

« L'orientation est une course intelligente »

Publié le 21/08/2017 à 03:20



L'objectif de la course d'orientation n'est pas d'être le plus rapide, mais de trouver toutes les balises ! |

Propos recueillis par Léa Duperrin.

La course d'orientation se pratique par tous les temps, à tous les âges. Quelques conseils pour ne pas perdre le fil...

Trois questions à...

Françoise Anglade,

Trésorière du club d'orientation de Lorient.

Qui peut pratiquer la course d'orientation ?

Tout le monde peut se lancer, dès le plus jeune âge. Le club de Lorient, c'est 70 licenciés, de 8 à 75 ans. Il ne faut pas avoir peur du mot « orientation », surtout les femmes ! Depuis plus de trente ans, le club met à disposition des amateurs de course des circuits forestiers, de 15 minutes à 1 heure, pour tous les niveaux. L'orientation est une course intelligente, avec un but à atteindre : chercher des balises, apprendre à lire une carte... Et on peut même le faire en marchant, chacun à son rythme.

Où se trouvent les circuits ?

Dans le pays de Lorient, plusieurs circuits font le bonheur des coureurs. Au Ter à Lorient, au complexe sportif de Plouay et dans le parc de Manehouarn, ainsi qu'au parc de Kerihuer à Ploemeur. Les circuits de Quimperlé, à vingt minutes de Lorient (Finistère), viennent tout juste d'être renouvelés.

Quels sont les projets du club à la rentrée ?

Jusqu'à la fin des vacances, des espaces permanents de course sont accessibles. Les cartes peuvent être imprimées sur le site internet du club. Dès la rentrée, les inscriptions sont ouvertes. Nous

recherchons aussi des bénévoles pour les événements à venir le mois prochain. Le 10 septembre se déroulera le championnat régional de sprint à Gâvres. D'autres projets sont à venir... Nous souhaitons continuer à lier sport, loisir et compétition.

Renseignements et cartes : www.co-orient.fr