère pente pierreuse juste avant d'arriver au passage est à négocier au ralenti

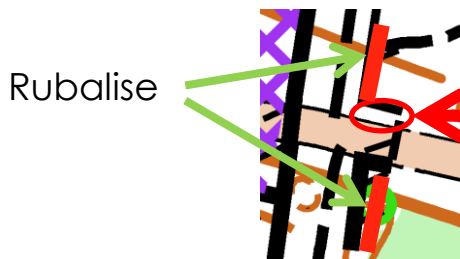
Vers poste suivant après traversée



Pente pierreuse

Circuits Orange, Jaune :

Un chemin qui risque d'être emprunté dans les 2 sens possède un passage très étroit entre une barrière en bois et une clôture peu visible. De la rubalise sera installée pour matérialiser les fils. Passage à négocier au ralenti



Passage à négocier Au ralenti

Informations complémentaires récentes

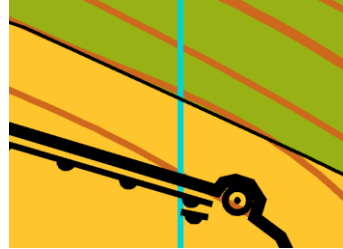
Abords du Château

Une zone découverte encombrée a été nettoyée récemment. La carte ne prend pas en compte cette modification.

Sur la carte



En réalité



Complément zone de travaux près du calvaire (orange et jaune)

Sur la zone en travaux près du calvaire un arbre est tombé et a été coupé récemment.

Arbre coupé



Travaux

Circuit orange long

Sur un poste du circuit orange long la falaise à l'intérieur du cercle du poste a été orientée dans le sens opposé.

Sur la carte



En réalité



Convention cartographique

Lorsque 2 lignes infranchissables sont très proches une seule d'entre elles est représentée sur la carte pour plus de lisibilité



ou



Moyenne Distance Domaine de Kerguéhennec

FLECHAGE : Bourg de Bignan D123

ORGANISATION

Directeur de course : Daniel POËDRAS

Traceur : Daniel BLANCHARD

GEC : Christian ANGLADE et Mathieu COURANT

DISTANCES :

Accueil-départ : 30 m,

Arrivée-accueil : 30 m,

GEC près de l'accueil

CARTE : Domaine de Kerguhénnec (Bignan) - format A3 échelle 5 000 et A4 échelle 5 000 - équidistance 5 mètres - norme ISSprOM (ISOM pour chemins dans parties boisées pour une meilleure lisibilité).

TERRAIN : Parc, château et parties boisées vallonnées. Végétation variée avec des zones assez encombrées au sol (ronces et fougères)
Bon réseau de chemins. Guêtres recommandées.

HORAIRE :

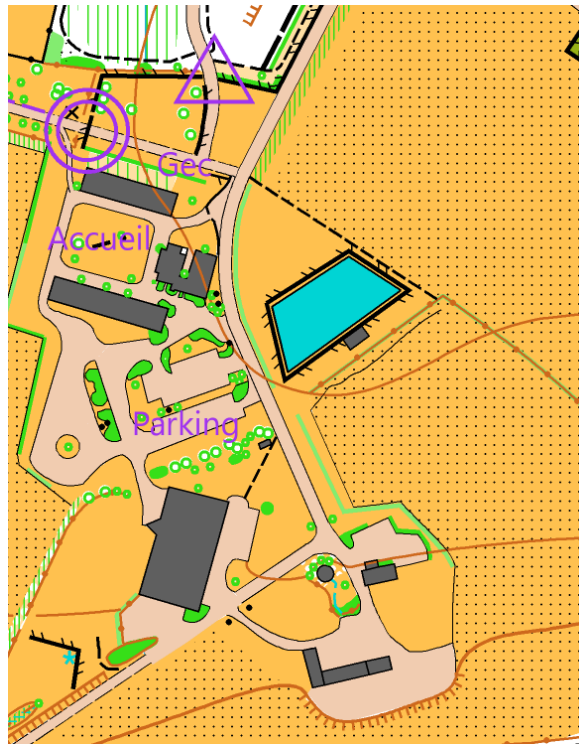
Accueil : 12h00 - 1er départ : 13h00 – heure de départ imposée

