

La Lettre O'clubs

Bulletin électronique d'information interne de la
Fédération française de course d'orientation
Rédaction : Commission Communication

N°111 - Février 2021

#PointPresse
Retrouvez tous les articles
qui traitent de
la course d'orientation
ou de la FFCO
dans l'espace presse
du site fédéral.



✕ PRATIQUES SPORTIVES P.1-6

Outils numérique permettant la pratique sportive

PRATIQUES SPORTIVES

OUTILS NUMÉRIQUES PERMETTANT LA PRATIQUE SPORTIVE

Les directives concernant la pratique sportive prises dans le cadre du Décret n° 2020-1310 du 29 octobre 2020 modifié prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de COVID-19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire n'ont pas changé et nous n'avons pas à ce jour de visibilité sur la durée d'applications de ces mesures.

Depuis le début de l'année 2021, nous avons interrogé à plusieurs reprises le Ministère chargé des sports sur le sujet en nous appuyant au départ sur l'organisation par d'autres fédérations de compétitions (FFME en ski alpinisme, FFCAM en cascade de glace), puis sur la dérogation obtenue pour la participation des clubs de football amateurs à la Coupe de France.

Dans tous les cas, les réponses écrites que nous avons obtenues ont été très claires, nous rappelant que :

« De 6 h à 18 h, les activités physiques et sportives encadrées des personnes majeures sont autorisées sur la voie publique et en établissement sportif de plein air, dans des conditions de nature à garantir le respect des dispositions de l'article 1er du décret n° 2020-1310 du 29 octobre 2020 modifié prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de COVID-19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire. ... Pour rappel, la règle générale fixée par le décret est celle d'une interdiction des rassemblements de plus de 6 personnes. »

Concernant la reprise des championnats, il nous a été clairement indiqué que jusqu'à nouvel ordre s'agissant de la pratique amateur (hors sportifs de haut niveau), la pratique compétitive n'est pas possible. Malgré nos demandes insistantes, nous n'avons pas pu obtenir d'information sur les perspectives de sortie de ce cadre.

Dans cette situation, il nous semble important de maintenir l'activité dans les clubs. Ce numéro spécial de la Lettre O' Clubs vous présentent trois outils numériques qui peuvent vous aider à maintenir l'esprit de challenge entre les licenciés : Navitabi, Vikazimut et ORun (voir page 2 à 6). Plusieurs clubs ont déjà eu recours à ces solutions avec succès.

L'interdiction des compétitions pour les amateurs ne signifie pas pour nous l'impossibilité de poser des boîtiers de type SportIdent en forêt. Elle se traduit simplement par l'obligation de ne pas mettre en place un chronométrage officiel et de ne pas publier de classement de ces challenges sur place ou sur le site internet des structures organisatrices de ces challenges.

Il nous semble tout à fait possible par contre de faire une lecture de la puce après la ligne d'arrivée pour évaluer le passage du coureur à chacune des balises, libre ensuite à chaque participant de chercher à comparer sa performance avec les autres pratiquants. Plusieurs outils sont disponibles pour cela de 3Drun, Strava ou encore Garmin connect.

Merci à tous ceux qui nous ont aidé à préparer ce dossier : Pierrick Merino, Marian Basset, Patrick Robin, Marianne Pauly, Alexis Pauly, Mathieu Gouineau, Jean-Charles Lalevée, Eric Pigeon et Simon Blum.

Fédération française de course d'orientation
15 Passage des Mauxins - 75019 Paris - Tel. 01 47 97 11 91
www.ffcorientation.fr - contact@ffcorientation.fr

Dossier numéro 1 : Les applications numériques

-Navitabi : pages 1, 2 & 3

-Vikazimut pages 3 & 4

-Orun pages 4 & 5

Présentation de Navitabi



Jean-Charles Lalevée,
ancien athlète de haut
niveau en CO à VTT utilise
régulièrement Navitabi,
il nous en parle :



Il existe actuellement une petite dizaine
d'applications numériques sur smartphones
permettant la pratique de la CO sans con-
tact, ce qui est actuellement un vrai plus
pour la reprise de l'activité.

Personnellement et pour les exercices que
je prépare, j'utilise plus particulièrement Na-
vitabi parce que je la maîtrise bien et qu'elle
est très simple à mettre en œuvre et s'utilise
à la fois sur Android et IOs.

Un des gros intérêts de cette application est de permettre de proposer des activités d'orientation sans pose de matériel, de laisser un exercice actif sur une période longue permettant à chacun de venir pratiquer dans le créneau horaire de son choix en évitant que trop de monde se retrouve en même temps sur place.

Cela permet aussi de mettre en place des exercices dans des lieux où la pose du matériel pose problème, mais aussi de programmer des exercices à distance.

J'ai par exemple déjà programmé beaucoup d'exercices pour des amis au Portugal, mais aussi aux 4 coins de la France.

Jean-Charles a également créé un site, avec des exercices pour la CO à VTT (collaboration avec plusieurs clubs)

<https://mtborga21.wixsite.com/exos-navitabi-france>



Navitabi nécessite les fichiers issus de logiciels de créations de parcours (fichiers kmz, xml et pdf ou jpg) et des manuels d'utilisation en français ont été créés.

<https://mtborga21.wixsite.com/exos-navitabi-france/manuels-d-utilisation-1>

Bien entendu, la pratique se fait toujours carte et boussole à la main, les fichiers cartes (pdf ou jpg) étant le plus souvent envoyés aux coureurs qui doivent l'imprimer par leurs propres moyens.

Pour rappel, le fonctionnement de ces applications utilise le positionnement GPS de votre smartphone et valide donc vos passages aux postes lorsque vous vous trouvez dans la zone du poste (rayon de détection paramétrable mais dont la fiabilité repose aussi sur la qualité du GPS de votre smartphone).

Comme la validation se fait dans la zone du poste, il est important de comprendre que cela ne permettra pas de travailler la précision au poste mais par contre cela sera très utile pour travailler les choix d'itinéraire.

Cela permet aussi de proposer et de réaliser des exercices chronométrés et avec analyse possible de la trace.

CI-DESSOUS UN TUTO POUR VOUS EXPLIQUER L'UTILISATION DE NAVITABI



NAVITABI mode d'emploi « coureur » simplifié

Parcours d'orientation avec balises virtuelles
(le téléphone sonne au passage de chaque balise)

Le principe de NaviTabi : tu cours avec une carte et un circuit chargé sur ton téléphone (GPS actif). Le téléphone sonne à chaque fois que tu passes devant une "balise" virtuelle. Le téléphone enregistre ton parcours (ta trace GPS) et ton temps (entre chaque balise et cumulé).

Mode d'emploi complet ici : <https://docplayer.fr/198068528-Application-navitabi.html>

A faire depuis chez toi (avec une connexion Internet) :

1°) Télécharge l'application sur ton smartphone (ou tablette), elle est gratuite et sans pub

2°) Ouvre l'application et inscris toi : appuie sur les 3 traits horizontaux, puis « **Login** »

3°) Clique sur "**find on map**"

(le petit rectangle avec la carte en haut à droite, ou sur la droite de ton écran, vers le milieu)

4°) Trouve ton lieu de départ, zoom si besoin (il y a un point bleu sur la carte qui te géo localise)

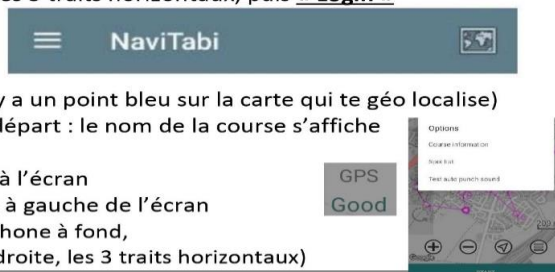
5°) Clique sur l'icône qui se situe à ton point de départ : le nom de la course s'affiche

