

Course

Bimestriel de la Fédération Française
de Course d'Orientation - Numéro 95
Juin / Juillet 2008 - 4,50 euros



ORIENTATION

CO - Raid - VTT - O-Pre - Ski

MAGAZINE

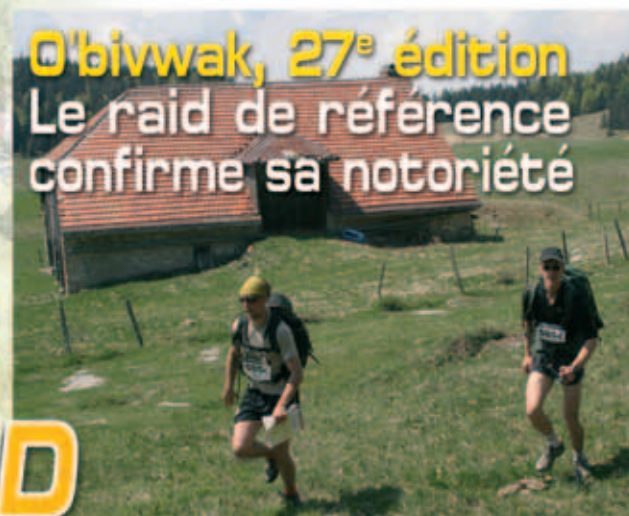


CFC 2008
Le titre pour HVO
dans la boue du Pilat



Un projet fédéral
pour les jeunes et
le développement
des clubs

O'bivwak, 27^e édition
Le raid de référence
confirme sa notoriété



INTERNATIONAL

Troisième titre
européen sur MD
pour Thierry en Lettonie

Pour votre organisation, IL VOUS FAUT :

- des belles cartes,
- des définitions de postes,
- des dossards personnalisés,
- des cartons de contrôles personnalisés,
- ...

*Nous vous proposons du travail soigné sur différentes matières
et le tout dans des temps très compétitifs.*

AIRXTREM

15, route de Neuville-les-This - 08090 FAGNON
Tél. : 03 24 32 83 03 - Fax : 03 24 33 07 85
www.airxtrem.com - contact@airxtrem.com



“ Avec **120 000 visiteurs** en 2007,
assurément le calendrier où votre course doit figurer. ”

www.MATRACE.FR



ÉDITORIAL

SOMMAIRE

- p. 4/5 CO
CFC 2008
- p. 6/7 International
EOC 2008
- p. 8/9 Raids O
O-bivwak 2008 sur le Plateau du Retord
- p. 10/11 CO à VTT
Stage haut niveau au Danemark
Deux courses nationales en Provence
- p. 12/13 Jeunes
Présentation du projet O+
- p. 14/16 Raids multisports
Dentelles de Montmirail / SQY
- p. 17 Nouvelles Technologies
Un peu d'ordre dans tous ces softs
- p. 18 Traçage
Éviter les pièges du relais
- p. 19 Corne de forêt
Les défis, codes et jargon (II)
- p. 20/21 Le Journal des WOC 2011
- p. 22 Semaine fédérale 2008 en Bretagne
- p. 23 IV^e Conférence du CIO "Femmes et Sport"
en Jordanie

O'MAG N°95

Orientation Magazine est édité par la Fédération Française de Course d'Orientation.

Directrice de la publication : Marie-France Charles
charles.marie-france@wanadoo.fr

Comité de rédaction : Jacques Charles, Virginie Blum, Guillaume Renard, Michel Simon.

Ont collaboré à ce numéro : Laurent Astrade, Benjamin Billet, Mickaël Blanchard, Yvan Catalon, Pierre Durieux, Michel Edjar, Daniel Gastard, François Gonon, Frédéric Jordan, Madeleine Kammerer, Benjamin Monier, Jean-Claude Ragache, Alain Richaud, Isabelle Rora.

En couverture : arrivée de Thierry Gueorgiou sur la MD de l'EOC 2008 (photo : organisateurs EOC) / CFC 2008 (photo : Yvan Catalon, NOSE) / Raid O'bivwak (photo : Jean-Claude Ragache)

Administration : FFCO – 15 passage des Mauxins, 75019 Paris - Tél. : 01 47 97 11 91 – Fax : 01 47 97 90 29
Courriel : ffcoorientation@wanadoo.fr
Site internet : www.ffcoorientation.fr

Réalisation : www.oskarpresse.com - Contact : S. Duval
s.duval@oskarpresse.com - Tél : 02 32 43 11 61
Imprimerie Nevada Nimifi. Dépôt Légal à parution.

Abonnements ORIENTATION Magazine

- Tarif annuel (6 numéros)
France métropolitaine : 24 euros. Territoires Outre-Mer et Étranger (par avion) : 35 euros.
- Envoyer les demandes d'abonnement, avec adresse complète, au siège fédéral :
FFCO - 15 passage des Mauxins, 75019 Paris
Tél. 01 47 97 11 91 – Fax : 01 47 97 90 29



Un projet fédéral consacré aux jeunes, ouvert aux initiatives locales

O+, voilà le nom original que nous avons choisi pour appeler cette aventure dans laquelle nous nous sommes lancés il y a bientôt un an.

Originalité, innovation et ambition sont à la base d'O+ :

- > O+ comme plus de C.O, plus près des jeunes ;
- > O+ comme plus de plaisir pour les jeunes et pour tous les licenciés ;
- > O+ comme plus de partenariats avec le sport scolaire ;
- > O+ comme une fédération plus forte, plus dynamique.

Ciblé sur les jeunes de 9 à 14 ans, O+ a l'ambition de toucher chacun des licenciés, notamment à travers la cartographie, la communication, les compétitions, le haut niveau, les partenariats.

Cette année, le tandem original que nous formons a pris le temps de la rencontre au sein des commissions fédérales, avec les licenciés, les enseignants, les autres fédérations (Suisse, Suède, Norvège, Finlande, Grande-Bretagne). De cette concertation a progressivement émergé un projet qui devient aujourd'hui réalité.

O'camp et O'défi sont déjà des aventures qui prennent corps et sur lesquels la Fédération, dans un contexte financier contraint, s'engage.

Mais au-delà de tout ce que nous pourrions faire pour que ces actions soient réussies, c'est à travers toutes les initiatives locales, aussi originales et diversifiées soient-elles, que nous parviendrons à faire passer O+ du rêve à la réalité. Nous proposons aujourd'hui une structure innovante dont chacun peut se servir pour faire évoluer son club. Les actions O'tour, O'défi ou encore O'abc que vous allez découvrir dans cette édition d'O-mag, sont autant de supports sur lesquels s'appuyer pour mener des actions locales, avec le soutien logistique, technique et l'appui en matière de communication que la structure O+ peut apporter.

Persuadés qu'à travers chaque jeune accueilli dans un club, c'est toute la Fédération qui grandit, si nous faisons le pari qu'en 2011 à l'occasion des Championnats du Monde qu'elle organise, la FFCO comptait 2011 licenciés jeunes de plus ?



**François Gonon
Benjamin Billet**
Chefs de projet O+

O+ est présenté pages 12 et 13

IVOR NOOT NOUS A QUITTÉS

Orienteur anglais du East Pennine Orienteering Club, Ivor est décédé le 13 avril dernier, victime d'un cancer à l'âge de 68 ans. Francophile et francophone, Ivor appréciait particulièrement les courses à étapes organisées l'été dans notre pays. Il avait écrit plusieurs articles à ce sujet pour notre revue fédérale au milieu des années 1990. La rédaction d'O-Mag – auquel il était abonné – présente ses condoléances attristées à sa famille et à son club.

ERRATUM

L'article «Le raid O'bivwak servi sur un plateau d'argent» paru dans O-Mag n° 94, était dû à Jean-Claude Ragache. Toutes nos excuses, Jean-Claude !

8 juin / Championnat de France des Clubs / Massif du Pilat

H.V.O., de bout en bout dans la



Le ton est donné dès le premier relais : Bastien Mengin transmet en tête à Vincent Arnould, et HVO ira jusqu'au bout.

Dans des conditions météo exécrables, Hautes Vosges Orientation domine la compétition, OTB tombe de haut alors que rien n'était joué, et TAD confirme – dans toutes les divisions – qu'il faut compter avec lui. NOSE, qui souhaitait apporter un «plus» dans l'organisation du CFC, gagne son pari : atteindre la «qualité scandinave».

Au début de l'aventure ce fut une évidence, mais aussi un défi : oui nous étions capables, avec les nombreux bénévoles du club, de porter un évènement tel que le CFC 2008. Restait à mener la barque, et le bureau du club s'est transformé en comité d'organisation, rejoint par quelques personnes motivées.

Inspiration scandinave

L'idée première du NOSE était de rendre ce CFC original, de lui donner une touche supplémentaire lui permettant de rester dans les mémoires : organiser une fête de la CO, sport de compétition pour tous, jeunes et moins jeunes. Il fallait bien sûr assurer la partie technique, mais également soigner la manière, les à-côtés, les petits plus qui font que l'on s'en souvient. L'inspiration est venue en grande partie des grands relais scandinaves qui sont une référence dans le monde de la CO.

Tout ce petit monde n'aura pas compté son temps durant tous ces mois de préparation. Un cahier des charges se met en place, rempli d'idées issues des expériences de chacun dans le monde associatif, sportif, et de l'apport de nos coureurs internationaux : « *Il faut une vraie animation !...* », « *Une zone de vie comme les relais scandinaves !...* », « *Créer pour l'occasion un centre de course avec hébergement, camping, pasta, conférence !...* ». Tout cela dans une très bonne ambiance.

Quelques réunions mémorables plus tard, nous y sommes ; le week-end CFC, c'est demain... Avec beaucoup de certitudes mais aussi quelques imprévus (météo, parking).

Dès le jeudi précédant la date fatidique, le nez dans le guidon, l'ampleur de la tâche nous apparaît. « *Il va pas falloir chômer !* ». Le vendredi

matin, une dizaine de personnes prend possession du terrain. « *Priorité aux CFC, la moyenne on sait gérer* ». Qui le transport et la répartition du matériel, qui le montage du poste spectacle, qui le piquetage des zones d'arrivée, qui la mise sous plastique des cartes du relais, qui le balisage, etc.

Une analyse très appréciée

Le vendredi soir, la maison familiale rurale est une vraie fourmilière, chacun accomplissant sa tâche jusqu'à très tard dans la nuit. Le samedi, « *tout pour la moyenne* ». Seules quelques personnes restent sur la zone des CFC, il va falloir gérer les 1700 coureurs et surtout leurs véhicules. Contre toute attente, le parking a l'air de résister ; on s'escrime à trouver une possibilité de parking pour le lendemain car ceux prévus sont gorgés d'eau et un peu pentu : « *Pas question d'y mettre une voiture* ». Tant pis, il faudra que les compétiteurs marchent un peu plus que prévu (2,5 km au lieu de 400 m). L'après-midi se déroule sans accroc. On commence à espérer une météo clémente pour le lendemain, mais cela ne dure pas et la mairie nous autorise à utiliser le gymnase pour que nos campeurs passent une nuit au sec.

Avant la nuit, la pasta party permet à tous de se restaurer, avec une bonne file d'attente mais toujours dans une bonne ambiance. La conférence de notre Thierry Georgiou national clôt la



Passage du Tadien Benjamin Lepoutre au poste spectacle surélevé, une des bonnes idées de ce CFC.

boue du Pilat

PHOTO YCATALON



PHOTO IROFA



Podium Nationale 1. Enfin un endroit sec pour les trois meilleurs clubs français : HVO, TAD et COTS !

PHOTO IROFA



La zone de départ/arrivée : un exemple de lisibilité pour coureurs et spectateurs. Mais un espace trop exigü pour les tentes clubs.

PHOTO YCATALON

soirée des coureurs ; l'analyse des partiels de la course de l'après-midi est très appréciée.

La soirée des bénévoles continue (agrafage des cartes à l'hébergement, mise en place définitive de la zone des CFC, balisage et débalisage...). La nuit sera courte encore une fois. 4 heures du matin. Tout le monde ou presque est sur le pont, il faut monter les cartes agrafées à l'avance sur des planches et les installer sur le terrain, opération périlleuse et un peu stressante. Toutes les activités se chevauchent d'un coup : mise en place de l'informatique, installation du mât pour les postes radio, placement des cartes sur leurs supports, lancement de la buvette, de la garderie, etc. Un peu d'agitation sans jamais d'énervement et déjà les premiers participants sont là.

A 7 h 30, la Nationale 1 s'élance, tout est en route ou presque. La journée se déroulera sans accrocs majeurs. Notre *dream team* de commentateurs nous aura fait vibrer par leur gouaille et leur parfaite connaissance de la CO française.

Des retours positifs

A l'heure du bilan, il faut admettre que certains points n'ont pas été parfaits ; mais la perfection est-elle vraiment possible ? Malgré tout, nous avons le sentiment que l'objectif est atteint, les retours des concurrents, très positifs, nous permettent de le penser et c'est le plus important. Le comité d'organisation veut dire un grand merci à tous, les coureurs pour leur passion et leur bravoure avec une météo difficile, les bénévoles pour leur engagement sans faille, les différentes institutions et sponsors pour leur soutien matériel et financier, et les propriétaires toujours disponibles pour faire avancer les choses au mieux.

> RÉSULTATS DU CHAMPIONNAT DE FRANCE DES CLUBS

Nationale 1

1. Hautes Vosges Orientation - 5 h 13' 26 / 2. Tous Azimuts Douai - 5 h 20' 15 / 3. Course d'Orientation Tours Sud - 5 h 41' 29

Nationale 2

1. Orient'Express 42 - 5 h 50' 22 / 2. Orientation Team Besançon - 6 h 2' 39 / 3. Espace Chambéry Orientation 73 - 6 h 8' 9

Promotion Nationale

1. Peyruis Orientation Initiation Loisirs - 3 h 32' 20 / 2. Tous Azimuts Douai : 3 h 36' 37 / 3. Course Orientation Chalamont - 3 h 50' 23

Promotion

1. Tous Azimuts Douai - 3 h 46' 54 / 2. Club Orientation Loisir Etréchy - 4 h 4' / 3. Sallanche Orientation Sportive 74 - 4 h 7' 21

Tous les résultats et cartes sur www.cfc2008.fr



PHOTO M.SIMON

THIERRY, OU COMMENT DEVENIR CHAMPION DU MONDE

En forêt carte en main ou dans le rôle du conférencier dissertant sur ses motivations de champion du monde, Thierry Gueorgiou domine son sujet. Dans le gymnase de Marlies, à l'aide d'une présentation audiovisuelle de haut niveau elle aussi, il a passionné son auditoire - entre 250 et 300 orienteurs. Durant une heure et demie, le Stéphanois a balayé son itinéraire depuis ses débuts, souligné les points techniques qu'il juge «hyper importants», analysé plusieurs parcours partiels de la MD du jour, puis répondu aux questions. Le tout avec cette modestie qui le caractérise. M.S.

26 mai - 1^{er} juin / Championnats d'Europe Seniors 2008 / Lettonie

Thierry confirme sa suprématie sur MD

De ces EOC lettons, on retiendra le troisième titre européen consécutif pour Thierry et la bonne tenue d'ensemble de l'équipe féminine. Au jour le jour, Marie-Violaine Palcau, directrice des équipes de France seniors, a tenu pour la Fédération la chronique de ces Championnats.

Lundi 26 mai

SPRINT / Qualifications

Sur les 9 engagés français, 5 se qualifient pour la finale. Chez les dames, seule Céline Dodin qui termine 15^e de sa série franchit l'obstacle. Côté hommes, 4 athlètes se qualifient dont Thierry Gueorgiou, 4^e de sa série.



SPRINT / Finale

Déception dans le camp tricolore. Le meilleur Français, Thierry Gueorgiou, passe la ligne d'arrivée en 8^e position à 35" du vainqueur, le Suédois Emil Wingstedt. Pour sa première participation sur ce format de course Frédéric Tranchand (photo ci-contre) réussit une bonne 31^e place devant ses coéquipiers Thibaut Magne (37^e) et François Gonon (38^e). Chez les dames, Céline Dodin termine en 13' 45" (45^e place), à 2' 34 de la Norvégienne Anne Margrethe Hausken qui l'emporte.



Capucine Vercellotti, ici sur la qualif de la longue distance. La Bisontine a réalisé une bonne LD et un excellent relais.

place à 8' 5" de la Norvégienne Anne Margrethe Hausken. Capucine Vercellotti, 32^e, réalise elle aussi sa meilleure performance sur ce format de course. Karine D'Harreville, quant à elle, manque le coche en oubliant de pointer le poste «boisson». Une erreur qui lui coûte la 28^e place. Chez les hommes, le Russe Dimitri Tsvetkov l'emporte devant Daniel Hubmann (Suisse) et Emil Wingstedt (Suède).

Mardi 27 mai

LONGUE DISTANCE / Qualifications

C'est à Liepene, 20 km au nord de Ventspils (centre de course), que se disputaient les qualifications de la LD.

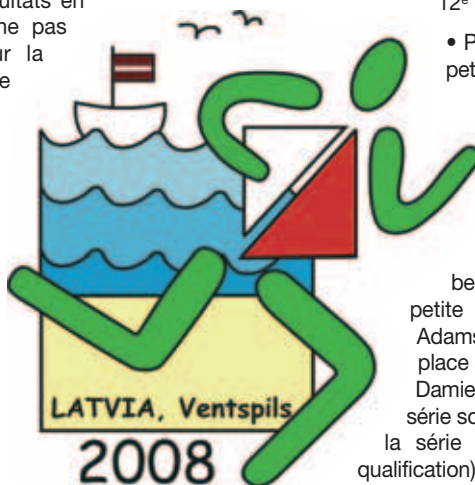
• Sur des terrains de type scandinave, techniquement très relevés, trois dames seniors se qualifient sur les quatre engagées. Céline Dodin tout d'abord, avec une belle 5^e place dans la série n° 3 ; Capucine Vercellotti, 13^e de la série 2 et Karine D'Harreville, 14^e de la série 1. Anaïs Goffre, en 25^e position sur la série 1, ne sera donc pas en finale. Le lendemain, nous retrouverons nos trois qualifiées pour une finale prévue en 1 h 15 (ce qui est court pour une LD).

• Côté hommes, les résultats ne sont malheureusement pas aussi brillants... Sur les trois tricolores au départ, aucun ne parvient à se qualifier. Thibaut Magne se classe 25^e de la série 3, Johann Tinchant et Frédéric Tranchant, respectivement 29^e et 35^e de la série 2 ; enfin, François Gonon qui apparaît sur la liste des résultats en «dns» (non partant) avait décidé le matin de ne pas s'aligner sur cette course, se réservant pour la moyenne distance et le relais. Thierry avait choisi de faire l'impasse sur la longue dès le début des EOC.

Mercredi 28 mai

LONGUE DISTANCE / Finale

A 50 km au nord-est du centre de course, Irbène proposait pour cette finale des terrains bien différents de ceux pratiqués la veille en qualification. Micro-relief, marais très humides où l'eau montait souvent aux cuisses, parfois même à la poitrine de certaines athlètes ! Une forêt plus fermée que la veille rendait la course technique et difficile. Pourtant, sur ces terrains peu propices, Céline Dodin obtient son meilleur résultat sur un format LD en décrochant la 13^e



Jeudi 29 mai

Jour de repos pour l'équipe avant de s'élancer vendredi matin pour les qualifications de la moyenne distance. Toute l'équipe de France devrait, sauf problème de dernière minute, participer à cette épreuve soit 4 dames et 6 hommes.

Vendredi 30 mai

MOYENNE DISTANCE / Qualifications

• Nos féminines confirment leur bonne forme du moment en réalisant un 4/4 ! Sur les terrains de Jaunupe, à 30 km au nord de Ventspils, les quatre Françaises engagées iront toutes en finale. Céline Dodin, en chef de file de cette équipe de France féminine, se place 6^e de sa série à moins de 4' de la Finlandaise Minna Kauppi. Capucine Vercellotti passe la ligne d'arrivée en 10^e position de la série 1, tandis qu'Anaïs Goffre et Karine D'Harreville, engagées sur la série 3, terminent respectivement 12^e et 14^e.

• Pour les hommes, et après ce qu'on appellera une petite déception lundi sur le sprint, notre quintuple champion du monde Thierry Gueorgiou retrouve une place qui lui est familière puisqu'il remporte sa série. Malgré quelques hésitations en début de parcours, Thierry réussit à gérer sa course sur une carte technique, parsemée de micro-relief avec végétation dense. François Gonon réalise une belle performance en se plaçant 2^e de sa série, à une petite seconde du Russe Valentin Novikov. Philippe Adamski se qualifie aussi pour la finale avec une 15^e place sur la série 1. Grosse déception en revanche pour Damien Renard, 18^e (seuls les 17 premiers de chaque série sont qualifiés), et pour Jean-Baptiste Bourrin (23^e de la série 3, à qui deux erreurs techniques coûtent la qualification). Enfin, Vincent Coupat termine 31^e de la série 2.



Entre Martins Sirmajs (Lettonie) et Pasi Ikonen (Finlande), Thierry est champion d'Europe pour la 3^e fois consécutive.

Samedi 31 mai

MOYENNE DISTANCE / Finale

• Par un temps estival, ensoleillé et chaud, Thierry s'élance à 13 h 41, 2 minutes derrière le Russe Valentin Novikov. Au deuxième poste, il revient sur le Russe. Puis, sur un micro relief très technique aux alentours du poste 8, il remonte encore de quelques places. Au passage intermédiaire, il pointe avec 22" d'avance et passe la ligne d'arrivée avec 26" d'avance sur le Letton Martins Sirmajs. Il devient ainsi champion d'Europe pour la troisième fois consécutive (2004, 2006, 2008, les championnats d'Europe ont lieu tous les deux ans). François Gonon termine à la 15^e place et Philippe Adamski à la 28^e.

• Malgré les bons résultats enregistrés lors des qualifications, nos féminines n'ont pas été en mesure de relever le défi finlandais. Au classement final, nous retrouvons trois Finlandaises dans les... trois premières : Heli Jukkola, Merja Rantanen et Minna Kauppi. La première Française, Capucine Vercellotti, réalise tout de même sa meilleure performance en moyenne distance en terminant à la 20^e place. Karine D'Harreville se place 38^e. Petite déception et petite forme pour Céline Dodin qui pointe à la 29^e place. Anaïs Goffre qui a pris le départ alors qu'elle était malade sort de sa course dès le début. Elle pointe à la 50^e place.

Dimanche 1^{er} juin

RELAIS

Composition des équipes françaises :

- *Dames* : Capucine Vercellotti, Karine D'Harreville, Céline Dodin
- *Hommes 1* : Damien Renard, François Gonon, Thierry Gueorgiou
- *Hommes 2* : Jean-Baptiste Bourrin, Vincent Coupât, Philippe Adamski

Retour à Ventspils (centre de course) pour cette dernière épreuve du Championnat d'Europe 2008. Sur un terrain alternant le très technique et le très courant, l'équipe de France peut être déçue. Il ne lui aura pas manqué grand chose – 3 petites secondes – pour finir sur le podium.

En premier relayeur, Damien Renard termine en 9^e position. Il passe le relais à François qui remonte et passe le témoin à Thierry à la 4^e place. Ce dernier

Résultats, cartes, itinéraires et photos sur www.eoc2008.lv

Photos :
organiseurs des EOC 2008



< Karine D'Harreville : la jeune Vosgienne s'est bien battue sur le relais.

Départ du relais Dames. Capucine Vercellotti (n° 61) est aux avant-postes.



s'efforce de revenir sur le groupe de tête et y parvient, mais une petite erreur le remet à distance. Derrière, le Tchèque Michal Smola le talonne. Thierry réussit à nouveau à rejoindre le groupe de tête mais commet encore une petite erreur. C'est au sprint contre le Tchèque que Thierry doit se battre pour conserver la 4^e place. De leur propre aveu, nos trois Français se disaient légèrement déçus, estimant après analyse de leur course avoir commis une minute de faute chacun. Il en aurait été tout autrement avec trois minutes de moins au compteur des Bleus.

L'équipe de France 2 termine à la 18^e place.

Coté Dames, Capucine Vercellotti en première relayeuse réussit une très bonne course et passe le relais à la 5^e place. Karine D'Harreville, très en forme, résiste bien et transmet à Céline Dodin à la même 5^e place. Ce n'est qu'après le poste spectacle et une erreur de parallèle que Céline voit revenir sur elle le groupe des poursuivantes à qui elle donne le poste. Un peu court physiquement, Céline ne peut suivre la cadence imposée par ses rivales et passe la ligne d'arrivée à la 11^e place. Petite déception donc pour notre équipe Dames qui aurait pu espérer, au vu des courses de Capucine et de Karine, un meilleur destin.



Le podium échappe aux Français pour 3", à 2' 22 des Russes, vainqueurs du relais.

Cette épreuve sonne la fin de ces Championnats d'Europe 2008. L'équipe de France quitte la Lettonie, certes avec un titre de champion d'Europe sur Moyenne distance emporté brillamment par Thierry, mais aussi avec quelques regrets et le sentiment de n'être pas passée loin de résultats plus en adéquation avec son niveau.

10-11 mai / 27^e raid O'bivwak / Plateau de Retord (01)

L'aventure *O'bivwak* continue

Pas facile de faire vivre, en mobilisant exclusivement des bénévoles, une épreuve qui bon an mal an, malgré un contexte de concurrence âpre, accueille près de 1000 équipes, confirme sa notoriété sur le plan national et continue à séduire un public toujours renouvelé. C'est ce challenge que le raid O'bivwak a réussi une nouvelle fois à relever pour sa 27^e édition.



PHOTO THIERRY LARRET

Sur le plateau de Retord (Ain), le O'bivwak a confirmé sa place de leader des raids d'orientation français

Des picotements sous la peau

Ils ont beau avoir l'âge de raison, avoir roulé leur bosse aux quatre coins de l'Hexagone, ou presque, avoir connu des anecdotes croustillantes, touchantes ou des conditions qui font date comme l'an passé, leur ressenti est chaque année le même. Ils, ce sont les bénévoles de la Ligue Rhône-Alpes. Leur ressenti, c'est ce picotement qui leur monte sous la peau au moment où le peloton fourni des concurrents s'élanche pour deux jours de course. Car cette épreuve, ils y sont attachés. Vingt sept ans que ça dure. Vingt sept années à se retrouver les manches pour recueillir, sous le chapiteau de la remise des prix, les compliments des concurrents et leur envie de revenir l'année suivante. Un témoignage qui émane notamment de tous ceux qui viennent sur le raid pour découvrir, en humant un petit parfum d'aventure, la course d'orientation. Un raid qui fédère les clubs de Rhône-Alpes depuis sa création. Une histoire attachante. Une histoire qui a du prix et qui attire chaque année des jeunes bras pour donner un coup de main et faire durer l'aventure d'O'bivwak.

Un raid suspendu à un fil

Pourtant, le contexte est difficile. Concurrence des trails, des multisports ; une discipline, la course d'orientation, qui a du mal à avoir pignon sur rue. Son côté ésotérique effraye. Malgré son quintuple champion du monde, Thierry Gueorgiou. Un champion ignoré de la bulle médiatique. Une injustice médiatique soit dit en passant. Mais aussi la difficulté à trouver des partenaires. Aujourd'hui sans la Région Rhône-Alpes, qui a compris l'intérêt de l'épreuve, qui apprécie sa fréquentation grand public et l'aspect formateur de la course d'orientation, le raid O'bivwak n'aurait pas le même profil et n'offrirait pas les mêmes services. Des services qui font aussi l'attrait du raid.

Chaque année, l'avenir du raid est suspendu à un fil d'araignée. Un souffle de vent contraire. Une baisse de sa fréquentation. Une succession d'imprévus. La directrice du raid Christine Raucoules peut témoigner. Un rien peut faire basculer le raid dans l'oubli. Au sein de la Ligue Rhône-Alpes, personne ne le souhaite. Personne ne le veut. Cette épreuve n'est-elle pas un formidable outil de promotion de la CO jusqu'au plan national ?

On ne construit pas la performance sur du sentimentalisme

S'il y avait une raison et une seule pour que le raid O'bivwak poursuive sa route ce serait celle-là. Et pas la nostalgie de le voir disparaître. On ne construit pas une épreuve performante sur du sentimentalisme. N'a-t-on pas vu cette année des élèves de CM1 et de CM2 du village d'Eymeux dans la Drôme, participer au raid ? A l'initiative de Thierry Maoui, le directeur de l'école. Dans le cadre d'un projet pédagogique conduit sur l'année. Un signe fort pour tous ceux qui croient au raid O'bivwak. Un signe parmi tant d'autres puisés au bilan de cette 27^e édition. Qui du point de vue d'un bon nombre d'observateurs aura été l'un des meilleurs crus de ces dix dernières années. Une réussite sur le plan de l'organisation. Michel Devrieux, le directeur technique national, aura souligné le professionnalisme des bénévoles. Une réussite technique. Les concurrents auront plébiscité la qualité des parcours. Parcours concoctés par un traceur, Eric Perrin, qui sait ce que course d'orientation de haut niveau et de découverte veut dire. Une réussite servie par une carte réalisée par le magicien roumain Marian Cortita et son équipe. Une bijou au 1/20000^e valant une carte au 1/15000^e. Justesse de la végétation, justesse de la sélection des détails du relief. Un travail d'orfèvre qui vaut bien une salve d'applaudissements.



Johann Garde et Romain Brunerie,
les Rhônalpins vainqueurs du parcours A



Pierre Mothe et
Robert Vanel,
Vétérans 1, sur
le parcours C



En fin de peloton sur le parcours B, les difficultés n'altèrent pas la bonne humeur.

Une course qui restera dans les mémoires

Une réussite enfin dramaturgique. Les classements à l'issue de la première étape, notamment sur les parcours techniques, laissaient présager des duels au sommet pour la seconde journée. Nous ne nous étions pas trompés. Le parcours A, réservé à l'élite, aura notamment donné lieu à un mano à mano intense tout au long de la seconde étape. En effet, très vite Laurent Dechavanne et Julien Lantuejoul, revenaient sur Romain Brunerie et Yoann Garde partis 3 minutes devant eux. S'engageait alors une guerre d'intox et une course tactique qui restera gravée pour longtemps dans la mémoire des quatre protagonistes. Le récit qu'ils pouvaient en faire après la course, attablés tranquillement devant le repas servi par l'organisation, laissait entrevoir de la jubilation intérieure et le plaisir qu'ils avaient eu à jouer au chat et à la souris.

Rendez-vous en 2009 en Ardèche

Plus forts techniquement et physiquement, Romain Brunerie et Yoann Garde, auront finalement raison de leurs adversaires, en les poussant à tenir un rythme trop élevé pour eux. Un rythme de nature à commettre des erreurs fatales. « C'est quand ils ont accéléré encore un peu plus fort sur un poste à poste très technique que nous avons compris que nous prenions beaucoup de risques à rester en sur régime » avouait très sportivement Laurent Dechavanne après la course. Et il poursuivait : « Compte tenu de la valeur technique et physique de nos adversaires, notre seule stratégie était d'essayer de les suivre, sans pour autant contrôler au millimètre notre orientation. Nous étions conscients qu'à un moment ou à un autre, nous allions décrocher ou commettre une erreur fatale. » Un bel hommage aux vainqueurs de cette 27^e édition. Des vainqueurs comme ceux de cette année et des duels comme celui-là, on en redemande. Rendez-vous donc en 2009 sur la Montagne ardéchoise.



UNE CARTE DE RÊVE POUR DES POSTE À POSTE TROIS ÉTOILES

Le Plateau de Retord se caractérise par une succession de crêtes nord-sud, séparées par des combes, la plupart du temps occupées par des pâturages. Tracés en traversée du nord au sud, les parcours techniques de la 27^e édition du raid O'bivwak proposaient trois types de poste à poste. Les premiers, perpendiculaires aux formes du relief, nécessitaient de bien définir son choix d'itinéraire. Les seconds, orientés dans le sens des éléments de relief, permettaient d'utiliser le réseau de chemins et de sentiers. Essentiellement physiques, ils imposaient de serrer le frein à main en arrivant sur le poste, toujours situé dans une zone technique. Enfin, des grappes de postes étaient proposées dans les portions les plus techniques comme dans l'exemple ci-contre. Un cocktail qui aura ravi l'ensemble des concurrents.

29-30 mars / courses nationales / Cannet des Maures - Régusse (83)

Faible participation sur les *courses provençales*

Deux Nationales de CO à VTT se disputaient dans le Var le dernier week-end de mars. Ceux qui se sont déplacés n'ont pas été déçus par le temps et le charme des paysages.

29 mars

Le Cannet des Maures

Il a fallu batailler pour obtenir une autorisation et rouler au pays des merveilles. La Plaine des Maures est un endroit particulier, inscrit à l'inventaire européen Natura 2000. Le Conservatoire du littoral qui y veille, rend l'accès difficile à une compétition.

Il faut prendre le temps d'aller faire un tour sur ce site unique en France car d'une richesse faunistique et floristique exceptionnelle. Les plaques rocheuses alternent avec des mares et trous d'eau, des champs d'iris jaunes puis bleues s'offrent à vos yeux, des orchidées ne sont pas rares au printemps (site Internet à consulter : www.coeurduvar.com/fleurs/doc.htm). A ce titre, la découverte du lac des Escarcets constitue une idée de balade facile et dépaysante.

«La Piste de la Tire», nom de la nouvelle carte, est la piste principale à l'ouest du lac (située à droite sur la D558 en direction de Saint-Tropez, à environ 6 km du village du Cannet des Maures). Elle servait de support à cette compétition qui a réuni 71 participants. Pourquoi se donner tant de mal si nos meilleurs orienteurs boudent ces compétitions ? Je crains que les organisateurs ne délaissent cette merveilleuse discipline ! Félicitations à Matthieu Barthélémy qui, malgré sa performance, a été accroché par un Autrichien coriace.

30 mars

Régusse

On recommence avec les mêmes participants – et encore merci à eux – sur la carte «Les Cadenières», nommée ainsi parce qu'en forêt de Pelenc on ramassait les cades (petits fruits d'un genévrier utilisés dans la fabrication d'huile ou de shampoing.)



Résultats complets
et itinéraires sur
<http://co-paca.info/>

Terrain totalement différent de la veille et très roulant par temps sec. A l'arrivée, encore Matthieu qui boucle la distance de 32 km et une dénivellée de 250 m par le meilleur itinéraire en 1 h 24, soit presque 23 km/h. Bravo !

J'ai pris beaucoup de plaisir à voir les coureurs se mesurer et apprécier nos terrains varois, mais j'ai un seul regret : notre discipline se meurt. Ne tirons pas le bilan financier de cette organisation, vous seriez stupéfiés. La CO à VTT n'existera qu'à travers une participation massive et encouragée par les clubs.

A bientôt sur d'autres courses.



Nationale du 29 mars Carte « La Piste de la Tire », extrait du parcours A



Stage intensif au Danemark pour 6 cyclistes du Groupe France

Texte et photos : Madeleine Kammerer

Pour se préparer aux sélections et courses internationales 2008, Matthieu Barthélémy, Madeleine Kammerer, Clément Souvray, Philippe Cahuzac, Jean-Yves Ballot et Miguel Tirbois se sont rendus au Danemark du 17 au 20 avril pour participer à un stage d'entraînement organisé par Peter Sinding Poulsen dans la région de Silkeborg, non loin des terrains du Championnat du monde pédestre 2006. Avec plus de 120 participants de 9 nationalités différentes, ce stage était à l'évidence d'envergure internationale avec les meilleurs mondiaux, chez les hommes (Lasse Brun Pedersen, Beat Schaffner, Beat Okle, Lubomir Tomecek, Victor Korchagin...) et chez les femmes (Mickaëla Gigon, Christine Schaffner).

Trois jours bien remplis

Court mais intensif, il proposait six courses de formats et de technicités différents :

- une course de nuit de type MD pour entrée en matière ;
- deux longues distances, plus proches d'une MD du point de vue du temps de course, dont une sous forme de « one-man-relay » ;
- deux courtes distances, à mi-chemin entre sprint et MD ;
- une ultra longue distance pour finir avec départ en masse et papillon à trois branches.



Clément Souvray lors du «one-man-relay» : le système EMIT n'est pas le plus adapté à la CO à VTT.



Jean-Yves Ballot sur un « monotrace » qui peut devenir dangereux si le traçage invite aux aller-retour sur le même chemin.

Au final, Matthieu Barthélémy finit 4^e du classement général et Madeleine Kammerer 12^e, malgré une course blanche pour chacun d'entre eux pour raison mécanique. Belle performance de Clément Souvray qui se classe 11^e. A noter trois podiums : 2^e et 3^e places pour Matthieu sur longue et ultra longue distance, 3^e place de Madeleine sur longue distance (tous les résultats sur : <http://mtbocamp.dk/results2008/index.htm>).

Objectif Championnat d'Europe 2009

Les six Français ont grandement apprécié les terrains danois, globalement très roulants et vraiment intéressants du point de vue de la lecture de carte, avec de nombreux choix d'itinéraires. Organisation quasi parfaite, hébergement et repas de qualité, bonne humeur générale... les quelques ennuis mécaniques (trois dérailleurs arrière, un dérailleur avant et un bras auxiliaire cassés) et physiques (choc frontal de trois Français lors d'une des courses dont le tracé était quelque peu dangereux, vol plané de Clément après avoir déjanté) n'ont pas entamé l'intérêt du stage qui a permis aux hommes de rouler plus de 160 km et de ramasser une centaine de balises.

Rendez-vous dans un an pour le stage préparatoire au Championnat d'Europe qui se déroulera fin juin au nord de Copenhague.

1^{er}-2 mars / Deux courses nationales / Aix-en-Provence (13) - Château-Arnoux (04)

Les 1^{er} et 2 mars dernier, la ligue de Provence organisait une double épreuve nationale de CO à VTT. Les organisations étaient différentes, mais pas le plaisir procuré.

Samedi, c'est le club d'Aix-en-Provence (l'ACA) qui fournit le plus gros de l'organisation, et bien sûr la carte et les tracés. L'épreuve se déroule à proximité d'Aix, sur le plateau de l'Arbois.

Je connais un peu le coin, je me dis que ça ne sera pas trop compliqué du point de vue orientation et sûrement sans trop de dénivelée non plus. Pourtant, les surprises n'ont pas manqué.

Ça commence par une ferme à autruches à côté de l'accueil, puis le règlement précisant qu'il est possible de quitter les chemins pour couper comme bon nous semble et que l'on peut rouler de chaque côté du canal. Le départ est assez classique et le terrain plutôt roulant, mais ça se complique très vite car le traceur a décidé de jouer au maximum avec les éléments particuliers comme le canal, qu'on peut effectivement utiliser des deux côtés mais dont un des côtés finit parfois sur une impasse. Une autre fois, si on regarde trop grossièrement la carte, ce qui fut le cas pour beaucoup, on ne remarque pas que la balise se trouve en fait 20 m plus bas et on passe au-dessus sans s'en rendre compte.

Le tracé du TGV est également utilisé pour corser l'épreuve, car il impose de bien choisir à quels endroits on peut le traverser et le passage par les buses d'évacuation est particulier. Pour le reste, c'est classique, mais

les circuits offrent de nombreux choix d'itinéraires en jouant sur la cyclabilité et la possibilité d'éviter la dénivelée qui, bien que jamais très importante, coûte tout de même toujours un peu de temps en plus.

Au bonheur du vététiste

Le dimanche, c'est le club de Sisteron (Balise 04) qui prend les choses en mains et propose un terrain nettement plus physique, avec un maillage particulièrement dense. Ce coin est un vrai bonheur pour les VTTistes... s'ils sont costauds. Dès la première balise, le ton est donné avec une zone très dense et un meilleur itinéraire à trouver qui ne saute pas particulièrement aux yeux.

