

# GO mag

Le magazine de la Course d'Orientation  
Pédestre • Raid • VTT • O-Pré • Ski

N° 154 - août/octobre 2023



→ CFCO Figeac :  
le plein d'émotions  
p.10 .....



→ O'France : le défi  
p.15 .....



→ CO à VTT :  
des médailles aux  
Mondiaux en Tchéquie.  
p.28 .....

## Celine Dodin Un triplé historique !

Bulletin officiel de la Fédération Française de Course d'Orientation

**FFCO**  
Course d'Orientation  
Fédération Française



# QUELQUES IMAGES DE LA SAISON ESTIVALE



WMTBOC. Constance Devillers, Lucie Rudkiewicz et Lou Garcin prennent la 2<sup>ème</sup> place sur le podium en relais



JWMTBOC. Armel Berthaud s'offre le titre de Champion du Monde Junior en Mass Star à Jičín en République Tchèque



JEC D20. Diane BODY obtient la médaille d'argent en moyenne distance à Virton en Belgique.



EYOC D16. Fanny Delahaye, 1<sup>ère</sup> Française à obtenir une médaille d'or en LD en Bulgarie



JEC H20. Bastien THENOZ monte sur la 2<sup>ème</sup> marche du podium en moyenne distance à Virton en Belgique.



CNECO. Rencontre, partage, passion. Un événement unique qui a rassemblé plus de 86 jeunes coureurs. Le COM conserve son titre.



UEQC. L'équipe de l'Université de Clermont Auvergne termine à la 2<sup>e</sup> place en relais Sprint.



UEQC. meilleure performance individuelle pour Florence Hanauer qui monte sur la 3<sup>e</sup> marche du podium du Sprint.



CFLL. Un week-end intergénérationnel pour nos orienteurs à Figeac.



## ÉDITO

## Nous avons vécu un bel été !

En course d'orientation pédestre O'France en Pyrénées catalanes - Donezan a été un succès tout comme le grand weekend des championnats de France de longue distance et de relais de catégorie dans le Lot. Du côté de nos élites, si les résultats des championnats du monde pédestre sont en demi-teinte, ceux de nos juniors lors de la Junior European Cup sont très positifs : Les hommes remportent le relais (Antoine DERLOT, Romain PICHARD et Guilhem VEROVE). Sur la Moyenne Distance, Bastien THENOZ et Diane BODY terminent 2°. Diane BODY monte également sur le podium en Longue Distance (3°) et en relais (2°) accompagnée d'Annabelle DELENNE et Alix VILLAR.

Et que dire de nos coureurs d'orientation à VTT dont le palmarès lors des championnats du monde est impressionnant, avec les titres de champion du Monde Junior d'Armel Berthaud en Mass Start et du relais Junior Hommes composé de Timothy Blot, Augustin Leclerc et Armel Berthaud. On notera également la 2° place du relais Femmes (Constance Devillers, Lucie Rudkiewicz et Lou Garcin) et les 3° places d'Armel Berthaud (Moyenne Distance) et du relais Junior Femmes (Anne Caroline Sipos, Lola Colle et Jade Boussier), sans oublier des petits podiums pour Jérémie Pourre, Timothy Blot, Augustin Leclerc.

Le point commun de tous ces événements c'est finalement notre capacité d'adaptation. Dans le premier cas, les organisateurs d'O'France ont dû s'adapter aux demandes de nos partenaires locaux (déplacement de la date à fin juillet début août, limitation du nombre de participants), aux refus de l'ONF de nous permettre d'utiliser deux des nouvelles cartes que nous avons réalisées. Pour la semaine précédant les championnats de France de longue distance et de relais de catégorie dans le Lot, c'est à la canicule que nous avons dû nous adapter avec une vigilance rouge ne permettant pas d'organiser toutes les courses régionales envisagées.

Pour l'encadrement de nos élites c'est aussi cette capacité d'adaptation que nous avons dû déployer pour faire face au non-remplacement d'un de nos cadres techniques, placé par le ministère des Sports, des Jeux Olympiques et Paralympiques auprès de la fédération, parti à la retraite.

Certes cette capacité d'adaptation fait partie des compétences demandées au coureur d'orientation, mais les éléments déclenchant (une sensibilité environnementale parfois exagérée et une diminution lente mais continue des moyens mis à notre disposition par l'Etat) me semblent représenter deux des dangers menaçant à long terme notre activité. Pour y faire face, nous devons nous donner les moyens d'une part de mieux connaître l'impact réel de nos pratiques sur les milieux naturels et de tout faire pour les limiter au maximum, d'autre part nous mobiliser collectivement pour que le sport soit enfin reconnu à sa juste valeur par les politiques tout en cherchant d'autres sources de financement.

Jean-Philippe STEFANINI  
Président de la FFCO



Suivez la CO sur nos réseaux sociaux !



[www.facebook.com/ffcorientation](http://www.facebook.com/ffcorientation)  
[www.facebook.com/coursedorientation.clubfrance](http://www.facebook.com/coursedorientation.clubfrance)



[www.twitter.com/ffcorientation](http://www.twitter.com/ffcorientation)



[www.instagram.com/ffcorientation/](http://www.instagram.com/ffcorientation/)



[www.linkedin.com/company/federation-francaise-de-course-d-orientation](http://www.linkedin.com/company/federation-francaise-de-course-d-orientation)

**CO Magazine** est édité par la Fédération Française de Course d'Orientation (FFCO) :  
15, passage des Mauxins - 75019 Paris  
Tél. 01 47 97 11 91 - [www.ffcorientation.fr](http://www.ffcorientation.fr)  
Courriel : [contact@ffcorientation.fr](mailto:contact@ffcorientation.fr)

Directeur de la publication : Jean-Philippe STEFANINI.  
Comité de pilotage : Chantal BURBAUD, Thibaut PROCUREUR, Vincent FREY et Céline DODIN.  
Coordination / SR : Chantal BURBAUD.  
Ont collaboré à ce numéro : Jean-Philippe STEFANINI, Audrey DUQUENNE, Chantal BURBAUD, Thibaut PROCUREUR, Céline DODIN, Patrick CAPBERN, Valérie BERGER-CAPBERN, Stéphane RODRIGUEZ, Frédéric RAMBLIÈRE, Quentin ANDRIEUX, Benoît SOL, Dominique ETIENNE, Simon LEROY et Laurent ASTRADÉ.  
Réalisation et impression : [Pasquedelacom.com](http://Pasquedelacom.com)  
Tél. 04 72 56 15 92 - [sduval@pasquedelacom.com](mailto:sduval@pasquedelacom.com)  
Dépôt légal à parution

## SOMMAIRE

|  |      |   |      |
|--|------|---|------|
| Retrospective en images  | p.2  | Le Pôle Sports Nature   |      |
| La saison du groupe France - de 18   | p.4  | Orientation en Allemagne  | p.20 |
| WMOC 2023 : Triplé historique en terre Slovaque pour Celine DODIN !        | p.8  | Challenge National des écoles de CO 2023                                      | p.22 |
| CFCO2023 chaud show pour le FiNO !   | p.10 | WMOC 2023 : arrivée délicate en Slovaquie pour un départ en grande pompe      | p.24 |
| Retour sur la course de Quentin Andrieux, sacré champion de France LD 2023 | p.12 | WMTBOC-WJMTBOC : Retour sur une fin de saison mémorable                       | p.28 |
| CFCO 2023, retour des élites...  | p.14 | Développement durable : les organisateurs s'engagent !                        | p.30 |
| O'France 2023 : Le défi  | p.15 | Parcours Permanent Orientation à ski Alpin à Montchavin et la Plagne (Savoie) | p.34 |

Téléchargez CO'Mag sur [www.ffcorientation.fr](http://www.ffcorientation.fr)

Retrouvez le club France de CO sur [www.facebook.com/coursedorientation.clubfrance](http://www.facebook.com/coursedorientation.clubfrance)

Envoyez vos articles, remarques et suggestions à CO'Mag : [communication@ffcorientation.fr](mailto:communication@ffcorientation.fr)



# Retour sur la saison du groupe France - de 18 ans

Les objectifs de l'équipe de France mixte moins de 18, sont avant tout la formation et la construction de bases solides polyvalentes en forêt et en urbain ainsi que l'acquisition d'expérience internationale dans le but d'intégrer le groupe France Junior et devenir performant au plus haut niveau en sénior.

## Les stages pour engranger de l'expérience et prendre en maturité.

Le GF-18 a cette année proposé 3 stages à 20 sportifs venus de toute la France (10 dames et 10 hommes). Le premier dans la région d'Aix-en-Provence, avec de nombreuses séances typées «sprint», le deuxième dans le Puy-de-Dôme et ses célèbres cheires, et enfin dans l'Allier sur les terrains continentaux du Livradois-Forez. L'objectif de ces stages est de donner un maximum d'expérience aux jeunes sportifs avec la grande richesse des terrains français, de pouvoir construire des routines techniques en sprint comme en forêt, avec l'aide des entraîneurs qui passent le plus de temps possible derrière les jeunes, et enfin d'acquérir les premières bases de «culture du haut niveau» via des apports pratiques et théoriques.

## Les EYOC, un premier grand défi sur le plan international.

Suite aux sélections printanières, 16 sportifs DH16 et DH18, non-nécessairement membres du GF-18, ont participé aux championnats d'Europe Jeunes (EYOC) en Bulgarie. Sur la LD Fanny Delahaye a été la première orienteuse féminine française à remporter cette compétition après une course maîtrisée et aboutie, et également grâce à sa vitesse de course. Lucas Verjux et le relais H18 reviennent également avec des diplômes de cet EYOC (qui récompensent les places 4 à 6 sur les compétitions officielles IOF). Les jeunes Français n'ont pas à rougir face aux grandes nations de la CO mondiale. Bien sûr, il y a de la marge de progrès, dans les routines techniques (en sprint notamment), la vitesse de déplacement, les choix d'itinéraires, le mental... La liste est longue et différente pour chaque sportif, mais fixe aussi un cap pour la suite.

## Une saison qui s'achève, place aux jeunes.

Lors de la semaine du CNE, le groupe sera renouvelé pour la prochaine saison : les sportifs de 2006 partiront vers les catégories juniors, et nous accueillerons ceux nés en 2009. Les résultats de toute la saison seront pris en compte, ainsi que ceux des tests de détection (un test physique et une MD).



Rendez-vous en Bulgarie



Top départ !



Par Simon LEROY, responsable  
et entraîneur des jeunes

@Christophe Amerijckx



Fanny Delahaye à gauche



L'union fait la force



Groupe France -18 Saison 22-23





# WMOC 2023

## Triplé historique en terre Slovaque pour Celine DODIN !

Du 12 au 18 août dernier, Celine Dodin survolait les WMOC avec 3 victoires en individuel : Sprint, Moyenne Distance et Longue Distance. L'ex-orienteuse de l'équipe de France nous raconte son édition 2023 et nous parle des moments inoubliables qu'elle a vécu.

**COmag :** Celine, peux-tu te présenter pour les orienteurs qui ne te connaissent pas ?

Bonjour, j'ai 44 ans et je suis originaire de La Bresse dans les Vosges. J'ai commencé la course d'orientation en 1994 avec le club de Hautes-Vosges Orientation. J'ai été en équipe de France Elite de 2002 à 2014, j'ai eu la chance de participer à de nombreux Championnats du Monde élite, avec une 7<sup>ème</sup> place comme meilleur résultat individuel en Longue Distance aux Championnats du Monde 2010 en Norvège. Aujourd'hui haut-alpine, je suis licenciée au Club ACA Aix-en-Provence. Dans la vie, j'ai fait mes études supérieures à l'Ecole des Mines de Nancy et je suis aujourd'hui Ingénieur chez EDF dans l'hydro-électricité. Je suis également maman d'un petit garçon de 3 ans.

**COmag :** Le O'France, une belle victoire avant les championnats du monde en Slovaquie ! Quels étaient tes objectifs lors de ce grand rassemblement ?

Mon année a été bien perturbée par une blessure au genou qui m'a obligée à revoir totalement mon entraînement. Je me suis concentrée cet hiver sur des sessions de ski de fond classique et vélo, et dès que la neige a disparu mon entraînement a été axé quasi exclusivement sur le vélo, réservant mes seules séances de course à pied à la course d'orientation. Mais quel plaisir à chaque fois ! J'ai donc abordé le gros mois d'août qui m'attendait avec pas mal d'incertitudes, mais un état de forme qui me semblait plutôt bon et des bonnes sensations en course d'orientation sur les seules compétitions que j'avais pu faire au printemps. L'objectif sur les O'France



**« C'était LA carte et LE terrain qui me faisaient briller les yeux avant le Championnat. »**

était de voir où j'en étais et me remettre mentalement en mode compétition, de monter en puissance. Après une première étape un peu laborieuse j'ai réussi à remettre les bonnes routines en place, c'était important, et les résultats ont suivi immédiatement. C'était vraiment un pur bonheur, en plus sur ces si beaux terrains !

