

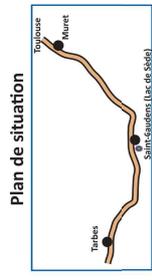
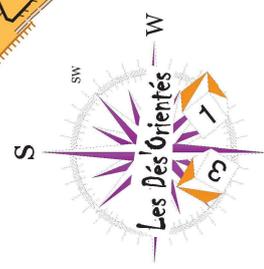
# FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION

**Lac de Sède**  
**Echelle : 1/4000ème**  
**Equidistance: 5m**



PPO Lac de Sède	
Circuit Bleu 2	1,2 km
Départ :	
1	110 Arbre remarquable
2	107 Fourré, côté Nord
3	106 Arbre remarquable
4	105 Arbre remarquable
5	133 Pylône de ligne HT
6	131 Arbre remarquable
7	136 Arbre remarquable
8	138 Arbre remarquable

S'orienter sur 170 m jusqu'à l'arrivée (trajet non balisé)



## Légende

- X Limite de zone
- o Particularité due à l'homme
- Lampadaire
- Courbe de niveau
- Tracé de pont
- Tracé de piste
- Petite levée de terre
- Fossé
- Busse
- Zone pierreuse
- Terrain sablonneux découvert
- Lac - rivière (infranchissable)
- Rive d'un lac-rivière infranch.
- Plan d'eau franchissable
- Ruisseau
- Cours d'eau infranchissable
- Particularité hydrographique
- Terrain découvert
- Zone semée ouverte
- Terrain découvert encombéré
- Zone découv. + arbres dispersés
- Buisson - Particularité de vég.
- Forêt - course difficile
- Forêt - course très difficile
- Haie infranchissable
- Sentier non pavé (urbain)
- Sentier non pavé (non urbain)
- Petit sentier non pavé - piste
- Passerelle ou pont
- Paroi infranchissable
- Clôture infranchissable
- Clôture franchissable
- Bâtiment infranchissable
- Poteau, pylône
- Zone d'accès interdit, habitats
- Zone pavée (urbaine)
- Escaliers
- Sentier pavé - non-urbain
- Zone pavée (non-urbaine)
- Zone interdite

Carte de base : néant	Surface : 0,34km <sup>2</sup>
Relevés : février 2020	Dessin : Olivier THOMAS ocad
Distribution : CC cœur et coteaux Comminges et Les Désorientés31	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent	
Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains.	
Autorisation d'accès (maire, ONF, etc.) :	
Numéro d'urgence : 15 ou 112	
Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite.	
©FFCO-0000	
Coordonnées contacts : Club "Les Désorientés31" tél 06 28 23 16 78 et CC Cœur et coteaux Comminges tél. 05 61 89 21 42	

01 47 97 11 91 - contact@ffcoorientation.fr

## Comment se pratique l'activité ?

### ● J'oriente ma carte sans boussole

Je pivote pour faire coïncider la représentation de ma carte avec les éléments que j'observe sur le terrain : bâtiments, routes, chemins, sentiers...

### ● J'organise mon cheminement

Je repère sur la carte le point de départ (triangle) et la balise n°, je visualise sur la carte le cheminement entre ces deux points.

### ● Je cherche la 1<sup>ère</sup> balise

Je m'aide d'un point d'attaque, c'est le dernier point caractéristique qui va me permettre de trouver ma balise. Il pourra s'agir d'un carrefour, d'un angle de fossé, de muret...  
Je me fixe une ligne d'arrêt, c'est-à-dire une limite à ne pas dépasser pour ne pas aller trop loin, cela peut être une limite de végétation distincte, un fossé, un sentier...

### ● Je valide mon passage

En poinçonnant ma grille de contrôle et je pars à la recherche de la balise suivante.

### ● Je vérifie mes poinçons

Après avoir validé la dernière balise, je peux retourner à l'office de Tourisme pour vérifier mes poinçons avec un carton mère.

### ● Infos complémentaires

Le départ : triangle, au panneau d'explications.  
Chaque boîtier se trouve au centre du cercle indiqué sur la carte.  
Abréviations "N" =nord, "S"=sud, "O" = ouest, "E"= est.  
Les cases vides sont utilisées si vous vous trompez



**RANDO**  
cœur & coteaux  
**COMMINGES**



cœur & coteaux  
**COMMINGES**  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

## Comment se pratique l'activité ?

### ● J'oriente ma carte sans boussole

Je pivote pour faire coïncider la représentation de ma carte avec les éléments que j'observe sur le terrain : bâtiments, routes, chemins, sentiers...

### ● J'organise mon cheminement

Je repère sur la carte le point de départ (triangle) et la balise n°, je visualise sur la carte le cheminement entre ces deux points.

### ● Je cherche la 1<sup>ère</sup> balise

Je m'aide d'un point d'attaque, c'est le dernier point caractéristique qui va me permettre de trouver ma balise. Il pourra s'agir d'un carrefour, d'un angle de fossé, de muret...  
Je me fixe une ligne d'arrêt, c'est-à-dire une limite à ne pas dépasser pour ne pas aller trop loin, cela peut être une limite de végétation distincte, un fossé, un sentier...

### ● Je valide mon passage

En poinçonnant ma grille de contrôle et je pars à la recherche de la balise suivante.

### ● Je vérifie mes poinçons

Après avoir validé la dernière balise, je peux retourner à l'office de Tourisme pour vérifier mes poinçons avec un carton mère.

### ● Infos complémentaires

Le départ : triangle, au panneau d'explications.  
Chaque boîtier se trouve au centre du cercle indiqué sur la carte.  
Abréviations "N" =nord, "S"=sud, "O" = ouest, "E"= est.  
Les cases vides sont utilisées si vous vous trompez



**RANDO**  
cœur & coteaux  
**COMMINGES**



cœur & coteaux  
**COMMINGES**  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES