

CAHIER DES CHARGES TECHNIQUES
DES ESPACES SPORTS D'ORIENTATION
DE LA
LIGUE D'AQUITAINE
DE
COURSE D'ORIENTATION

édition Juillet 2009.

PREAMBULE

LA COURSE D'ORIENTATION

La Course d'Orientation est une activité de pleine nature ou en zone urbaine qui se pratique avec l'aide d'une carte détaillée permettant de choisir et de réaliser un parcours en passant par des points de contrôle situés sur le terrain.

QU'EST-CE QU'UN ESPACE SPORTS D'ORIENTATION ?

C'est un parcours sportif composé d'un réseau de postes (balises) installés en permanence sur des détails caractéristiques du terrain. Ce réseau figure sur une carte disponible auprès d'un organisme qui en assure la distribution.

Un panneau situé au départ des parcours, informe et donne quelques bases techniques pour pratiquer l'orientation.

Son accès est réglementé. Il est obligatoire de respecter tous les conseils qui sont donnés dans le livret de présentation de l'ESO.

Ce parcours basé sur l'orientation, adapté aux possibilités locales, s'adresse à un large public :

- les jeunes : écoles, collèges, lycées, centres de loisirs...*
- les sportifs : randonneurs, orienteurs...*
- le grand public : organisé ou non. Ce public peut pratiquer sous forme éducative, ludique ou sportive.*

ARTICLE 1 - LE CAHIER DES CHARGES TECHNIQUES.

Ce recueil de normes techniques édicte les règles pour la réalisation d'un ESO. Le respect de ces règles conditionne l'obtention de l'agrément de la Fédération Française de Course d'Orientation. Le respect par tous de ces normes permet une harmonisation des réalisations sur tout le territoire national et donne une cohérence à nos installations.

Un Espace Sports d'Orientation est constitué de un ou plusieurs circuits sportifs. Il doit satisfaire au cahier des charges établi par la Fédération Française de Course d'Orientation, organisme délégataire auprès du Ministère de la Jeunesse et des Sports. Si l'ESO répond aux critères et aux normes, il sera labellisé. Facilement réalisable, l'ESO doit s'intégrer au site et ne pas choquer par une implantation mal étudiée. Il prend en compte l'intérêt de tous et doit garantir les qualités d'esthétisme et de sécurité.

Cet espace doit être agréable à utiliser pour la pratique de l'orientation et être dans un bon état permanent.

A la fin de la réalisation de l'ESO, la Ligue d'Aquitaine de Course d'Orientation effectuera une visite du site et vérifiera si le cahier des charges techniques est respecté afin de délivrer le label ESO au site.

ARTICLE 2 - COMPOSITION D'UN ESO.

Tout le mobilier et toute la documentation qui composent un ESO sont normalisés depuis 1997.

Un ESO comprend :

- une carte de course d'orientation,*
- des postes de contrôle,*
- un ou plusieurs panneaux d'information.*
- un livret de présentation de l'ESO,*
- un dossier de fiches pédagogiques (facultatif).*

ARTICLE 3 - LA CARTE.

L'Espace Sports d'Orientation s'appuie sur la réalisation d'une cartographie spécifique de la zone concernée qui peut couvrir une surface de 1 à 30 km². Elle doit remplir les mêmes conditions qu'une carte de compétition.

DISPOSITIONS TECHNIQUES

La carte sera conforme aux documents suivants :

- *Règlement cartographique de la FFCO (Ed. du 15 janvier 2005).*
- *Codification internationale des cartes de course d'orientation (normes ISOM 2000).*
- *Plan d'action de la commission cartographique de la LACO.*
- *La carte sera réalisée avec le logiciel OCAD.*
- *Elle sera déclarée à la LACO et numérotée.*

La carte aux normes FFCO 2005 sera fournie sur support numérique (CD), habillée avec tous les logos, prête à être imprimée et transmise à la LACO.

Une fois la cartographie terminée, la Ligue d'Aquitaine de Course d'Orientation effectuera un contrôle, validera cette carte et attribuera un numéro.

La société ou le club qui réalise la cartographie doit déclarer ce document comme le précise le plan d'action 2005/2008 de la commission cartographique de la LACO.

Une convention cartographique sera signée entre la société ou le club qui réalisera la carte et la LACO.

Cette déclaration s'effectue avec le document réglementaire. Elle est envoyée à la Ligue d'Aquitaine de Course d'Orientation qui transmettra à la Fédération Française de Course d'Orientation.

INFORMATIONS OBLIGATOIRES

Outre le respect de la charte graphique, elle devra mentionner:

- *Le logo ESO*
- *Un texte précisant que « La pratique de la CO sur l'ESO se fait sous la propre responsabilité des pratiquants et qu'ils doivent respecter les conseils donnés à l'utilisateur ».*

CARACTERISTIQUES DES CARTES

Parcours d'initiation

ECHELLE : 1/1000 à 1/10000.

FORMAT : A4 ou A5.

SURFACE : Quelques hectares à 3km².