**COmag :** Tu as remporté le sprint, la MD et la LD aux WMOC qui avaient lieu en Slovaquie du 12 au 18 août. Peux-tu revenir sur cette triple victoire historique pour la CO française ?

Le Sprint était la première course de la semaine, celle qui allait nous lancer dans la compétition, mais celle aussi qui me semblait la plus compliquée à aborder, justement parce que je n'avais pas pu m'entraîner spécifiquement à ce type de format à cause de mon genou.

La qualification avait lieu sur le campus universitaire de Kosice, avec des gros bâtiments anguleux et un terrain type parc tout autour. Le tracé offrait des choix intéressants, et cela s'est plutôt bien passé pour moi, l'objectif était de se mettre dedans pour la suite. La finale offrait un terrain de jeu bien différent, dans le centre-ville de Kosice avec ses ruelles assez perpendiculaires et ses traboules. La vitesse de course, et bien sûr ne pas faire de fautes, allaient être déterminants. Il allait falloir ne rien lâcher pour espérer quelque chose, et j'avais bien l'intention de ne rien lâcher. Je partais dernière de la course, il y avait peu de chance que je vois mes concurrentes pendant la course puisqu'on partait toutes les 1'. Et j'ai tout donné comme prévu, on allait bien voir ce que ça allait donner. L'envie, la vitesse de course étaient là, j'ai vraiment bien enchaîné les postes. L'émotion a vraiment



été intense dans le couloir d'arrivée... on se sent voler quand on entend le speaker dire que ça va passer, que je vais être championne du monde de Sprint dans quelques mètres... après toutes ces difficultés et toutes ces incertitudes dans la préparation qui m'avaient même fait douter de ma participation à l'événement. La cérémonie de remise des médailles a été aussi intense, avec toujours le plaisir de revoir, 15 ans après, mes concurrentes de mes années élite toujours au top niveau.

Après une journée de repos, le Championnat se continuait avec la partie « forêt », et une course qualificative pour répartir les concurrents dans les différentes finales de Moyenne Distance et Longue Distance. Ça s'est très bien passé pour moi, sur un terrain en flanc avec des zones de microrelief très intéressantes.

La finale de la Moyenne Distance allait être un énorme défi sur une nouvelle carte qui promettait d'être très technique. Il allait falloir garder la tête bien froide, le type d'orientation qui allait être proposé n'est pas forcément celui où je suis le plus à l'aise. Le terrain m'a donné beaucoup de fils à retordre, je n'ai de loin pas été parfaite partout et je sentais bien que je n'étais pas dans mon meilleur jour. Jusqu'au bout j'ai tout donné, même si je ne pensais pas que l'issue serait aussi belle, d'autant que j'ai su après que mes 2 concurrentes les plus dangereuses se sont rattrapées et ont couru ensemble avec une vitesse de pointe impressionnante par moments. Au final, personne n'a réussi à être parfait sur cette course.

Je franchis la ligne d'arrivée avec 11 sec d'avance sur la 2<sup>ème</sup>. 11 sec qui ont fait mon plus grand bonheur et m'ont donné un large sourire et tellement d'émotions ! Double championne du monde... c'était le rêve ! Avec encore un podium mémorable, illuminé par la présence de la triple Championne Olympique de biathlon Anastasia Kuzmina qui nous a remis les médailles.

Il restait alors notre dernière course de la semaine, la finale de la Longue Distance. C'était « la » carte et c'était « le » terrain qui me faisaient briller les yeux avant le Championnat : une forêt de hêtres magnifiques sur terrain karstique avec plein de dolines, une partie dans la forêt et une partie en terrain découvert avec des zones pas faciles de vert. J'ai vraiment fait une course pleine, j'avais « le flow », c'était un régal à orienter en navigation et en choix pour essayer de faire le mieux possible...



**« L'émotion a vraiment été intense dans le couloir d'arrivée... on se sent voler quand on entend le speaker dire que ça va passer, que je vais être championne du monde de Sprint dans quelques mètres... »**



J'étais tellement dans ma course que je n'ai vu aucune de mes concurrentes quand je les ai doublées. Après les 2 médailles d'or en Sprint et en Moyenne Distance je savais que je pouvais faire le triplé... mais encore fallait-il l'avoir dans la tête... et être fort dans la tête ! Il y a bien moyen de passer à côté quand tu es attendu... encore plus dans notre sport... Le couloir d'arrivée a été mémorable, j'ai été portée par le speaker, avec une belle victoire à la clé...

Cette course en particulier, et cette semaine resteront longtemps gravées dans ma mémoire ! C'est vraiment chouette comme sensation de réussir à atteindre ses objectifs... J'avais la tête dans les étoiles pour ce dernier podium ! Les organisateurs et les bénévoles ont vraiment été top toute la semaine, avec beaucoup de gentillesse comme à chaque fois en CO. Merci pour la belle ambiance dans le clan français ! Tout ça contribue à ce que l'émotion soit encore plus belle !

**COmag :** Quelques semaines ont passé. As-tu pu assimiler tes performances ? Comment l'expliques-tu ?

J'ai été touchée du nombre de personnes qui sont venues me féliciter, sur les réseaux sociaux, au Championnat de France à Figeac mais aussi chez moi dans les Hautes-Alpes et à mon travail. On ne parle pas assez de notre si beau sport, ça permet de le faire connaître et pour cela j'en suis très fière. Comment expliquer ces performances ? L'année dernière j'avais fait 3 podiums, je savais que je pouvais être dans le match pour la gagne. Peut-être que la blessure m'a fait encore plus prendre conscience du plaisir que j'ai à chaque fois que je vais en forêt pour orienter. En tous cas je n'ai rien lâché sur mon entraînement en faisant différemment et j'ai essayé d'être à chaque course à 100% de mes capacités, pour n'avoir aucun regret.

**COmag :** Une fin d'année 2023 avec encore de beaux objectifs à atteindre : le CNE avec ton club ACA Aix-en-Provence et le CFS à l'île d'Oléron, comment prépares-tu cette fin d'année ?

Oui, la fin d'année est toujours très importante, notamment avec le CNE qui est une des 3 courses nationales par



*« Le sport fait vivre des moments d'émotion intenses, la course d'orientation en particulier fait découvrir des endroits magnifiques et des gens exceptionnels. »*

équipe de l'année. Nous avons vraiment une bonne équipe chez les dames, nous avons gagné en 2021 avec une superbe course d'ensemble, alors pourquoi ne pas réitérer l'exploit cette année avec les nouveaux critères (5 femmes et un relais de nuit) ! Nous allons tout faire pour ! Côté préparation, j'ai fait une coupure après le championnat de France fin août, j'en avais vraiment besoin. J'ai ensuite repris l'entraînement pour être prête pour le CNE, mais je sais qu'après il faudra que je fasse une vraie coupure pour espérer soigner mon genou et repartir sur de bonnes bases. Et je sais que tout ce que j'ai appris cette année à travailler différemment à l'entraînement me servira beaucoup pour l'avenir.

**COmag :** De nouveaux objectifs en 2024 ?

Dès la fin du WMOC, j'avais déjà les yeux qui brillaient en regardant les terrains finlandais prévus pour 2024... ça fait très

longtemps que je n'y suis pas allée, et j'ai vraiment envie d'y retourner ! Donc il y a fort à parier, si tout va bien, que je participe aux WMOC l'année prochaine. Et puis bien sûr toute la saison française est très importante pour moi, notamment les Championnats de France pédestre, et quand je peux les Championnats de France de Ski d'Orient.

**COmag :** Comment gardes-tu cette détermination après plus de 30 années de pratique et de compétitions ?

Le sport fait vivre des moments d'émotion intenses, la course d'orientation en particulier fait découvrir des endroits magnifiques et des gens exceptionnels, elle forge le corps et l'esprit dans un environnement préservé, c'est un peu ce que chacun recherche, non ? Ce qui me fait continuer ? Le plaisir... c'est le maître mot de ma pratique de passionnée de course d'orientation depuis toujours.



# Analyse de Course Longue Distance

Retour sur la dernière épreuve de Celine Dodin lors de ces WMOC 2023. Une longue distance conclue par une 3<sup>ème</sup> médaille d'or. Un parcours semé d'embûche que notre Haute-alpine a su dominer de bout en bout en remportant la quasi-totalité des temps intermédiaires.