Contrôleur de cette épreuve, j'ai découvert les tracés tranquillement à la maison et, souvent, il fallait du temps pour décider du meilleur itinéraire ; alors à vélo, sans partie vraiment roulante pour étudier la carte, c'était difficile. En général, il valait mieux éviter la dénivelée, car les sentiers n'étant jamais rapides, on pouvait vite se retrouver à ne plus avancer et certaines erreurs coûtaient très cher en temps.

Comme la veille, malgré tout, on s'est fait surprendre par le niveau des tout meilleurs dont Matthieu Barthélémy qui, malgré quelques fautes, boucle le parcours en 1 h 30 alors que le meilleur

rouleur local met 1 h 45 sans lire la carte !

La carte, justement, a causé quelques soucis suite à l'application de la nouvelle norme internationale qui impose une épaisseur de 0,4 mm pour les monotraces et 0,6 mm pour les pistes, ce qui se voit relativement mal en roulant. Du coup, on passe d'un sentier à une piste, ou l'inverse, alors qu'on ne s'y attend pas. Le samedi, c'est l'ancienne norme qui était utilisée (0,35 et 0,6) et cette toute petite différence théorique se voit en fait énormément sur la carte.

Faible fréquentation

Un regret tout de même pour ce week-end : la fréquentation plutôt faible. S'agissant de manches nationales, tout est pensé et fait pour accueillir jusqu'à 500 personnes et en pratique, on ne retrouve guère que 150 participants en comptant les loisirs auprès de qui une publicité importante avait été faite. Dire que le week-end suivant, on retrouvait 350 orienteurs pédestres sur une simple manche du Challenge régional PACA...

A noter également pour cette double organisation, l'engagement important du Conseil général des Bouches-du-Rhône, à l'origine de la carte du Plateau de l'Arbois, et de la commune de Château-Arnoux (04) qui met en place un parcours permanent de CO à VTT complétant avantageusement l'actuel site VTT agréé FFC. Venez donc y faire un tour à l'occasion !



... un projet de développement

La CO est aujourd'hui l'une des activités de pleine nature les plus pratiquées dans les établissements scolaires. L'ambition d'O+ est de faciliter la mise en place de modules Course d'Orientation en 3^e cycle d'école primaire (9-11 ans), puis l'accès à l'activité CO aux jeunes qui le désirent par une pratique de club. Pour ce faire, le projet s'appuie en partie sur les clubs au niveau local.

PHOTO BENJAMIN BILLET



O+ ... un partenariat entre un club et un établissement scolaire

L'enseignant qui prend part à O+ doit rapidement pouvoir être opérationnel pour la mise en place d'un cycle Course d'Orientation.

Grâce au partenariat avec un club local, il peut bénéficier d'une aide pour la réalisation d'une carte d'initiation, ainsi que pour la mise en place de l'activité elle-même d'un point de vue logistique (balises, poinçonnage électronique, etc.) et technique (traçage d'exercices, etc.).

A travers O+, c'est également l'échange d'expériences et les bonnes pratiques entre le monde fédéral et le milieu scolaire qui sont valorisés. Cette pratique « découverte » peut ensuite aboutir à une pratique « sportive » dans divers cadres : associations sportives scolaires, clubs, etc.



PHOTO FFCO



2011 : la France accueille les Championnats du monde de Course d'Orientation

En août 2011, la France accueillera les Championnats du monde de Course d'Orientation dans le département de la Savoie, sur les sites de Chambéry, Aix-les-Bains et sur le plateau du Grand Revard. Les orienteurs français attendent cet événement avec impatience depuis plus de vingt ans et les derniers Championnats du monde disputés en France. Organiser un tel événement en France constitue une réelle opportunité, à la fois de mieux faire connaître notre activité auprès du grand public, mais aussi de se mobiliser autour d'un large projet de développement pour notre discipline : le projet O+.

O+ ... un projet de club à travers le label «Club+»

O+ n'existe qu'à travers la volonté du club de s'investir dans le projet. Les clubs qui souhaitent s'engager dans une action de développement auprès des jeunes trouveront avec O+ des outils d'accompagnement et une mise en valeur de leur investissement. Les clubs dont la candidature est retenue obtiennent le label « Club+ ».

O+ ... un réseau de cartes d'établissements et de proximité labellisées «CartO+»

Le label « CartO+ » va permettre d'identifier et mettre en place un vaste réseau de cartes d'initiation sur la France entière. Ces cartographies, que ce soient des cartes d'établissement ou des cartes de proximité, auront la même symbolique spécifique et seront facilement identifiables à travers une charte graphique commune.

destiné aux jeunes

- O+ propose aux clubs, aux enseignants et aux enfants :
 - > des fiches pédagogiques,
 - > des pratiques adaptées sur des cartes spécifiques, à l'intérieur et hors de l'école,
 - > un grand rendez-vous national en 2011.



PHOTO BENJAMIN BILLET

> O+ PRATIQUE

O'abc

O'abc est un support didactique mis à disposition des enseignants qui souhaitent intégrer le projet O+ avec leur classe. Ce support, composé de fiches pédagogiques, peut s'accompagner à la demande de l'enseignant d'une formation mise en place en collaboration avec le club partenaire.

O'tour

O'tour (de l'école) est une demi-journée de pratique de l'activité course d'orientation, à l'intérieur ou à proximité immédiate de l'établissement scolaire, telle qu'elle est organisée dans le cadre fédéral (carte aux normes IOF, balises et système de pointage électronique SPORTident™).

O'défi

O'défi est une rencontre inter-établissements de une ou plusieurs demi-journées organisées dans le cadre d'un partenariat entre établissements scolaires, clubs FFCO et associations sportives scolaires.

O'record

O'record est une journée nationale dédiée à la pratique de la Course d'Orientation qui se déroulera en juin 2011. Elle rassemblera le plus grand nombre possible de pratiquants, scolaires et licenciés, sur des épreuves de Course d'Orientation dans toute la France au cours d'une même journée.

O'camp

O'camp est un stage de Course d'Orientation d'une semaine ouvert à tous les enfants âgés de 11 à 14 ans. Il se déroule chaque année en juillet dans le Parc naturel régional du Haut Jura.

PHOTO FFCO



O+ dispose de son propre site Internet : www.o-plus-ffco.fr et d'une plaquette de présentation disponible sur simple demande

Contacts via le site web :

Benjamin Billet (responsable Commission Jeunes FFCO)
et François Gonon (Equipe de France Senior), chefs de projet

29-30 mars / TNRMS / Raid des Dentelles de Montmirail / Malaucène (84)

Les Dentelles sous toutes les coutures !

Où comment commencer par le dessert

Première manche du TNRMS de la saison, le raid des Dentelles de Montmirail était fort attendu. Après une première édition en 2007 qui avait laissé des souvenirs plein la tête aux participants, les organisateurs avaient du pain sur la planche pour proposer un parcours aussi sensationnel. Dans le petit monde du raid multi, lorsqu'une épreuve de grande qualité est proposée ça se sait vite et pour ce raid, organisé par l'équipe 400 Team et le club de l'OPA (Orientation Passion Avignon), ce fut bel et bien le cas avec le compteur des inscriptions affichant complet plusieurs jours avant la date limite. Quantité certes, mais également qualité, car avec plus de dix équipes pouvant prétendre à la victoire, on avait rarement vu un tel plateau au départ d'un raid.

1^{re} étape : les orienteurs à l'honneur

Le format de la première journée avait quelque peu évolué, car là où en 2007 il s'agissait d'un gros prologue, cette année était au programme un « vrai » premier jour de raid avec pas moins de sept sections, le tout en orientation.

Après le briefing sous un soleil radieux, le départ est donné dans les rues de Malaucène pour une première section run and bike. Et déjà, les équipes en forme peuvent faire valoir leur physique car les premières côtes se profilent dès la sortie du village. Ainsi Sport 2000 Lafuma et Raid Nature 46 creusent le trou, mais au sommet ils bifurquent un chemin trop tôt et doivent revenir sur leurs pas pour pointer la première balise.

Au terme de cette section, le peloton est étiré mais pas vraiment disloqué. La CO urbaine suivante dans le village du Barroux, très spectaculaire, permet aux orienteurs de s'en donner à cœur joie, tandis que d'autres tombent dans les pièges du traceur. Devant, ça reste très ouvert, une dizaine d'équipes est dans un mouchoir de poche. Les choses sérieuses commencent alors avec une section de CO à VTT. La pente commence à se raidir sur de magnifiques sentiers et les équipes d'orienteurs prennent les devants : on retrouve les Ardéchois de Raidlink's emmené par Adrien Lhermet ainsi que Columbia LSN aux avant-postes. Les écarts sont faibles et la moindre hésitation ou fatigue est fatale. S'ensuit alors un gros trail'O au cœur des Dentelles avec vue imprenable sur toute la région et notamment le géant qui sera au menu du dimanche : le Ventoux. Tout cela couronné par une *via corda* qui mène sur les crêtes : magnifique !

Les costauds reprennent les devants sur les pentes des Dentelles, et Sport 2000 Lafuma suivi de Raid Nature 46 renforcent les VTT en tête pour la dernière section de suivi d'itinéraire. Une section plutôt descendante avec lecture fine de la carte qui modifie à nouveau la tête de course. Raidlink's rentre devant, suivie de près par Raid Nature 46 ; derrière, en quelques minutes on retrouve Columbia LSN, Raidlink's 2, Vaucluse Aventure Évasion et Sport 2000 Lafuma. On pourrait dire : « une première journée pour rien », si ce n'est en prendre plein les yeux tant les paysages sont grandioses et les sentiers sympathiques.



2^e étape : nuit, froid et vent

C'est dans les alentours de la station du mont Serein, sur les pentes du Ventoux, que les organisateurs proposent la CO nocturne. Tactique de rigueur : entre les pénalités en cas de dépassement du temps imparti, le calcul des minutes par balise et le choix d'itinéraire, il faut vite s'organiser. Relativement peu technique, histoire de ne pas perdre tout le monde en forêt, cette étape de nuit n'en reste pas moins intéressante. Les équipiers de Sport 2000 Lafuma réalisent le meilleur temps, leur permettant de reprendre la tête du général pour quelques secondes et surprendre tout le monde sur leurs qualités d'orienteurs.

3^e étape : Sport 2000 Lafuma en force

Au petit matin, avant les premiers rayons du soleil et après une courte nuit de sommeil, les concurrents se retrouvent à nouveau à Malaucène pour le départ de l'ultime étape en chasse avec les écarts de la veille.

La journée risque d'être longue avec en point d'orgue le tant redouté Ventoux. Sport 2000 Lafuma s'élance à 7 h 15 précises, suivie de près par Raidlink's AB et Raid Nature 46. 7 minutes plus tard, Columbia LSN, Vaucluse Aventure Évasion et Raidlink's TG s'élancent en quelques secondes. La première section à VTT en suivi d'itinéraire fait relativement peu d'écarts et mène au départ de la CO à échelle 1/5000^e qui causera plus d'erreurs et de chamboulements : Sport 2000 Lafuma sort devant mais commet une erreur lui coûtant une pénalité de 7'. Derrière, alors que Columbia LSN et Vaucluse Aventure Évasion recollent aux Ardéchois, Raid Nature 46 peine et laisse échapper de précieuses minutes. Arverne Outdoor fait également une belle CO et grappille quelques secondes sur ses concurrents.

Vient alors le gros morceau de la journée : une section VTT de 27 km avec plus de 1300 m de dénivelé positif. Tout va se jouer là : Sport 2000 Lafuma réalise une montée fulgurante ; derrière, les Ardéchois serrent les dents alors que Columbia LSN explose, laissant passer tout à tour Vaucluse Aventure Évasion et Raid Nature 46. L'équipe mixte Sport 2000 Lafuma composée des expérimentés Myriam Gillot et Jacky Boisset fait également une montée impressionnante, reprenant bon nombre d'équipes parties devant. A la station du mont Serein, les écarts sont importants mais la course n'est pas terminée. Même si les organisateurs ont été contraints de supprimer 2 balises sur le sommet du Ventoux pour cause de vent, reste tout de même une belle CO sur photo aérienne avec quelques centaines de mètres de dénivelé sur les pentes abruptes et enneigées du Ventoux. Vaucluse Aventure Évasion en profite pour ravir la seconde place à Raidlink's AB. Et pour finir,

que du plaisir : une descente vertigineuse de 10 km sur des sentiers toujours plus étroits et plus techniques les uns que les autres. Sport 2000 Lafuma se fait peur avec une erreur d'orientation, mais leur avance est telle qu'ils conservent la gagne. Vaucluse Aventure Évasion prend la seconde place devant les Ardéchois de Raidlink's qui complètent le podium. En mixte, Sport 2000 Lafuma écrase ses adversaires et se paye le luxe de terminer 7^e au scratch.

Conclusion : rien à redire, un organisation super sympathique, des parcours faisant la part belle à l'orientation, la technique et les paysages splendides du Vaucluse, et des gerguez à l'arrivée ! Que peut-on souhaiter de mieux sinon qu'il en soit ainsi sur toutes les manches du TNRMS 2008 !