Fermeture des circuits : 16h30

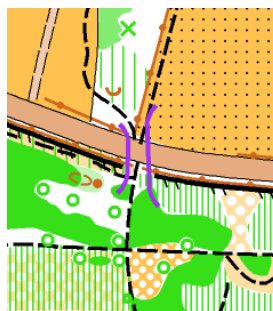
CIRCUITS :

| Circuits | Distances | Postes | Dénivelé | Echelle | format |
|---------------|-----------|--------|----------|---------|--------|
| Orange long + | 6400 m | 27 | 145 | 1/5000 | A3 |
| Orange long | 5100 m | 26 | 110 | 1/5000 | |
| Orange moyen | 4300 m | 21 | 70 | 1/5000 | |
| Orange court | 3300 m | 16 | 60 | 1/5000 | A4 |
| Jaune | 2700m | 13 | 50 | 1/5000 | |
| Bleu/vert | 1600m | 11 | 40 | 1/5000 | |
| Initiation | 1600m | 11 | 40 | 1/5000 | |

Zone accueil, départ, arrivée et GEC



Le domaine de Kerguéhennec est un parc et centre d'art contemporain appartenant au conseil départemental du Morbihan qui accueille depuis 1986 une trentaine d'oeuvres dans son parc. 3 circuits Orange traversent une route départementale 2 fois à 2 endroits différents. La traversée de celle-ci se fait impérativement aux endroits imposés et matérialisés sur la carte. Des signaleurs assureront la sécurité du passage et pourront être amenés à arrêter les coureurs en cas d'arrivée d'un véhicule.



Les services et bâtiments du château sont fermés le 12 novembre. Il est possible que des toilettes PMR soient disponibles sur la zone de course. Si c'est le cas, un balisage aller/retour à suivre impérativement sera mis en place. Dans l'incertitude, Pensez à prendre vos dispositions avant votre arrivée sur site.

Moyenne distance Bois du Huelfaut (Elven)

FLECHAGE :

N166 aux 2 sorties (différentes suivant le sens de circulation) Saint-Guyomard - Le Cours

ORGANISATION

Directeur de course : Daniel POËDRAS,

Traceur : Virginie OLIGO,

Contrôleur : Daniel POËDRAS,

Arbitre : Françoise ANGLADE,

GEC : Christian et Léane ANGLADE

CARTE : Bois du Huelfaut- (Elven) - Format A4 – Equidistance 5 m

TERRAIN : Zones de végétation variée-quelques zones encombrées au sol avec ronces et fougères- réseau de chemins-guêtres recommandées

HORAIRE :

Accueil : 11h30

1^{er} départ : 13h – heures de départ imposées

Fermeture des circuits : 16h

CIRCUITS :

| Circuits | Distances | Postes | Dénivelé | Echelle | format |
|--------------|-----------|--------|----------|---------|--------|
| Orange long | 6000 m | 24 | 90 | 1/10000 | A4 |
| Orange moyen | 5200 m | 22 | 80 | 1/10000 | |
| Orange | 4200 m | 19 | 55 | 1/10000 | |
| Jaune | 3500 m | 17 | 35 | 1/10000 | |
| Bleu | 2300 m | 13 | 20 | 1/7500 | |
| Initiation | 3400 m | 17 | 35 | 1/7500 | |

Huelfaut : zones de parking, départ et arrivée

PARKING : Privilégier le covoiturage. **Stationnement interdit le long de la route.**
Pour vos déplacements à pied respect obligatoire du code de la route.

Parking camping-cars : aire de covoiturage à la sortie Le Cour de la N166 en venant d'Elven et parking de l'autre côté du pont.

Parking - accueil : Suivre les rubalises pendant 600 à 800 m en restant sur le bord en herbe de la route côté gauche dans le sens de la marche.