6°) Choisis ton circuit en cliquant dessus

7°) **Charge ton circuit** : tu dois le voir apparaître à l'écran

8°) Attends que « **GPS Good** » s'affiche en haut à gauche de l'écran

9°) Mets le son des médias (musique) de ton téléphone à fond, en allant sur « **test auto punch sound** » (en bas à droite, les 3 traits horizontaux)



Avant de partir, tu peux désactiver tes données mobiles si tu veux (enlever la 4G, la WiFi)

Le GPS doit rester activé

Ton téléphone ne doit pas se mettre en veille (ça arrive rarement, mais possible avec certains téléphones : à vérifier dans les paramètres, ou toucher l'écran de temps en temps)

Fixe ton téléphone au bras (capte mieux) et rends-toi sur le lieu de départ (triangle).

→ Sur les circuits « initiation » le créateur peut laisser la **géo localisation active** : dans ce cas, si tu ne sais pas où tu te trouves, tu peux appuyer sur la flèche en bas à droite, tu seras localisé sur la carte par un point bleu.

10°) Appuie sur "play", puis sur "start" (si tu n'es pas au départ "autostart" le lancera quand tu y seras)

11°) Tu dois entendre : « BIP...BIP... BIP...BIP ! »

Ensuite tu peux partir pour faire ton circuit (soit dans l'ordre, soit en ordre libre selon le circuit choisi) A chaque fois que tu passes à une balise tu entendas les 4 BIP.

Si tu n'entends pas les 4 BIP, ce n'est pas normal, il faut que tu regardes en dessous « que faire si une balise ne sonne pas »

Si tu passes près d'une balise qui n'est pas pour tout de suite (un numéro plus loin dans ton parcours), tu entendas un autre son, 4 BUZZZ ! C'est normal !

Que faire si une balise ne sonne pas, ou si je n'arrive pas à aller à l'endroit de la balise ?

Parfois il manque un chemin, ou un chemin barré, il y a des travaux, ... et vous ne pouvez pas aller à la balise

Si je suis au bon endroit, ou si je ne peux pas aller à la balise : j'appuie sur le rond avec 3 petits traits en bas à droite de mon écran (sur l'application), puis sur « **skip** » et je fais « **skip next post** » : cela supprime la balise suivante, et je peux continuer le parcours (les balises suivantes sonneront, il me manquera 1 balise à la fin).

Amuse-toi bien ! Et si ça t'a plu, créé un NaviTabi pour tes amis (cf lien vers le tuto en haut)

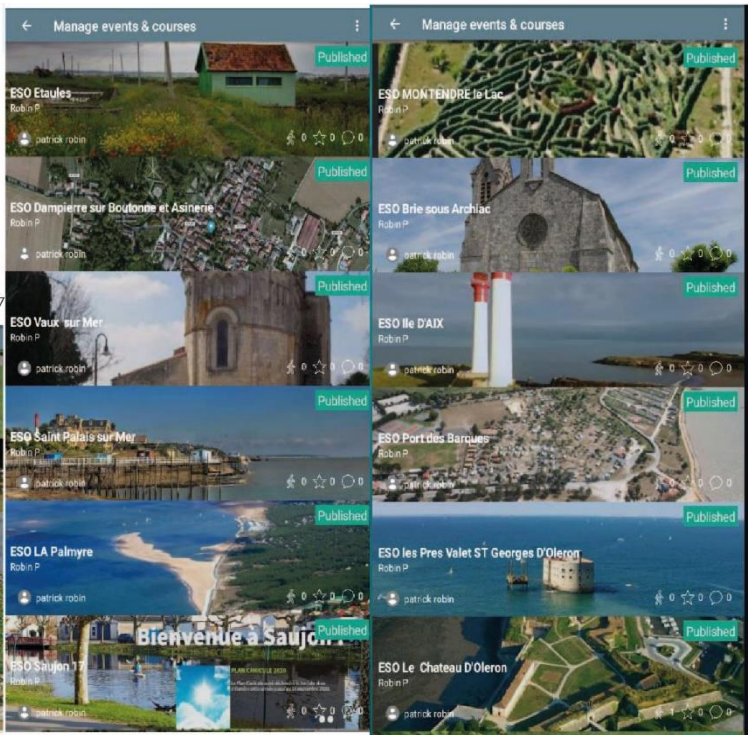
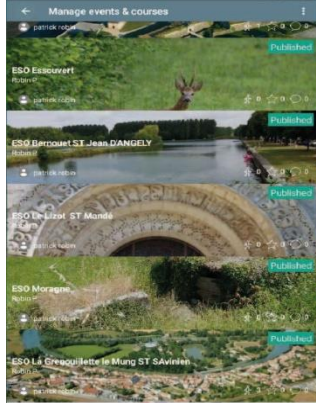
Mode d'emploi réalisé par Marianne Pauly