TERRAIN : Très simple, aucune difficulté - aucun danger sur la carte, mains courantes évidentes - zone d'activités accessible tous publics (zone de loisirs, complexe sportif, complexe touristique...)

Parcours loisirs et compétition

ECHELLE : 1/5000 à 1/15000.

FORMAT : A4 ou A3.

SURFACE : 4 à 8km².

TERRAIN : Technique, pleine nature y compris boisée.

Parcours randonnée à pied, VTT, ou à ski.

ECHELLE : 1/10000 à 1/30000.

FORMAT : A4 ou A3 et au-delà.

SURFACE : Pouvant atteindre 50km².

TERRAIN : Technique mais sans difficulté particulière - Sites touristiques (curiosités) comportant un réseau important de chemins.

ARTICLE 4 - LE POSTE DE CONTROLE (voir photo 1).

DIMENSIONS DES PIQUETS :

D'une longueur de 120 cm, il possède une section rectangulaire de 11 cm sur 7 cm environ.

CARACTERISTIQUES :

Ce piquet en bois de fabrication robuste doit être traité autoclave-classe IV, pour lui garantir une bonne longévité. Il est équipé d'une pince de contrôle, d'un numéro correspondant à son numéro de poste, et d'une plaque logotype certifiant la labellisation du parcours. La tête du piquet est peinte en rouge sur une hauteur de 15 cm. Une flèche et la lettre « N » de couleur noire (indiquant le nord) sont apposées sur la partie supérieure.

LA PINCE DE CONTROLE :

La pince utilisée sera du type « Sylva », avec si possible les « picots » amovibles. Elle se situe à 15 cm du haut du piquet à la base de la zone peinte en rouge.

Elle doit être solidaire et encastrée dans le corps du piquet afin d'éviter au maximum les risques de vol et de détérioration.

Un dispositif devra limiter l'ouverture de la pince au maximum à 5 mm, afin d'assurer la sécurité des enfants.

Cette pince doit pouvoir se retirer facilement du piquet afin de permettre son remplacement sans desceller le piquet.

LA PLAQUE LOGOTYPE :

La plaque représentant la balise doit être d'un format minimum de 9cm x9cm de préférence en métal. Cette plaque est bicolore de couleur orange (PMS : 165) et blanche. Elle est visée sur la partie la plus large du piquet sous la zone peinte en rouge.

LA NUMERATION DES PIQUETS :

Chaque piquet dispose d'un code unique. Ils sont numérotés de 31 à 255. Les numéros se situent sous la plaque ESO. Les numéros ont une dimension de 7 cm environ et sont de couleur noire.

LES LOGOS

Tous les logos figurant sur ce document et le logos du commanditaire (communes, communauté de communes...) doivent se retrouver sur tous les supports de l'ESO (panneau, carte, documentations...).

EMPLACEMENT POUR LA POSE:

- L'emplacement des postes doit respecter le règlement sportif (implantation sur un point caractéristique du terrain lui-même mentionné sur la carte...).

- Il sera fixé solidement au sol sur une profondeur d'au moins 30 cm au besoin par scellement ou par rajout d'une embase afin d'être protégé efficacement contre toute détérioration.

- Les abords du poste doivent permettre un poinçonnage sans gêne et une bonne visibilité du piquet.

- Au cours du scellement, la flèche noire (située sur la partie supérieure) du piquet, doit être dirigée vers le nord.

- La pince devra être facilement accessible.

- Sur l'ensemble de l'ESO, la hauteur des piquets sera constante.

- L'emplacement du piquet ne doit pas apporter de gêne à la vie des usagers locaux (cultivateurs, chasseurs, espaces verts, voies de circulation...).

- La mise en place des piquets ne doit pas causer de dommages à l'environnement : ornières d'engins de chantier, branches cassées, clôtures détériorées...).

ARTICLE 5 - LE PANNEAU D'INFORMATION (PHOTOS 2 ET 3).

Le panneau d'information pour ESO (Espaces Sports d'Orientation) est constitué d'un plan cartographique et d'un châssis.

DIMENSIONS DU PANNEAU :

L'encombrement du panneau complet est de : 2,50 m x 1,30 m x épaisseur 15 cm.

Le panneau comprend :

- Le châssis en bois lasuré en vert, traité autoclave, classe IV. Il doit être fixé solidement dans le sol avec des massifs en béton, sur une profondeur de 40 cm minimum.*
- Le plan cartographique est contrecollé sur forex de 4 mm, format 80 cm x 120 cm. Il doit être inaltérable au vent, au soleil et à la pluie. L'impression numérique doit être réalisée par un sérigraphiste ou un imprimeur.*
- Un plexiglass de protection 80 cm x 120 cm x 0,5 cm.*
- Un contreplaqué en bois 80 cm x 120 cm x 1 cm.*
- 2 jeux de baguettes pour séparer les différents plans et pour permettre la circulation de l'air pour protéger contre l'humidité.*

Il indique :

- Le nom de l'espace sport d'Orientation.*
- La carte de l'ESO sur laquelle figure le(s) départ(s) des circuits.*
- Le fonctionnement de l'installation.*
- l'adresse et numéro de téléphone du contact qui distribue les cartes.*

Il est situé : par ordre de priorité

- sur le(s) point(s) d'accueil.*
- sur les départ(s) des circuit(s).*
- en des lieux propices à la communication, il informe sur l'aménagement des parcours d'orientation.*

ARTICLE 6 - LE LIVRET DE PRESENTATION.