31 mai - 1^{er} juin / TNRMS / Défi Nature SQY / Saint-Quentin-en-Yvelines (78)

Arverne Outdoor l'emporte en Ile-de-France



Après un trail de dispersion, report des postes pour la CO de nuit

La dernière édition du Défi Nature SQY, avec pour centre de course la base de loisirs de Saint-Quentin-en-Yvelines, a permis aux participants de découvrir les massifs forestiers entourant cette ville nouvelle d'Ile-de-France. Le samedi, pour les participants du Raid Expert, des photos aériennes servaient de support aux liaisons à VTT pour conduire les équipes sur les lieux des manches chronométrées : VTT en suivi d'itinéraire sur carte IGN dans la forêt du Manet, course d'orientation au score de 45' sur la carte technique de Champ Garnier, road book VTT.

Duel en mini-golf

Une nouvelle liaison à VTT conduisait ensuite sur le site de la colline d'Élancourt, zone où auraient dû se dérouler les épreuves olympiques de VTT de feu « Paris 2012 ». Là, une épreuve VTT en relais les attendait sur des singles tracks afin de faire plaisir aux cyclistes. Pour terminer cette première journée, après une dernière liaison, place à l'épreuve surprise : un duel en mini golf afin de récupérer un maximum de 5 minutes de bonus entre deux équipes.

Le dimanche, réveil matinal pour un départ à 4 heures ! Les participants du **Raid Aventure** se joignent à ceux du **Raid Expert** pour partager le même parcours. Au menu : une boucle de trail pour disperser les équipes avant une CO de nuit de 6 postes, à positionner correctement au carré de report. Une liaison à VTT conduisait ensuite les raiders dans la forêt

de Bois d'Arcy pour une CO en ligne sur carte IOF. La barrière horaire de 8 h à la sortie de la forêt a permis aux équipes de gérer leur CO afin d'être de retour sur la base de loisirs à temps pour une section d'O-Canoë, en mémo poste à poste. Ensuite, dernière épreuve chronométrée avec un run & bike (un VTT pour 3) de 8 km pour achever l'effort collectif.

Débutant, Aventure, Expert

Pour terminer cette belle matinée, il ne restait plus que les épreuves techniques : un

équipement au tir à l'arc, un à l'escalade et le plus téméraire au saut à l'élastique pour un plongeon de 50 mètres !

Pendant que les participants Expert et Aventure disputaient leurs épreuves techniques, était donné le départ du raid Débutant.

Le Défi Nature de Saint-Quentin-en-Yvelines s'adressait à un large public, du raider en herbe au raider chevronné, soit 108 équipes. Fidèle à sa politique de développement de l'activité orientation, le GO78 – club organisateur –, veut satisfaire le plus grand nombre.



L'équipe Arverne Outdoor, vainqueur du Raid Expert : William Bouvier, Franck Louvet et Frédéric Parzych

> RAID EXPERT, LES RÉSULTATS

49 équipes de 3 raiders pour ce Raid Expert 2008

1. Arverne Outdoor
2. Chantonnay Raid Préaud
3. Esprit Raid O'Féminin (1^{re} féminine)
4. Génération Raids
5. Let's GO78 Puissance 3 (1^{er} mixte)

Le Raid Expert SQY, format support du Trophée National des Raids Multisports 2008, a attiré de belles équipes composées de sportifs de renom parmi lesquels quelques « vedettes » de notre Fédération : Esprit Raid O'Féminin avec Madeleine Kammerer, athlète de haut niveau en CO à VTT, et Arverne Outdoor avec William Bouvier, triple champion de France de Raid Orientation pédestre. Leur présence sur le Défi Nature SQY aura permis de les rencontrer et de poser les mêmes questions à un orienteur pédestre et une orienteuse cycliste.

William Bouvier

> *Orienteur titré, quel est ton palmarès ?*

Avec Frédéric Parzych, nous sommes triples champions de France des raids d'orientation 2005, 2006 et 2007. En 2004, nous nous étions classés troisième du Championnat.

Personnellement, j'ai participé avec l'équipe de France militaire de course d'orientation aux Championnats du monde en 2004 (Pays-Bas), 2005 (Finlande) et 2007 (Croatie). J'espère participer à ceux de 2008 en Lituanie. Je figure régulièrement parmi les 20 premiers du Championnat de France (MD ou LD), podium aux 3 Jours du Sud-Ouest 2008, place d'honneur sur les 5 Jours de France et d'Aveyron en élite...

> *Quel est l'entraînement type de ta semaine ?*

L'entraînement est basé sur trois principes : l'endurance, la technique, les automatismes. En fonction de mes disponibilités professionnelles, j'essaie de maintenir 2 heures d'entraînement quotidien, en alternant les sorties à vélo de route ou VTT, les séances de courses (footing, endurance, piste) et les CO.

Semaine type :

- **Lundi** : 30' footing + ppg + étirement le matin
2 heures de vélo route (60 km + 800 m)
- **Mardi** : 30' pompes, abdominaux le matin
1 h 30 d'endurance + 15' ppg (20 km + 400 m)
- **Mercredi** : 30' footing + ppg + étirement le matin
2 heures de vélo route (65 km, dénivelé 300 m)
- **Judi** : 30' le matin - 1 h 15 piste + ppg + 30' de simulation CO
- **Vendredi** : 2 h de vélo route (60 km, dénivelé 800 m) ou 1 h 30 de CO
- **Samedi** : 45' pompes, abdominaux + ppg + étirement le matin
- **Dimanche** : compétition ou 4 h de VTT (80 km + 1000 m)
ou 3 h de CO spécifique

Malheureusement, les séances du matin se font vers 5 h 30 / 6 h et les autres sur la pause du midi, empêchant ainsi une alimentation correcte. Parfois, les séances ont lieu le soir vers 20 h (à la frontale l'hiver).

> *Comment es-tu arrivé dans le raid multisports ?*

Spécialiste des courses sur route entre 1995 et 1998 (victoire sur 10 km et 15 km en Ile-de-France et en Bretagne), j'ai basculé ensuite sur les trails et les courses vertes. En 2001, j'ai couru mon seul marathon en 2 h 32 au Mont-Saint-Michel.

En 1999 et 2000, j'ai goûté au multisport avec les raids SFR et d'autres comme la Transtalmondaise et le Burgondia.

En 2003, j'ai découvert la course d'orientation et les rand'orientation. Par la suite, j'ai abandonné la course sur route pour privilégier la CO et continuer sur les trails.

En 2006, j'ai eu l'opportunité de refaire du raid multi (3^e Transmarocaine puis 2^e Boliviana avec Fred). En 2007, nous avons à nouveau participé à ces compétitions en nous classant 2^e de la Transmarocaine puis 1^{er} de la Boliviana.

Depuis, nous avons créé le Team Arverne Outdoor pour pratiquer de manière plus conséquente les raids multi tout en conservant notre priorité sur la CO et les raids d'orientation.

Maintenant, je peux décomposer la saison comme suit : 65 % CO, 30 % multi et 5 % trails.

L'année 2008 est très satisfaisante avec des victoires sur le Raid 28, les Défis vert CANCA - Drôme et Corrèze (en équipe de 4), le Raid SFR Auvergne, le Raid ATO, sans compter les podiums aux Dentelles de Montmirail.

> *Que t'apporte le raid multisports pour ta spécialité de base ?*

A priori, pas grand chose. Le multisports est, pour moi, une plus-value dans l'entraînement et le perfectionnement physique. L'enchaînement des disciplines, la durée de l'effort, les terrains rencontrés et les difficultés des compétitions permettent d'accroître la résistance physique et de donner du volume. En terme de technicité CO, l'apport est faible car la plupart des raids se font sur des cartes IGN.



Madeleine Kammerer (au centre) et ses deux équipières d'Esprit Raid O'Féminin : Emilie Lecomte et Anne-Soisig Steunou

PHOTO MICHEL EDIAR

Madeleine Kammerer

> *Orienteuse titrée, quel est ton palmarès ?*

Equipe de France de CO à VTT depuis 2005. Meilleurs résultats :

- En relais : championne d'Europe (2007) et 3^e aux Championnats du monde (2005), championne de France (2007)
- En individuelle : 10^e en sprint (Championnat d'Europe 2006), 15^e en MD (Championnat du monde 2007), 15^e en LD (Championnat d'Europe 2007), vice-championne de France (2007)

> *Quel est l'entraînement type de ta semaine ?*

Pas de semaine type. Variation du contenu selon la saison, la charge de travail, les conditions météorologiques, les blessures. Environ 10 h d'entraînement par semaine, et plusieurs stages (VTT au Portugal, au Danemark, en Provence ; ski de fond). 3000 km de vélo (route et VTT) depuis janvier 2008.

En moyenne 5-6 entraînements par semaine :

- 1 séance vélo intensité (1 h / 1 h 30) et une sortie longue (3 h / 3 h 30) sur route, VTT ou home trainer
- 1 séance à pied
- 1 séance orientation (VTT ou pédestre)
- 1 compétition (CO, VTT, raid)
- 1 séance de natation
- 2 séances courtes de PPG

> *Comment es-tu arrivée dans le raid multisports ?*

Par les raids SFR universitaires, après avoir cherché pendant plusieurs années le sport qui pourrait me faire arrêter la gymnastique sportive, que j'ai pratiquée pendant 20 ans.

Je me suis vite prise au jeu, avec un côté un peu « boulimique » au début ; mais avec l'expérience, je cible maintenant les raids multi qui m'intéressent (dominante orientation et VTT).

> *Que t'apporte le raid multisports pour ta spécialité de base ?*

C'est le raid multisports qui m'a fait découvrir la CO à VTT. Les raids multi m'apportent :

- du foncier,
- de la motivation car en équipe,
- la pratique de différentes formes d'orientation (échelle, type de cartes ou du support graphique, principe de course, ...)
- mais aussi, parfois, de la fatigue...

Un peu d'ordre dans tous ces *softs*...

La gestion électronique de la course impose l'utilisation d'un certain nombre de logiciels adaptés pour une organisation sans faille. Il faut tout d'abord différencier les logiciels permettant de gérer le matériel (stations SPORTident) des logiciels permettant de gérer les différents formats de courses.

1 Au niveau des logiciels permettant de gérer le matériel, vous aurez à utiliser SI-Manager (version 9.8 du 27.3.2002) ou SI-Config (version 1.431 du 2.11.2007, valable jusqu'au 1.11.08).

Le premier logiciel a été réalisé par la société Sportsoftware afin de programmer les stations de contrôles de génération 4/5/6 en mode compétition ou entraînement. Il peut également servir à lire les puces des poseurs pour vérifier le bon fonctionnement et la bonne programmation des boîtiers le matin de la course.

Le second logiciel a été créé dernièrement par SPORTident pour gérer les nouvelles générations de stations (v7/8) qui sont, par défaut, toujours en mode veille.

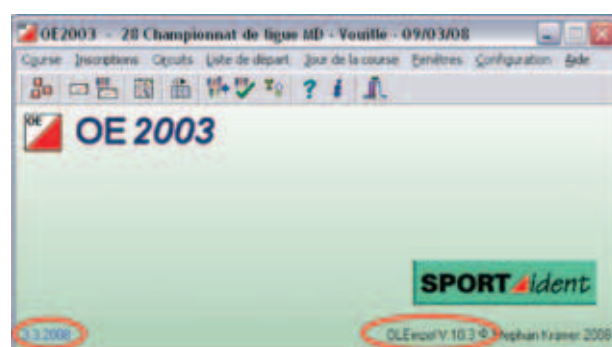
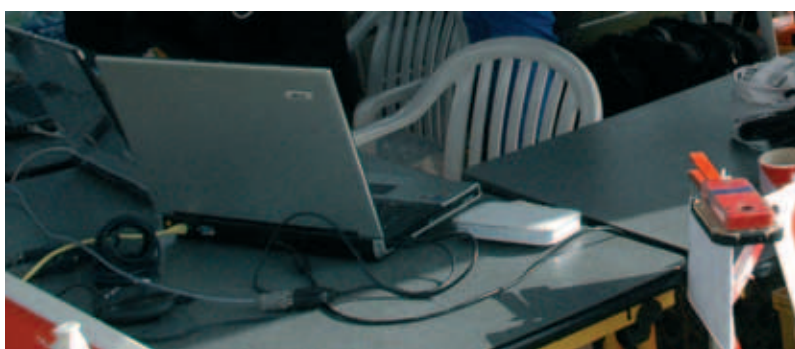
Il est fortement conseillé de n'utiliser SI Manager qu'avec des stations BSx 4/5/6 et Si config uniquement avec les stations BSx7/8, chaque logiciel ayant été conçu pour prendre en compte les spécificités des différentes versions de stations.

Dans cette partie, il existe également d'autres logiciels proposés par SPORTident pour gérer le matériel. Il s'agit de SI-boot (voir O'Mag n° 94), qui permet de mettre à jour ces stations, SI-Print (pour modifier le modèle des tickets d'impression de l'imprimante thermique), et SI-Personnal (pour personnaliser ses puces 6/8/9/p/t.)