Le Comité
Départemental de
Charente Maritime, a
équipé l'intégralité de
ses espaces Sport
Orientation avec
l'application Navitabi

<https://club-co17.com/eso/>

Parcours permanent d'Orientation
ESO Espace Sport d'Orientation
Sur téléphone et tablette application android
Télécharger Navitabi «gratuit»
Ouvrir avec la carte du monde haut à droite
ou France/ Nouvelle Aquitaine et parcours
Avoir 1 login= compte google ou facebook

Ouvrir le lieu de l'ESO et choisir son circuit
La carte s'ouvre avec le circuit.
Start ou auto start si vous êtes au triangle
Vous devez effectuer les balises dans l'ordre
A l'approche de chaque balise le téléphone va
sonner et enregistrer la balise
Si vous oubliez 1 balise, il sonnera différemment
Cette application permet 1 classement, d'avoir
les traces et de suivre en Live le ou les participants
20 parcours sont en libre accès sur le Département 17
Bonne découverte: L'équipe CMO



Présentation de Vikazimut

<http://vikazimut.vikazim.fr/>



Vikazimut est un projet d'étudiants en informatique de l'ENSICAEN et de l'université de Caen Normandie. Le projet répond à une demande de l'association Vik'Azim visant la réalisation d'une application Android pour la pratique de la course d'orientation.

Éric Pigeon (tuteur du projet) nous parle de Vikazimut

Vikazimut est une application smartphone gratuite et française qui vise à amener les jeunes et les néophytes à la CO par le biais de leur objet préféré : le smartphone.

L'idée directrice est d'avoir tout le matériel nécessaire dans le smartphone : la carte, la boussole, la GEC, des outils d'analyse... Et cela, sans avoir besoin de réseau lors de la pratique. Cette approche permet une faible consommation énergétique et une analyse des temps, de la trace sur le lieu de la pratique.

Il est possible d'utiliser des QRcode, tags NFC ou le GPS pour valider les postes. Elle est couplée avec un site web qui permet une analyse comparative des traces (anonymisées avec un pseudo).

Une version promenade permet l'affichage de texte, d'images ou de vidéos, ce qui est un argument de poids auprès des collectivités.

Gratuite car développée sous licence libre avec une école d'ingénieur, il n'y a donc aucune limitation d'utilisateurs ou de parcours par club (capacité max de 4500).

Son évolution se fait au gré des retours des utilisateurs. Sa limitation actuelle : elle n'est pas accessible aux appareils APPLE (version en cours d'étude).

<https://vikazim.fr/modedemploi>
<https://vikazim.fr/les-tutos/>



Des espaces Sport Orientation sont également équipés avec le système Vikazimut : parcours sportif, scolaire et patrimoine.

Une piste de plus qui permettra le développement des ESO, destinés à un public large.

Ce lien pour retrouver les parcours permanents déjà équipés en Vikazimut :

<https://vikazimut.vikazim.fr/worldmap>

Présentation de Orun

La petite nouvelle !