Ce document est destiné au moniteur EPS et au grand public ; il est constitué de 3 pages environ au format A4, pliées en deux.

- Il présente l'activité « course d'orientation », le fonctionnement de l'ESO et les activités proposées,*
- Il aide à la préparation et à la conduite des séances de course d'orientation (lycée, collège, centre aéré...)*
- Il met en valeur le patrimoine local, historique du site, les partenaires, etc....*
- Il met en valeur la FFCO, la LACO, les CD et clubs de CO aquitains,*
- Il comprend les conseils d'utilisation de l'ESO qui portent sur la sécurité, la protection de l'environnement, le maintien de la propreté et toutes autres recommandations particulières.*

Les principaux chapitres de ce document sont :

- La page de garde : Nom de l'ESO, les logos réglementaires (ESO, FFCO, LACO, CG, CR, MJS),
- Explication d'un ESO.
- Conseils aux utilisateurs.
- Comment utiliser cet ESO.
- Explication des différentes couleurs des circuits proposés.
- Situer son niveau technique.
- Les dix commandements de l'orienteur.
- Comment pratiquer l'orientation.
- Les différents parcours et marches d'orientation qui sont proposés.
- La carte tous postes de l'ESO.
- Les définitions des postes.
- La liste des poinçons de tous les postes.
- Les adresses utiles.

ARTICLE 7 - LES FICHES PEDAGOGIQUES

BUT :

- faire découvrir la CO sous une forme ludique et récréative,
- développer les fondamentaux de la CO,
- proposer des possibilités d'entraînements aux compétitions.

Elles assurent une progression pédagogique sur les différents circuits proposés et doivent pouvoir satisfaire le maximum de personnes, d'âges et de niveaux différents.

COMPOSITION DU DOSSIER PEDAGOGIQUE

- Une page de garde double format A3, pliée en deux comprenant :
 - * le nom de l'ESO, les logos réglementaires (ESO, FFCO, LACO, CG, CR, MJS), quelques conseils concernant l'organisation, le déroulement et la conduite des séances.
 - * des explications pour la réalisation de 10 exercices différents,
 - 10 cartes présentant chaque exercice.

LES EXERCICES PROPOSES

- suivi d'un itinéraire imposé,
- courses aux symboles,
- parcours en étoile relais,
- course au score,
- pose de postes,
- course au score niveau 2,
- relais finlandais,
- parcours mémoire en étoile,
- parcours aux postes « vrais faux » manquants,
- biathlon.

ARTICLE 8 - L'ENTRETIEN DU MOBILIER

L'entretien du mobilier est vital. L'entretien de l'ESO, le remplacement de postes détériorés ou disparus devra être intégré dans les divers protocoles établis entre les différents acteurs (propriétaire de l'ESO, gestionnaire, LACO...). Les missions dans ce domaine devront être clairement établies. Il est souhaitable de prévoir un nombre de piquets en réserve dans le financement du projet.

Pour être efficace, des contrôles périodiques des installations doivent être planifiés. La Ligue d'Aquitaine de Course d'Orientation propose des contrats d'entretien aux propriétaires des ESO.

ARTICLE 9 - COMMUNICATION

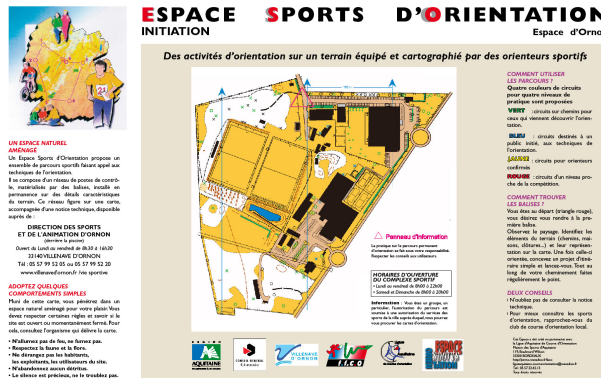
La Fédération Française de Course d'Orientation utilisera les moyens fédéraux pour assurer la promotion de l'Espace Sports Orientation : « Orientation magazine », le site internet fédéral, le guide national des ESO.

La Ligue d'Aquitaine de Course d'Orientation assurera la promotion de l'Espace Sports Orientation grâce à son site et son magazine « l'Orienteur Aquitain ».

PHOTO 1

PHOTO 2

PHOTO 3



Ligue d'Aquitaine de Course d'Orientation maison des sports d'Aquitaine
119, boulevard Wilson - 33200 Bordeaux 05.57.22.42.13

ligueaquitaine.courseorientation@wanadoo.fr

Internet: <http://perso.wanadoo.fr/laco>