2 Au niveau des logiciels permettant la gestion de vos courses, Sportsoftware propose une large gamme de logiciels permettant de répondre à toutes vos situations :

Nom du logiciel	Utilité	Version actuelle
AM 2003	Créer une archive à partir de l'export de la base des licenciés pour pouvoir inscrire facilement les coureurs en important automatiquement N° de licence, N° de puces,...	10.3 du 26.2.07
LM 2003	Permet de personnaliser vos tickets de résultats remis au courant dans toute la gamme SportSoftware.	10.3 du 26.2.07
OE 2003	Organisation de courses individuelles, avec ou sans départ en masse, avec ou sans papillons.	10.3 du 3.3.08
OE Score	Organisation de course au score individuelle.	10.3 du 3.3.08
OE Speaker	Animation de courses individuelles (s'installe et s'utilise avec OE 2003).	10.3 du 3.3.08
OE Sprint	Organisation de courses individuelles comportant des qualifications / finales.	10.3 du 26.2.07
OE Finish	A utiliser avec le kit Sprint de SPORTident pour avoir un chronométrage au 1/10 ^e de seconde avec le logiciel OE2003.	10.2 du 13.10.05
OS 2003	Organisation de courses relais.	10.3 du 3.3.08
OS Speaker	Animation de courses relais (s'installe et s'utilise avec OS 2003).	10.3 du 3.3.08
OS Finish	A utiliser avec le kit Sprint de SPORTident pour avoir un chronométrage au 1/10 ^e de seconde avec le logiciel OS2003.	10.2 du 13.10.05
OT 2003	A utiliser pour les courses en équipes avec répartition de postes obligatoire/optionnels (notamment aux Chpt UNSS).	10.2 du 21.5.06
MT 2003	Organisation de courses individuelles à étapes, avec ou sans départ en masse, avec ou sans papillons.	10.3 du 26.2.07
MT Points	Idem MT2003 mais en utilisant un système de points (course au score)	10.3 du 26.2.07
Multisports	Utilisation en raid multisports.	10.1 du 26.1.05

PHOTO JACQUES CHARLES



Vous retrouverez pour chaque logiciel de la gamme SportSoftware la même logique concernant les menus, gestion des archives, etc.

A noter qu'il existe un logiciel développé par Tak-soft (<http://www.tak-soft.com/>), SIME (pour SPORTident Mini Event) permettant de gérer de petits événements (entraînement,

scolaire, etc.). Comme pour tout autre logiciel, les mises à jour sont publiées pour être installées... Actuellement, la plupart des logiciels Sportsoftware sont disponibles en version 10.3 du 3.3.2008. Pour savoir si vous possédez ou non la dernière version, regardez sur la dernière ligne en bas de la fenêtre du logiciel, vous aurez la date à gauche et la version à droite comme indiqué ci-dessus.

La mise à jour est gratuite pour tous les possesseurs d'une licence 10.x

Enfin, pour les utilisateurs de Vista, un didactel visant à faciliter l'utilisation de la gamme SportSoftware a été réalisé par Bernard Raud. Il est disponible en téléchargement sur le site fédéral, rubrique « Vie des clubs et SI » > « Matériel SPORTident » puis logiciel.

Éviter *les pièges* du relais

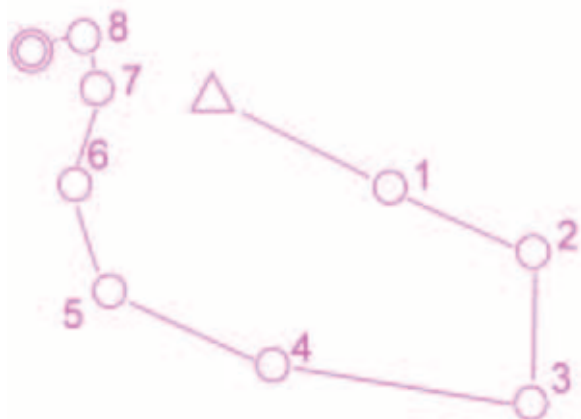
Que l'on soit traceur ou contrôleur d'un relais, les regards se portent en premier lieu sur la vérification des combinaisons car de mauvaises attributions entraînent une inéquité dans le déroulement de la course. Voici une méthode de contrôle qui devrait vous faciliter la tâche.

Avec le traçage sous OCAD, les erreurs sont de plus en plus limitées, mais trop souvent encore certaines échappent aux yeux les plus attentifs. Pour le traçage d'un relais, j'ai conçu cette technique, certes enfantine, mais qui semble particulièrement efficace pour limiter les risques d'erreur dans les attributions des combinaisons. Je vous invite donc à tester ce principe basé sur l'attribution de couleurs spécifiques aux balises utilisées pour les branches des fourches.

Lançons OCAD et suivons la méthode pas à pas (pour faire simple nous prendrons l'exemple d'un seul circuit avec des variantes) !

a) Création d'un nouveau fichier avec la carte-modèle en support de traçage.

b) Traçage du circuit type sans aucune fourche, on s'emploie surtout à donner la forme au circuit en fonction des impératifs (départ, arrivée, niveau technique, longueur, ...). Voir ci-dessous.



c) On ajoute les postes nécessaires à la création des fourches (exemple : 2 postes de plus fois 3 fourches).

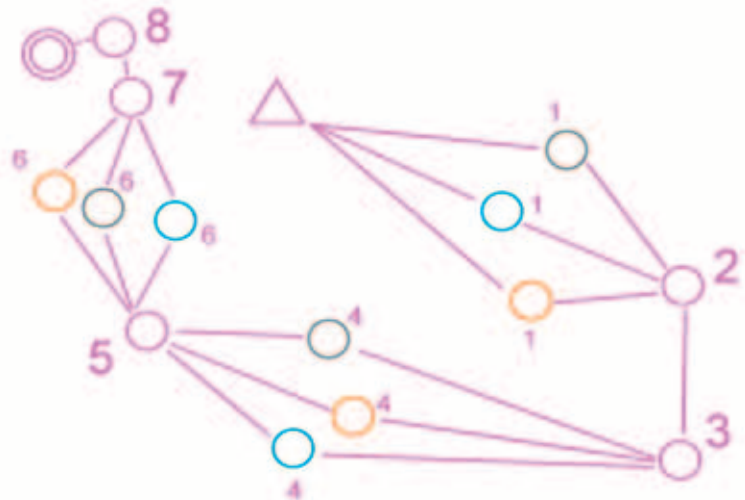
d) On crée une couleur orange avec par exemple 100 % jaune / 50 % magenta / 5 % noir (que l'on nommera « Corail »), puis on duplique 3 fois le symbole 702.0 « Poste de contrôle » (le cercle violette).





e) Ensuite, on transforme les 3 symboles dupliqués en modifiant leur couleur et leur icône (pour plus de lisibilité) ; on va donc changer un cercle violette en noir 50 %, un en bleu et un en corail.

f) La prochaine étape consiste à remplacer les symboles violette des balises des fourches (3 fois 3 dans notre exemple) par un « Argenté » (noir 50%), un « Bleu » et un « Corail » ; nous avons donc désormais 3 cercles « Argenté », 3 « Bleu » et 3 « Corail » correspondant aux balises respectives des 3 fourches.

g) L'étape suivante peut consister à répartir les couleurs (par exemple une fois à gauche, une fois à droite et une fois au centre pour chaque balise).

h) Le circuit avec ses 3 fourches à 3 branches est terminé ; il peut donc accueillir 27 relayeurs sur des combinaisons différentes. Voir ci-après.



-  Balises communes à tous les circuits
-  Balises combinaison A
-  Balises combinaison B
-  Balises combinaison C

i) Maintenant, il ne nous reste qu'à vérifier les combinaisons créées par vos soins ou issues de votre fichier OS2003, en utilisant votre fichier OCAD avec les balises en couleur. Pour cela, il vous faut faire une petite gymnastique pas très complexe et assimiler les branches « A » aux balises de couleur « Argenté », les branches « B » à celles de couleur « Bleu » et les « C » aux balises « Corail ». En visionnant votre liste de combinaisons et votre fichier OCAD à l'écran, il vous est ainsi facile de vérifier que votre circuit OCAD créé comme « AAA » par exemple passe bien par les balises « Argenté », « Argenté » et « Argenté », ou par exemple que le circuit « ABC » passe par « Argenté », puis « Bleu », puis « Corail ».

j) Après avoir sauvegardé, il ne vous reste plus qu'à remplacer vos balises des 3 couleurs par des balises du symbole initial en violette, et le tour est joué !

Pour ceux souhaitant utiliser plus de 3 couleurs ou d'autres noms, je vous invite à visiter le site <http://pourpre.com> qui regroupe les références de centaines de couleurs avec un classement par ordre alphabétique.

Nota : les erreurs peuvent survenir dans la création des combinaisons, mais des tableaux existent, sinon je conseille de faire des tableaux de contrôle. Il suffit d'additionner les combinaisons des 3 relayeurs (dans notre exemple) et de bien vérifier que chaque somme fasse « A+B+C » pour chaque fourche. Pour plus de lisibilité, faire des tableaux verticaux et non horizontaux avec les combinaisons des équipiers (toujours lire les sommes verticalement).

> EXEMPLES

TABLEAU DE VÉRIFICATION

Relayeurs	Combinaison		
Équipe 1			
Premier relayeur	A	A	A
Deuxième relayeur	B	B	B
Troisième relayeur	C	C	C
Total équipe	ABC/ABC/ABC		

Équipe 2			
Premier relayeur	B	A	C
Deuxième relayeur	A	B	B
Troisième relayeur	C	C	A
Total équipe	ABC/ABC/ABC		

Équipe 3			
Premier relayeur	C	B	C
Deuxième relayeur	B	A	A
Troisième relayeur	A	C	B
Total équipe	ABC/ABC/ABC		

Équipe FAUSSE 1			
Premier relayeur	A	B	C
Deuxième relayeur	C	A	B
Troisième relayeur	B	C	B
Total équipe	ABC/ABC/BBC		

Équipe FAUSSE 2			
Premier relayeur	B	B	A
Deuxième relayeur	A	C	B
Troisième relayeur	A	A	C
Total équipe	AAC/ABC/ABC		





Équipe ???			
Premier relayeur	A	B	C
Deuxième relayeur	B	C	A
Troisième relayeur	A	C	B
Total équipe	???/???/???		


Alors, dernière équipe... relais équitable ou pas ? Si j'ai été clair, il y aura 100 % de bonnes réponses ; sinon il faudra encore réviser tout cela !










Les Défs : codes et jargon (épisode II)


La codification internationale des définitions permet la compréhension de tous. Mais que se cache-t-il derrière ces symboles : langage commun, vocabulaire savant ou terminologie propre à la CO ?

Continuons l'étude de nos défs, et des différences entre les définitions du langage courant et celles des orienteurs, en nous attachant maintenant au groupe des «Ambigus». Pour eux, les définitions sont proches, mais notre perception est légèrement différente, pour une question soit de sémantique fine, soit de dimension.




Tout d'abord, la grande famille des cailloux. Il s'agit toujours de fragment de roche dure, les termes variant selon leur dimension et leur nombre. Le  : bloc de grande taille, protubérant, qui repose sur le sol par une petite surface. Isolé, il a toujours fasciné les populations ; il attire aussi le poste ! Quand les fragments sont de tailles plus réduites et amassés, lavés des débris fins par l'eau, ce sont des nappes de pierres, ou, plus dynamiques, des coulées de pierres, des cônes ou tapis d'éboulis ; mais pour les orienteurs ils sont indifféremment regroupés dans . La distinction se fait plutôt selon l'origine naturelle ou humaine de ces accumulations ; ainsi le  fait plutôt référence aux accumulations coniques ou allongées, lentement constituées par l'épierrage d'un champ ou la destruction d'un mur ; c'est le «murger» des géographes. Enfin, entre le pierrier et les rochers individualisés, l'orienteur ajoute la , sorte de chaos de blocs, difficile à définir et différent selon les terrains.

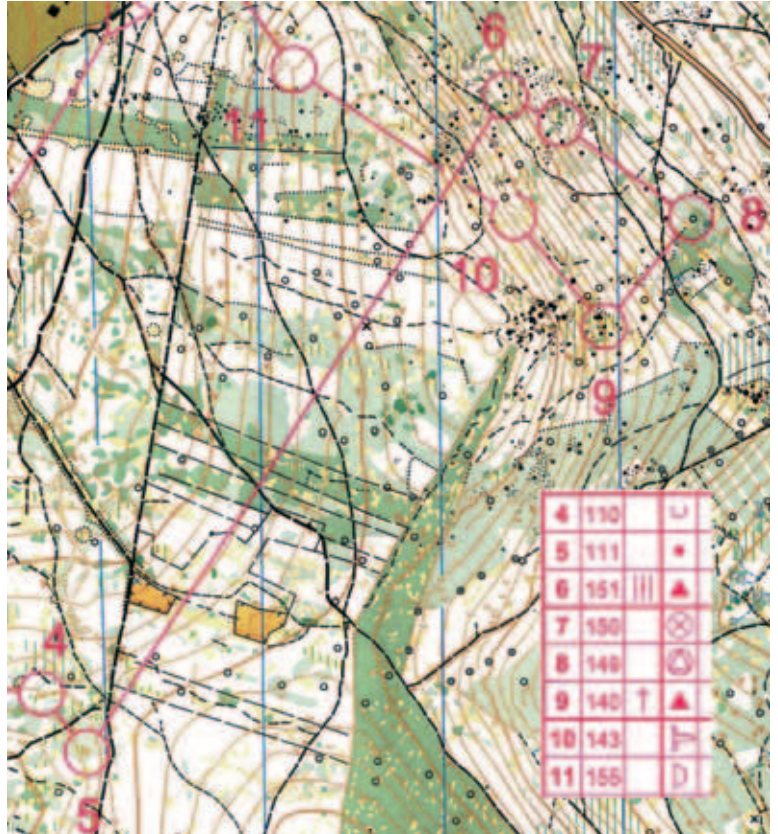
Ensuite, la . Deux termes pour une seule déf, qui pourraient se limiter à cavité. En effet, si les dictionnaires distinguent caverne et grotte simplement par leur dimension, c'est surtout l'ensemble de l'excavation que ces mots désignent, qu'elle soit nettement ouverte sur l'extérieur ou plus difficile d'accès. Or pour la CO, c'est uniquement l'orifice se situant dans le versant qui intéresse ; il est rare que le poste soit véritablement au fond de la grotte ! On le trouve même souvent dans une simple anfractuosité, juste sous une partie rocheuse en saillie, ou encore sous un surplomb, une voûte rocheuse en porte-à-faux. Dans ce cas, il faudrait plus parler d'encorbellement que de cavité.