Une toute nouvelle application est prévue pour Février 2021.
Simon Blum, son créateur, nous en parle.

L'application permet la création d'évènements avec des circuits de de course d'orientation.

Elle est divisée en 2 :

1) *l'application (android et ios) en elle-même avec laquelle tu visualises, valides les évènements et les circuits.*

2) *le manager, c'est un site web pour permettre de créer les évènements et les circuits. En vidéo tu trouveras une vidéo de ce manager : <https://youtu.be/mLPRLIKfX-4>*

Pour valider les postes (départ/arrivée/postes), l'application utilise 4 méthodes :

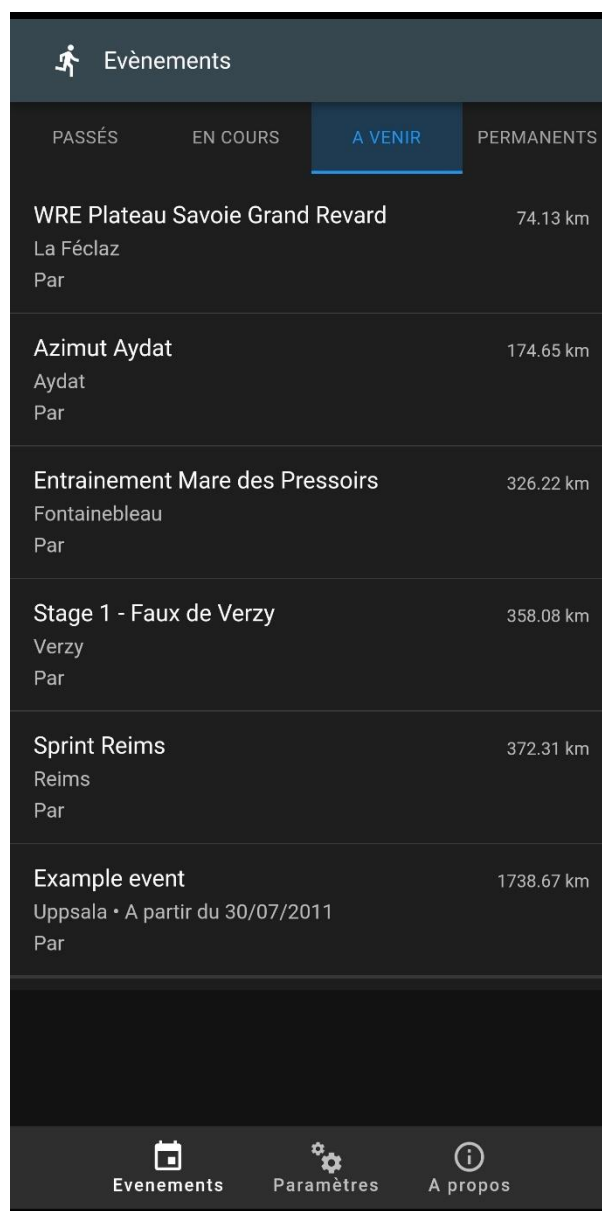
- GPS
- iBeacons
- NFC
- QRCode

Pour chaque poste, on peut configurer une ou plusieurs méthodes avec un ordre de préférence.

Intérêt des systèmes de validation :

- *GPS : parfois manque de précision, utilisation en extérieur uniquement, pas de support à installer et possibilité de laisser le téléphone dans la poche/brassard pour valider*

Ci-dessous 2 images de l'application
Vu du coureur



- *QRcode: nécessite un support et de sortir le téléphone mais fiable et efficace à la fois en intérieur et extérieur*
- *NFC: nécessite un support, s'utilise en intérieur et en extérieur, il faut sortir le téléphone pour valider ou dans un brassard*
- *iBeacon: nécessite un support (ibeacon) à poser mais c'est sans contact avec une portée de quelques mètres à 50m et durée de vie de plusieurs années*

Les QRcodes seront téléchargeables sur le manager et les Beacons et tags NFC seront en vente sur mon app.