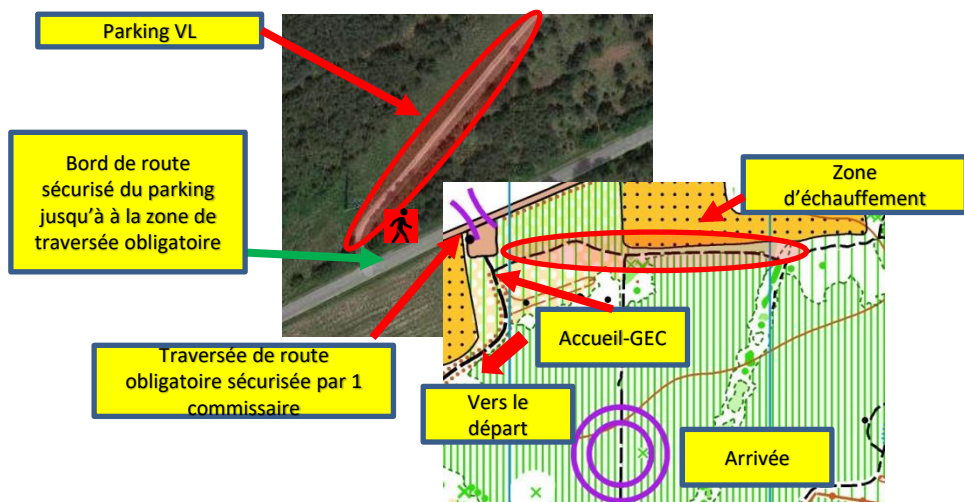
Parking VL : Sur chemin d'exploitation. Les véhicules devront aller au plus loin sur le chemin et stationner en serrant sur le côté droit selon les consignes des bénévoles. Pour repartir il faudra faire demi-tour au bout du chemin.

Distance parking VL- accueil : 100 à 600 mètres

La traversée de route se fait en suivant la rubalise et les consignes d'un signaleur



DISTANCES : Accueil-départ : 50 m, Arrivée-accueil : 300 m, GEC près de l'accueil



DIVERS :

Il n'y a pas de sanitaires sur place.

Il n'y a pas de ravitaillement pendant la course ni à l'arrivée. Pensez à prendre vos dispositions. Il n'y a pas de restauration sur place.

Vous conservez vos cartes une fois arrivés. Pour respecter l'équité sportive merci de ne pas partager d'information avec les coureurs qui ne sont pas encore partis.

Nocturne Elven

FLECHAGE : depuis sortie Elven sur N166

ORGANISATION

Directeur de Course : Jérôme HUCTIN,

Arbitre : Françoise ANGLADE,

Traceur : Jérôme HUCTIN,

Contrôleur des circuits : Virginie OLIGO,

GEC : Christian et Léane ANGLADE

DISTANCES : Parking Accueil : 100 m,

Accueil-départ : 150 m,

Arrivée-accueil/GEC : 50 m

CARTE : Elven - format A4 échelle 5000 - équidistance 2,5 mètres -Norme ISSprOM

TERRAIN : urbain

HORAIRE :

Accueil : 18h00

1er départ : 19h30 – heure de départ imposée

Fermeture des circuits : 22h00

CIRCUITS :

| Circuits | Distance | Postes | Dénivelé | Echelle | format |
|--------------|----------|--------|----------|---------|--------|
| Orange long | 4800m | 30 | 45 | 1/5000 | A4 |
| Orange moyen | 3800m | 26 | 35 | 1/5000 | |
| Jaune | 3100 | 20 | 30 | 1/5000 | |
| Bleu | 1700m | 15 | 20 | 1/5000 | |