Pour les éléments de végétation, l', la , le , la , le  ne posent pas de problème, tout comme la , dont la vocation de clôturer qu'on retrouve dans les dictionnaires rejoint son caractère non traversable. La distinction entre le , touffu, bas, tout aussi impénétrable, et le petit groupe d'arbres du  est aussi sans équivoque. Mais tout ceci ne fait que compenser le cas très particulier de la . Pour le dictionnaire, c'est ce qui reste du tronc en terre, avec les racines, quand l'arbre a été coupé. Pour l'orienteur, il est utilisé aussi pour un arbre basculé par le vent, ou tombé de vétusté (que le tronc soit cassé, coupé, ou non), laissant apparaître les racines ; c'est exactement le chablis des dictionnaires, applicable pour un bois comme pour un arbre. Et le géomorphologue inclut même, dans ce chablis, la partie arrachée du sol et la butte qu'il forme... On touche ici le débat entre orienteurs quand il faut représenter, entre croix verte, croix bistre et point bistre, cet élément !

Enfin, pour le , les dictionnaires se contentent du sentier rectiligne de division forestière, alors que pour nous ce peut être des marques alignées, un petit fossé ou encore un espace étroit déboisé, idée qu'on ne retrouve pas dans la définition du layon... mais dans celle de la laie !



Mais la principale source d'ambiguïté dans la comparaison des définitions est liée au fait que nos défs ont recours à une terminologie utilisée pour des éléments de bien plus grande taille !



,  et  sont des zones de relief allongé et en pointe, perpendiculaire aux versants, se détachant, formant parfois un replat. Mais pour les dictionnaires, éperon, arête et terrasse sont






Une carte du CD 42, Le Tremplin du Bessat, riche en défs « ambigus »

des parties situées en avant d'un relief important : l'éperon et la crête d'une montagne, l'éperon rocheux, l'extrémité allongée et étroite d'un plateau, la terrasse agraire ou fluviale. Finalement, même s'il n'apparaît dans aucun document de CO, notre «avancée» est bien le terme le plus approprié.

Un ravin est une vallée étroite, à versants raides et fixés par la végétation ; notre  est bien plus modeste, non stabilisé, en voie d'évolution, plutôt une ravine. Le  est à la bonne dimension quand il sert à l'évacuation des eaux, pas quand il est tectonique.

La colline et la butte sont des « *petits reliefs dont les pentes divergent de tous côtés* ». Certes, mais les dictionnaires parlent d'éléments de 100 à 300 m de hauteur, alors qu'en CO on a très vite fait de monter sur la  pour poinçonner, et la  est encore plus petite. La différence se porte ici sur la taille, alors que pour le géographe elle touche le sommet : arrondi pour la colline, plat pour la butte, témoignant ainsi de l'ancienne extension d'un plateau.

Le  est un ensellement sur une ligne de crête qui met en communication deux vallons et donc facilite le passage. Mais en CO, si ce n'est sur les raids, cette situation est peu fréquente ; il s'agit le plus souvent d'un col de flanc, une partie déprimée sur une arête secondaire, ou une avancée bien marquée formant une légère remontée. Enfin, le terme de dépression est employé pour désigner les parties affaissées de la croûte terrestre, de toute origine, fermées, vers le fond desquelles les pentes convergent ; un creux déca à kilométrique. Même les plus petites, les dolines, sont donc loin de correspondre à nos  et encore moins à nos .

A suivre... pour les « Contre emplois » et les « Spécifiques »

L'organisation se met en place

Le renouvellement du Conseil d'administration à la suite des élections municipales et cantonales en Savoie, les premiers travaux cartographiques et surtout la première visite sur site de l'IOF sont les principaux événements de ce printemps. L'organisation se met place sous la houlette du directeur général, Michel Devrieux. C'est le thème de cette rubrique.

Michel Devrieux

Directeur général du Comité d'organisation



Professeur EPS de formation (enseignant durant 4 ans) et très motivé par les activités de pleine nature (assistant Plein air, DDJS Loire), je suis cadre à la FFCCO depuis près de... 30 ans !

Depuis 1979, j'ai été successivement : conseiller départemental CO de la Loire, conseiller technique interrégional Rhône-Alpes/Auvergne (87), entraîneur national des équipes Espoirs/ Jeunes (92), DTN adjoint chargé de la promotion, du développement et de la formation (97) et Directeur technique national depuis 2000. En octobre 2008, je prendrai à temps complet le poste de Directeur général de l'organisation des Championnats.

Cette carrière m'a permis d'exercer, avec beaucoup de plaisir et de satisfaction, des missions de conception, mise en œuvre et évaluation d'évènements sportifs, de management d'équipes nationales, d'entraîneurs, cadres techniques et organisateurs. J'ai toujours cherché à fonctionner en équipe, en harmonie et collaboration étroites entre le monde fédéral, les collecti-

tivités, les institutions, les partenaires, les groupes constitués...

C'est ainsi que je conduirai cette organisation des Championnats du monde 2011, en équipe, avec le souci permanent d'un management actif, participatif et coopératif de toutes les ressources humaines. Je veillerai à ce que chaque acteur se sente impliqué, concerné, et qu'il puisse placer son action dans la réussite de l'ensemble du projet. Fort de mes expériences et acquis comme organisateur ou dans l'accompagnement d'équipes sur plus de 15 championnats ou coupes du monde, je veux relever le magnifique challenge qui nous est proposé en le plaçant à la croisée de la réussite sportive, de la reconnaissance de la CO, de l'impact médiatique, enfin de l'engagement du monde fédéral aux côtés des collectivités et des partenaires, dans le respect permanent de l'environnement. Avec le soutien de toute la Fédération, du Conseil Général de Savoie, des collectivités territoriales et acteurs locaux, ces Championnats du monde de CO 2011 doivent connaître la plus grande et la plus totale réussite. Je mesure combien la responsabilité est grande pour mener à bien cette organisation passionnante.

Joëlle Rizzon

Coordinatrice générale du C.O.

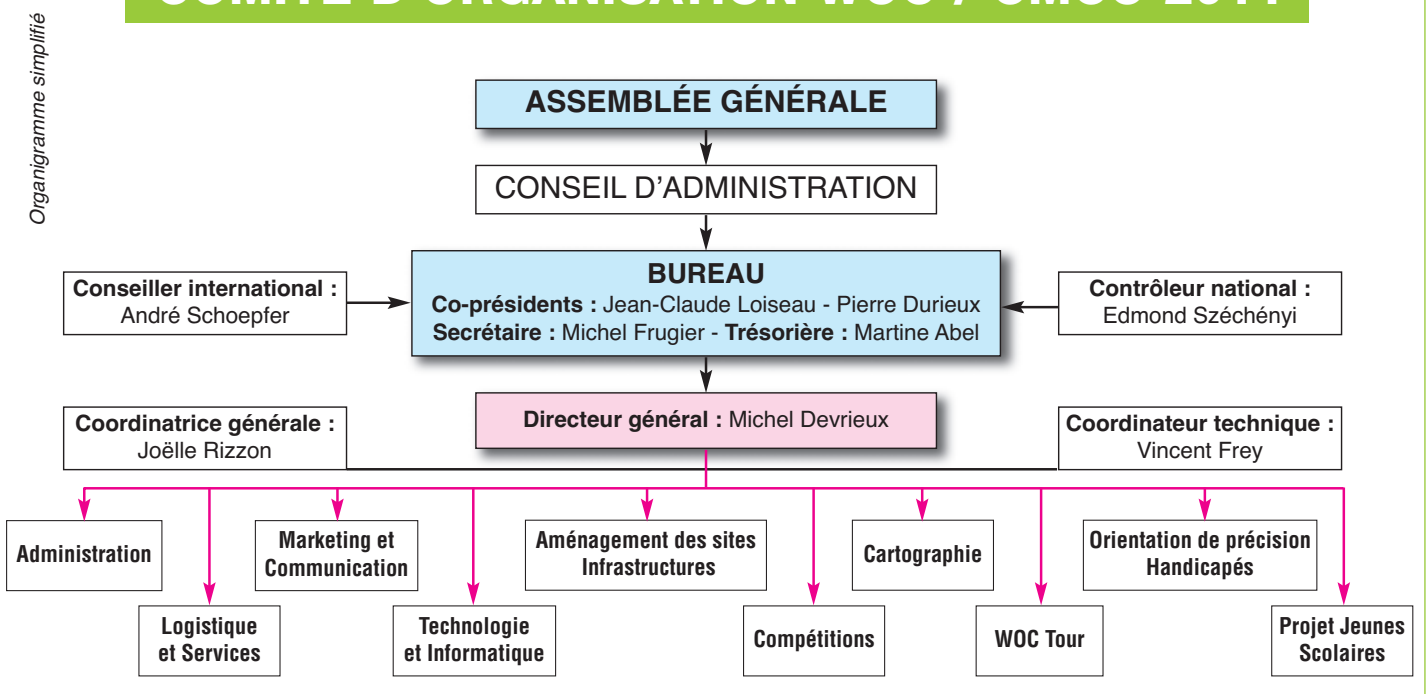


Savoyarde d'origine, j'ai commencé ma vie professionnelle dans des institutions à vocation départementale (Conseil Général de la Savoie puis Agence Savoyarde d'Aménagement, de Développement et d'Aide aux Collectivités). En 1987, j'ai eu le privilège d'intégrer

le Comité d'Organisation des JO d'hiver d'Albertville et de la Savoie de 1992 et de vivre ainsi cette formidable aventure qu'ont été les Jeux, du début de la mise en place à la dissolution du comité d'organisation. Cette expérience a été très riche et m'a donné le goût de travailler en équipe pour mener à bien des projets pouvant servir le territoire dans lequel je vis.

Secrétaire générale de l'Agence Touristique Départementale de la Savoie depuis 1994, j'exerce également les fonctions de responsable de la programmation des actions au sein de Savoie Mont Blanc Tourisme, et de coordinatrice du pôle « événementiel », mis en place au sein de l'ATD après les JO 1992, avec l'objectif de

COMITÉ D'ORGANISATION WOC / CMCO 2011



Première visite de l'IOF sur le site des championnats

André Schoepfer, contrôleur désigné par l'IOF, et Urs Höfer son adjoint, tous les deux Suisses de Bâle, ont effectué leur premier contrôle sur site (il en est prévu environ deux par an). Ils étaient accompagnés de Bjorn Person (Suède), directeur des activités sportives de l'IOF, ce qui est exceptionnel et mérite d'être souligné.

continuer à organiser en Savoie de grands événements sportifs de type Championnats du Monde, sports d'hiver et d'été, d'équipe, de glisse ou de pleine nature, contribuant au développement de notre territoire et au rayonnement de notre Département au niveau international.

C'est dans cette optique que nous avons organisé depuis 1997 des Championnats du Monde d'aviron, de handball, de canoë-kayak slalom, de voile, et prochainement de ski alpin (2009), de course d'orientation (2011) et de canoë-kayak descente (2012). Le Département de la Savoie est à chaque fois très impliqué dans ces organisations, par le biais de subventions et de mise à disposition de l'expertise du personnel de son Agence Touristique Départementale.

Dans le Comité d'Organisation des Championnats du Monde de Course d'orientation 2011, je suis impliquée au niveau de la coordination de l'équipe opérationnelle, aux côtés du directeur général Michel Devrieux.



De g. à dr. : Vincent Frey, Bjorn Person, Edmond Szechenyi, André Schoepfer et Urs Höfer



De g. à dr. : André Schoepfer, Alain Antoine (responsable Compétitions), Bernard Dahy (responsable Aménagement sites), Vincent Frey, Urs Höfer et Michel Devrieux

Aix-les-Bains / lac du Bourget

Une bulle de plaisirs entre lac et montagnes



Territoire de contemplation unique et véritable terrain de jeu pour faire le plein d'activités dans un environnement naturel d'exception, à tout juste une heure de Lyon et 45 minutes de Grenoble, Aix-les-Bains / lac

du Bourget jongle entre paysages, patrimoine et terroir, gastronomie, activités nautiques et de pleine nature.

Camp de base idéal pour séjours découvertes, la destination offre une gamme de

services variés permettant de rayonner sur l'ensemble du territoire.

Au bord du plus grand lac naturel de France, Aix-les-Bains / lac du Bourget est entré dans le club très fermé des 38 stations nautiques en France garantissant un accueil et un équipement de pointe pour pratiquer de nombreuses activités toute l'année (voile, aviron, ski nautique, plongée, canoë-kayak et bien d'autres encore). Ville porte du Parc Naturel Régional du Massif des Bauges, Aix-les-Bains conjugue sa douceur de vivre au bord de l'eau avec un dynamisme et une volonté d'ouverture.

Des promenades familiales ou sportives aux itinéraires insolites aux randonnées VTT au panorama à 360° en passant par la découverte des richesses de notre patrimoine régional. Ici plaisir rime avec nature...