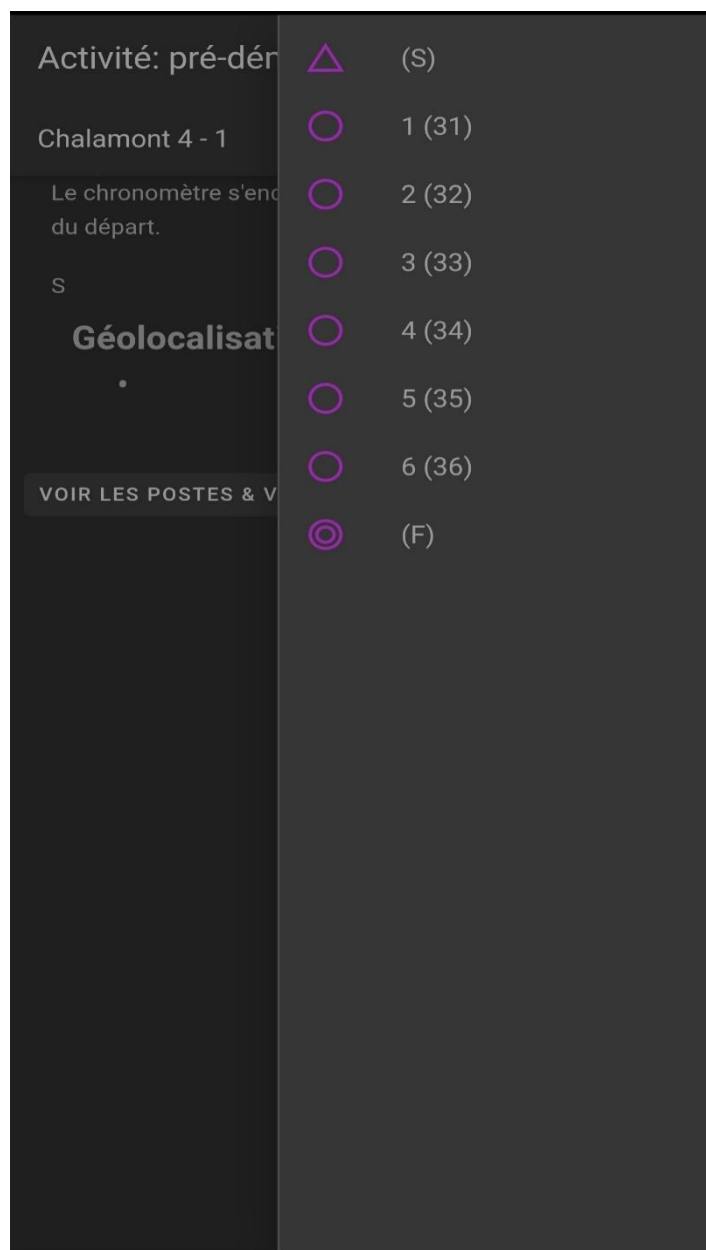
Pour valider les postes (départ/arrivée/postes), l'application utilise 4 méthodes :

- GPS
- iBeacons
- NFC
- QRCode

Cela permet au club de créer des évènements ponctuels (1 après-midi, 1 journée) mais aussi sur plusieurs années (parcours permanents):

- *L'application sera au lancement en français et en anglais (et d'autres langues ensuite)*
- *La carte du circuit sera disponible dans l'application plus tard.*

www.orun.app
simon@blum.dev



Osez utiliser ces systèmes, cela permettra à vos licenciés de retrouver l'esprit challenge, indispensable pour maintenir la motivation de l'entraînement.

Tous les publics de clubs sont visés, puisque le retour de vos entraînements vous permettra de développer les qualités d'analyse et les compétences techniques de vos licenciés.

N'hésitez pas à nous faire des retours et à partager ces applications !

<https://www.facebook.com/ffcorientation>

communication@ffcorientation.fr

Instagram: ffco_ffco