Nocturne Elven : zone de parking VL, départ et arrivée

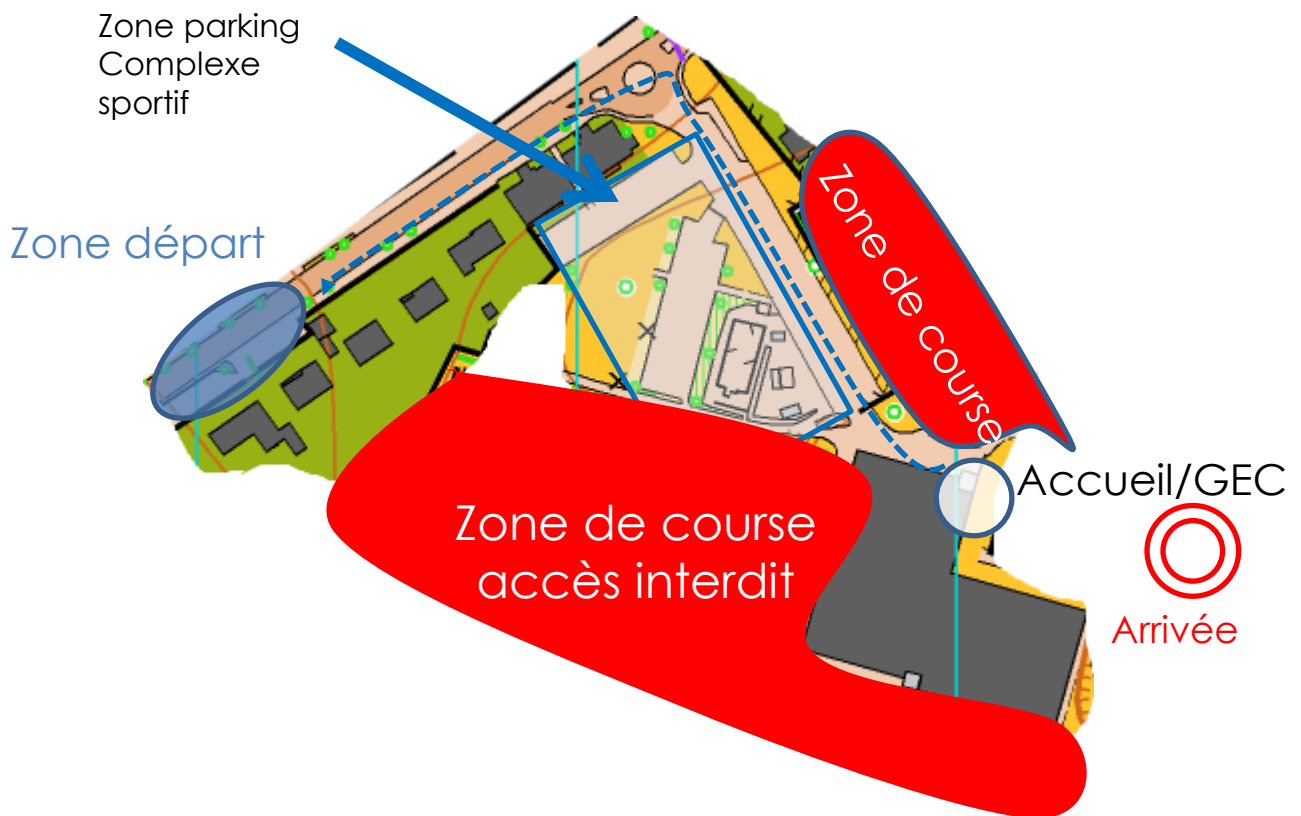
Zones accueil/départ/arrivée/parking :

L'accueil et la GEC se situeront dans le gymnase du complexe sportif. Un parking véhicules est disponible à l'entrée du complexe. Dès qu'il sera rempli les autres véhicules devront stationner sur les parking situés le long de la route perpendiculaire à l'entrée du complexe.

L'arrivée se situe à 50 mètres de l'accueil.

Pour se rendre au départ à environ 150 mètres de l'accueil un balisage sera mis en place.

En dehors de ces zones le reste du complexe sportif est l'espace de course dont l'accès est interdit.



Les coureurs seront amenés à traverser les zones de parking dans et autour du complexe sportif et de la salle des fêtes. Une prudence est de rigueur.