Visites guidées ou festivals, événements sportifs ou familiaux, fêtes du terroir ou artisanales, Aix-les-Bains / lac du Bourget répond à toutes les tendances.

Office de tourisme d'Aix-les-Bains
Tél. 04 79 88 68 00 - Fax : 04 79 88 68 11
accueil@aixlesbains.com
www.aixlesbains.com

Championnats de France de CO 2008 dans les Côtes d'Armor (Bretagne)

Cette année où passerez-vous vos vacances ? Et pourquoi pas en Bretagne ?

De la rudesse de ses granites à la douceur de son sable blond, De l'odeur salée du varech à la saveur sucrée de ses crêpes, De la terre à la mer, elle déroule à vos pieds ses charmes et ses splendeurs. N'hésitez pas à venir vous y ressourcer.

Bienvenue à tous dans les Côtes d'Armor en Bretagne pour cette Semaine fédérale 2008. C'est la première manifestation de cette ampleur, sur huit jours, pour les quelque quatre-vingts organisateurs qui vous attendent nombreux. Gageons que cet événement sera une réussite pour notre sport au niveau national et pour la course d'orientation bretonne.

Les bénévoles de nos clubs se dévouent à cette mission et auront à cœur de vous accueillir avec chaleur et de combler vos vœux sportifs et touristiques. Mais rien n'aurait pu se faire sans l'aide et la participation importantes du Conseil général des Côtes d'Armor, qui milite activement pour le développement des activités et sports de nature dans le département, et de celle du Conseil régional de Bretagne.

D'immenses falaises à l'allure d'étraves...

La Bretagne sait être accueillante et est toujours surprenante par ses multiples paysages changeant au gré des marées, du ciel et de l'heure de la journée. Côtiers, de bocage ou forêts intérieures, ils vous étonneront par la palette riche de leurs couleurs, par un relief souvent heurté.

Le programme concocté est concentré sur le massif forestier de Quénécan, bordé par le lac de Guerlédan entre Mûr-de-Bretagne et Gouarec dans les Côtes d'Armor. La forêt de Quénécan, découverte aux Championnats de France de 1985, est envoûtante. Elle est très pénétrable, mais traversée d'immenses falaises prenant souvent l'allure d'étraves de bateau. Celles-ci sont quasiment toujours orientées dans le sens des forces magnétiques telluriques et inspirent moult croyances légendaires...

Des paysages insolites et grandioses

Mais venir en Bretagne sans voir la mer... ce serait sacrilège ! Aussi, en avant-gout du Championnat de France nous vous ferons découvrir la Côte de Granit rose à l'île Grande en Pleumeur Bodou le mardi 19 août. Là vous verrez la marée changer à loisir le visage de l'île et du chapelet d'îlots qui l'entoure, paysage insolite et grandiose où la terre et la mer sont parsemées de rochers.

En arrivant le matin tôt, vous aurez la surprise de trouver un champ de course recouvert par la mer... Mais n'ayez crainte ! Nous aurons le temps de la marée basse (entre quatre et cinq heures, c'est suffisant !) pour courir. Sable, vase et rochers sont au programme, mais aussi bigorneaux, palourdes et coques à trouver. A chacun d'organiser son temps !

Daniel Gastard (CDCO des Côtes d'Armor)



Infos sur <http://cfco2008.free.fr>



- Les courses nationales sont inscrites au Classement national.
- Relevés cartographiques 2008 (cartes nouvelles ou réactualisées).
- Parcours loisirs tous les jours avec inscription sur place
- Tous les jours une garderie sera assurée.
- Aire de camping-car gratuite toute la semaine au lieudit Bon Repos
- Restauration possible sur toutes les courses
- Hébergement : consultez le site <http://cfco2008.free.fr> ou l'office de tourisme de Guerlédan www.guerledan.fr

PROGRAMME

Centre de course : gymnase de la base de plein air de Mûr-de-Bretagne

Fléchage sur la RN 164 à l'entrée de Mûr-de-Bretagne

Accueil : le samedi 16 août de 10 h à 20 h et tous les jours de 17 h à 20 h pendant la semaine

> Samedi 16 août

- Course au score à Caurel - Carte au 1/10000°
3 niveaux de circuit et des parcours loisirs
Départ libre de 14 h à 18 h, ouverte à tous
Accueil : au centre de course
Soirée à 21 h : grand spectacle médiéval « son et lumière » à l'abbaye Bon Repos (réduction avec la licence FFCO)

> Dimanche 17 août

- Course nationale longue distance (inscrite au CN) à Loudéac - La Motte - Carte au 1/10000°
1^{er} départ à 9 h 30 - Toutes catégories FFCO
Accueil sur place à partir de 8 h
Fléchage : sortie de Loudéac, axe Saint-Brieuc Loudéac (D700)
Parcours loisirs ouverts à tous à partir de 10 h

> Lundi 18 août

- Course sprint à Mûr-de-Bretagne, au centre ville, de 18 h à 21 h - Carte au 1/5000°
Accueil : parking de la mairie à partir de 17 h. Ouverte à tous
Entraînement possible de 10 h à 15 h à Caurel (1,5 km du centre de course), à pied, en canoë (gratuit) et à VTT

> Mardi 19 août

- Course nationale Moyenne distance (inscrite au CN) à Pleumeur Bodou - Trebeurden - Carte au 1/10000°
Sur la Côte de Granit rose (bord de mer) de 12 h 30 à 17 h
Accueil sur place à partir de 10 h
1^{er} départ à 12 h 30 sur l'estran (2 h avant la marée basse)
Fléchage : entrée de l'île Grande après Pleumeur-Bodou sur l'axe Trégastel - Trebeurden (D758)
Parcours loisirs à partir de 13 h

> Mercredi 20 août

- Qualification Moyenne distance
Forêt de Quénécan (Mûr-de-Bretagne) - Carte au 1/10000°
Accueil sur place à partir de 8 h - 1^{er} départ à 10 h
Fléchage : Lieudit Bon Repos sur la RN 164
Course ouverte à l'entraînement pour tous dès 12 h 30

> Jeudi 21 août

- Finale Moyenne distance
Forêt de Quénécan - Carte au 1/10000°
Accueil sur place à partir de 8 h
1^{er} départ à 9 h (des qualifiés de la veille)
Fléchage à Bon Repos (idem) Course nationale (inscrite au CN) ouverte à tous après la course des finalistes
Toutes catégories FFCO
1^{er} départ à 11 h 30 - Parcours loisirs à partir de 12 h

> Vendredi 22 août

- Championnat de France d'Orientation de Précision, ouvert à tous
Deux catégories : Valides et Paralympiques
Lieu : Bois de Cornec - Carte au 1/5000°
Accueil au centre de course - 1^{er} départ à 9 h 30
Soirée musicale au marché nocturne de Mûr-de-Bretagne

> Samedi 23 août

- Championnat de France Longue distance
Lieu : Forêt de Quénécan - Carte au 1/10000°
Fléchage à Bon Repos (RN 164) entre Mûr-de-Bretagne et Gouarec
Accueil à partir de 7 h au centre de course
1^{er} départ à 8 h 30 - Coureurs qualifiés toutes catégories
- Course nationale (inscrite au CN) ouverte aux non sélectionnés
Sur les mêmes circuits - Toutes catégories FFCO
1^{er} départ à 11 h 30 - Parcours loisirs à partir de 10 h

> Dimanche 24 août

- Championnat de France de Relais
Toutes catégories FFCO + Open
Lieu : Forêt de Quénécan - Cartes au 1/10000° et 1/7500°
Fléchage à Bon Repos, sur RN 164
Accueil sur place dès 7 h 30 - 1^{er} départ à 8 h 30

IV^e Conférence mondiale du CIO sur la Femme et le Sport

Le CIO réaffirme l'importance des femmes dans le sport

Du 7 au 10 mars dernier, la Jordanie accueillait la 4^e Conférence mondiale du CIO « Femme et Sport », sur le thème « Le sport, un outil au service du changement social ». Marie-France Charles, présidente de la FFCO, y représentait le Comité national olympique et sportif français (CNOSF).

Les participants à cette conférence ont débattu de nombreux sujets, parmi lesquels :

- En quoi les sportives peuvent-elles servir de modèles aux jeunes filles ?
- Comment accroître le nombre de femmes entraîneurs et officiels ?
- Comment s'attaquer à la pandémie du VIH/SIDA par le sport ?
- En quoi la culture détermine-t-elle l'accès des femmes au sport ?



Parmi les principaux orateurs : d'anciens athlètes de haut niveau, des représentants de gouvernements, d'entreprises, d'agences des Nations Unies, des médias et du milieu universitaire.

Organisée conjointement par le CIO et le CNO de Jordanie, cette conférence a rassemblé quelque 600 participants représentant 116 pays. Elle s'est conclue par l'adoption d'un plan d'action ambitieux, adopté à l'unanimité par les participants qui se sont engagés à mettre en œuvre une stratégie dont les actions s'articuleront autour de cinq thèmes :

- Saisir les occasions à venir pour promouvoir l'égalité des sexes
- La gouvernance
- L'autonomisation des femmes par l'éducation et le développement
- Femmes, sport et médias
- Femmes, sport et objectifs du Millénaire pour le développement

Les Jeux Olympiques de Pékin, les prochaines élections au sein des Comités Nationaux Olympiques (CNO), le Congrès olympique en 2009 et les Jeux Olympiques de la Jeunesse seront autant d'occasions pour servir la cause des femmes et des jeunes filles dans et à travers le sport. Il s'agit d'intégrer la question de leur participation au niveau des organes décisionnels, des événements et des débats. Les participants à la conférence ont demandé à Anita DeFrantz, présidente de la commission Femme et sport du CIO, de proposer à la 120^e Session du CIO, en août à Pékin, que l'entrée de femmes au sein des comités exécutifs de tous les CNO devienne obligatoire.

Concernant la gouvernance, il a été souligné que le CIO devait établir des indicateurs clés de performance permettant de guider le Mouvement olympique et de surveiller les progrès accomplis dans le sens des objectifs fixés.

Cette conférence a également mis en lumière le rôle des mères. Le président du CIO, Jacques Rogge, l'a ainsi évoqué : « *Nous avons besoin de la participation des femmes, non seulement parce qu'elles représentent la moitié de l'humanité, mais aussi parce qu'elles sont vitales au recrutement dans le sport. (...) Ce sont les mères qui sont chargées de transmettre l'amour du sport à leurs enfants. Et ce sont généralement les mères qui amènent leurs enfants dans les clubs sportifs. En permettant à celles-ci de pratiquer une activité physique, nous nous assurons que la prochaine génération aimera le sport.* »

Marie-France Charles distinguée



En présence de Mme la ministre de la Jeunesse et des Sports, Marie-France Charles, présidente de la FFCO, a reçu le diplôme du CIO « Femme et sport » du mérite lors de l'Assemblée générale du CNOSF le 21 mai dernier.

RaidLight

Allégez votre équipement
Lighten your equipment

RAIDS

PREMIER SECOURS

- > Rabat anti-arrachement bretelle
- + reprise de charge vers l'avant
- > Fond tissu renforcé

PRELUMES

- > 4 niveaux de réglage en hauteur selon morphologie
- > Système de compression par le bas accessible en course

SPECIAL RAIDS !

Sac EVOLUTION 2
34 litres, 100% nylon ANTIARRACHE.

ARTICLES

- compartiment pour poche à eau
- + flap extérieur bâtons/fusée
- + boucle de fixation tapis de sol
- + poche MP3
- + sifflet intégré
- + mousse dos amovible
- + compartiment bouteille semi-isotherme
- + plateau road-book

660 grammes
119€

COMBI-DUVET
sac de couchage plié, convertible doubleur
160 grammes

199€

TENTE TB 1080
2 pièces, 2 personnes, grand volume, 1,88 m de haut

199€

MATOS ORIENTATION

PORTE-CARTE VTT
2 hauteurs de réglage !
2 formats de clips pour puissance !
Unique : 3 points de fixation.
260 g. 35 €

TOP MOUNTAIN RUN
Ventilation et protection tout temps
165 g. 49€

PANTALON RANDO-BIVOUEAC
Le pantalon ventilé et protecteur
420 g. 49€

BOUSSOLE FAST MTB
Boussole poignet VTT
30 g. 39€

GUETRES ANTISHOK
60 g. 30€

FAST POUCE
Boussole pouce
27 g. 39€

PIQUET DE CO, BALISES, MATOS CLUB...

Marque Française

www.raidlight.com

RAIDLIGHT
Zone Artisanale des Chalayes
42 660 ST-GENEST-MALIFEAUX
information@raidlight.com

CATALOGUE

ÉTÉ 2008

N° Indigo 0 826 620 312

DEMANDE DE CATALOGUE GRATUIT

Nom : Prénom.....

Adresse :

CP : Ville :

E-Mail :

noname

no shame*



(* pas de honte)



Comme aux coureurs de l'équipe de France, **noname** propose aux **clubs** des tenues au design sur mesure et au confort optimal, pour permettre à **tous** de courir dans les meilleures conditions.

Toi aussi, sois fier de ta tenue

no shame*

avec une tenue noname,
t'auras plus jamais honte
de courir en pyjama...



marre de votre tenue pyjama ?
envie d'en savoir plus sur noname ?

devis gratuit 06.33.31.40.14
damien@nonamesport.com

avec nos techniques d'impression
tous les designs sont possibles...

simple, rapide, abordable
prêt et livré en 3 mois