Nocturne Elven : zone de parking VL, départ et arrivée

Sécurité course de nuit :

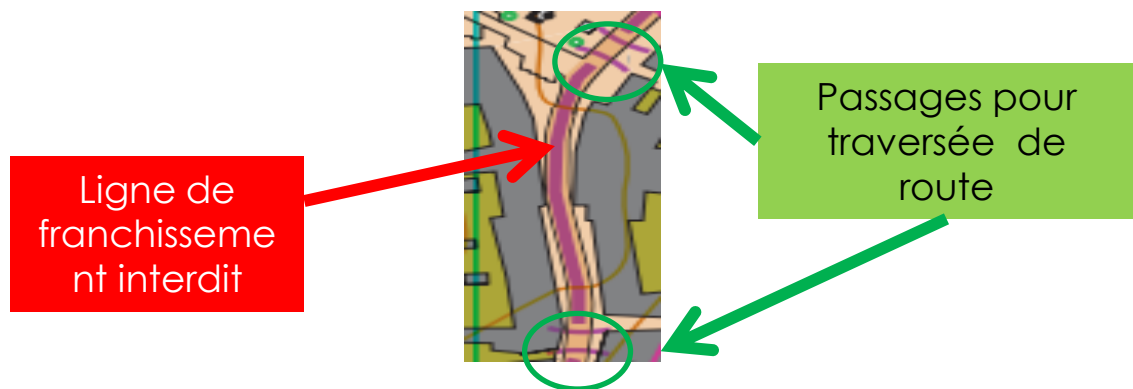
Les coureurs ne sont pas prioritaires et doivent respecter le code de la route.

Le port d'un gilet fluo réfléchissant et d'une lampe frontale de bonne puissance est obligatoire.

La majorité des toiles sera dotée de bandes réfléchissantes.

La course sur la route avec circulation automobile modérée est interdite. Les coureurs doivent utiliser les trottoirs ou bordures de route.

Le centre ville est en zone 30. Cependant les chaussées à circulation routière modérée ne peuvent être traversées qu'au niveau des passages piétons (symbole passage obligatoire). Le symbole limite interdite matérialise la zone où la traversée est interdite.



Des commissaires assureront la sécurité sur certaines traversées. Ils pourront demander aux coureurs de ralentir ou s'arrêter si un véhicule roulant est trop proche.

Depuis la réalisation de la carte (2020) des zones de construction immobilière sont apparues. Elles sont interdites et matérialisées sur la carte par une zone hachurée pourpre sur fond jaune ou blanc



Moyenne Distance Forêt domaniale de Camors

FÉCHAGE : Camors intersection D768 et D789

DISTANCES

Parkings/accueil 100 à 200 m ;

Accueil/départ : 50 m ; accueil/arrivée : 200 m ;

GEC près de l'accueil

ORGANISATION

Directeur de course : Daniel POËDRAS,

Traceur stagiaire: Yannick RIO,

Contrôleur : Yannick GUILLOU,

Arbitre : Jérôme HUCTIN,

GEC : Christian et Léane ANGLADE

CIRCUITS :

5 circuits compétition

CARTE : Forêt domaniale de Camors Nord (Camors) - Format A4 10 000 et 7 500 – Equidistance 2,5M - norme ISOM

TERRAIN : Zones de végétation variée parfois humide- vallonnées avec rochers et falaises au Nord - réseau de chemins-guêtres recommandées.

HORAIRES

Accueil : 9h

1er départ : 10h – heure de départ imposée

Fermeture des circuits : 14h

| Circuits | Distances | Postes | Dénivelé | Echelle | format |
|----------|-----------|--------|----------|----------|--------|
| Violet | 5000 m | 21 | 100 | 1/10 000 | A4 |
| Orange | 3800 m | 15 | 85 | 1/10 000 | |
| Jaune | 3100 m | 15 | 45 | 1/10 000 | |
| Bleu | 2000 m | 10 | 35 | 1/7500 | |
| Vert | 1700 m | 10 | 25 | 1/7500 | |

Camors : zone des parkings VL et vans Départ et arrivée



Des toilettes sont situées au sud du parking camping-cars près du parc aventure.

Les parkings sont séparés par une route départementale avec une visibilité réduite. Attention en traversant !

Récompenses

Récompense à la 1^{ère} femme et au 1^{er} homme de chaque circuit.

Pour les circuits bleu et vert récompense en plus à la 1^{ère} jeune et au 1^{er} homme de 14 ans et moins.

Un lot sera remis à tous les participants inscrits à au moins 3 courses sur les 5 organisées. Il n'y a en revanche pas de récompenses pour les circuits initiation.

Protocole sanitaire

Disposition générale

- Port du masque obligatoire pour les bénévoles et accompagnateurs
- Port du masque obligatoire pour les coureurs dans les zones d'accueil, départ, arrivée, GEC (Gestion Electronique de Course)
- Rappel des gestes barrières et distanciation physiques sur le site des clubs et du comité départemental et affichages sur les lieux de courses ;
- Mise à disposition de gel hydro-alcoolique à l'accueil, au départ, à l'arrivée (GEC)

Vérification du pass-sanitaire ou test valide de moins de 72 heures

- Chaque participant aux courses devra présenter de manière individuelle son pass-sanitaire ou un test négatif au covid-19 valide de moins de 72 heures. Une fois la vérification faite et si tout est en règle, un bracelet indéchirable sera posé par des personnes de l'organisation sur un poignet du concurrent. Pour prendre le départ d'une course le bracelet attaché au poignet devra être montré lors de l'appel à l'atelier départ. Le bracelet devra être gardé pour l'ensemble des courses. En cas de perte ou détérioration du bracelet le concurrent devra effectuer une nouvelle vérification à l'accueil afin de se voir poser un nouveau bracelet.

Atelier accueil

- Marquage de distanciation au sol.
- Port du masque obligatoire.
- Mise à disposition de gel hydroalcoolique
- Affichages des gestes barrières.
- Informations techniques diffusées sur internet clubs et comité départemental

Atelier départ

- Les concurrents ne devront se présenter que 10' avant leur heure de départ imposée par l'organisation.
- Mise à disposition de gel hydro-alcoolique à l'entrée de l'atelier.
- Prévoir des zones suffisamment larges et longues pour que les concurrents d'une vague de départ puissent se mettre à au moins 1.5 mètre de distance les uns par rapport aux autres.
- Les différents sas pour le départ seront dimensionnés pour avoir une zone tampon entre sas d'au moins 2 mètres.

- Les contrôles et vidages des puces électroniques seront faits à l'intérieur du premier sas de l'atelier après l'appel de chaque vague de concurrents.
- Chaque vague de coureurs partira à 2 minutes d'intervalle pour les courses en forêt et 1' pour les courses urbaines.
- Pas plus de dix personnes au total par sas (organisateur compris).

Déroulement de l'épreuve :

- Pas de ravitaillement en course et à l'arrivée de prévu. Chaque coureur devra gérer son eau et son ravitaillement.
- Une distance minimale de 2 mètres entre 2 coureurs est recommandée.
- A l'approche d'un poste lors d'une arrivée de plusieurs concurrents, le ou les moins rapides devront laisser la priorité et attendre le départ du coureur les précédant pour pointer à leur tour le poste.
- Le coureur qui a pointé le poste ne doit pas y stationner et se décaler d'au moins 5 mètres pour lire sa carte au besoin.
- Limiter au strict minimum tout contact avec le matériel commun (jalons, balises, piquets, boîtiers de chronométrage, etc.).

Atelier arrivée :

- Prévoir un couloir suffisamment long et large pour pouvoir se doubler.
- Prévoir deux boîtiers « arrivée » posés sur 2 tréteaux différents et espacés d'au moins 2 mètres
- Les cartes seront gardées par les concurrents et il leur est demandé de ne pas communiquer d'informations ou de montrer la carte aux coureurs n'ayant pas pris le départ.
- A l'atelier GEC un marquage de distanciation au sol tous les 1,5 mètres sera posé dans un couloir balisé de file d'attente.
- Les résultats seront publiés sur les sites internet des clubs et CDCO 56 le soir après les courses.

Pose-dépose des postes :

- Les poseurs et déposeurs disposeront de gel pour se laver les mains avant et après la manipulation du matériel.
- Le matériel est dimensionné pour réaliser deux courses successives de manière autonome.
- Entre deux utilisations le matériel non utilisé sera entreposé et aéré pour que seules les personnes prévues puissent les manipuler.