Le tracé était bien dans la philosophie de la longue distance avec peu de postes et des choix d'itinéraires.



## Départ-poste 1 (meilleur temps intermédiaire)

On rentrait dans le vif du sujet dès le poste 1 où le ton était donné : fallait-il privilégier les détours par les chemins ou faire une bonne navigation plus directe avec une moins bonne vitesse de course ? ou bien sûr un mix des 2 ? J'aime beaucoup ce type de terrain, j'ai donc privilégié la navigation entre les grosses dolines en essayant de minimiser le

dénivelé, sans me soucier des chemins. Le poste était au fond d'une grosse doline encadré par des chemins, il y avait peu de chance de passer à côté.

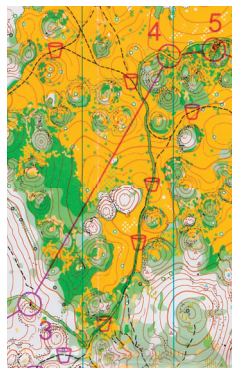
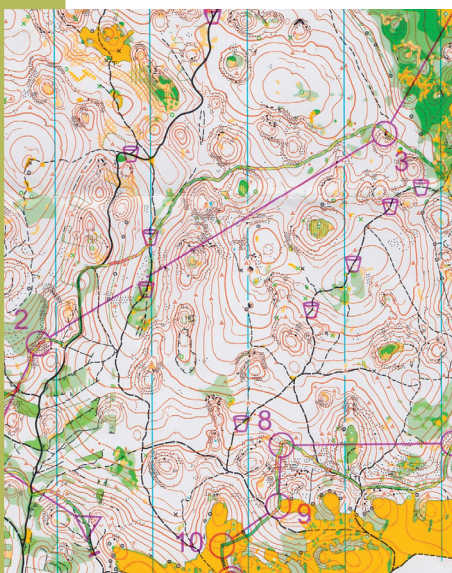
## Poste 1-poste 2 (meilleur temps intermédiaire)

J'ai hésité sur mon choix, passer par la droite et le chemin était bien plus sûr, mais plus long, et la vitesse de course en forêt ne me semblait pas ridicule. J'ai donc décidé de passer tout droit, j'optimisais le dénivelé et la distance.



## Poste 2-poste 3 (meilleur temps intermédiaire)

Je choisis de minimiser le dénivelé et d'enrouler par la gauche du gros système de dolines qui se trouve sous le trait rouge. Le choix me semble vraiment efficace, la végétation juste avant le poste m'oblige à dévier un peu mais je reviens rapidement sur la doline.

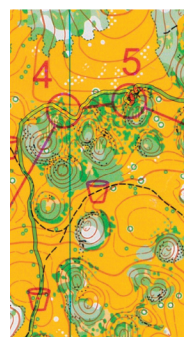


## Poste 3-poste 4 (meilleur temps intermédiaire)

Le mur de vert m'a semblé trop hostile et trop incertain pour m'engager dedans. Je choisis donc de contourner par la droite, cela me paraît le plus court. J'enroule par la gauche la dernière doline pour chercher le poste, passer entre les dolines me paraît risqué et lent à cause des cailloux au sol.

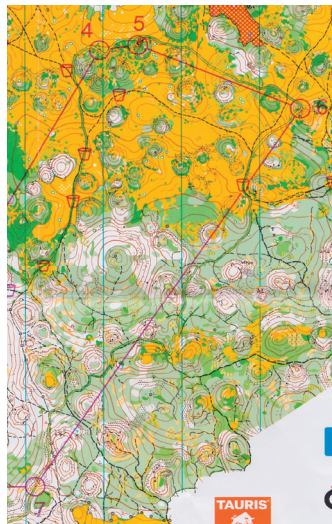
## Poste 4-poste 5

C'est un poste où tout peut arriver si on se précipite, compliqué dans les limites de végétation. Le choix par la droite me paraît trop aléatoire et les végétations compliquées à comprendre, je passe donc par le haut. Le passage jaune pour descendre vers le poste n'était pas facile à voir et à comprendre. Je n'ai pas le meilleur temps sur ce poste (+16 sec), mais je suis contente de la réalisation du choix.



## Poste 6-poste 7 (meilleur temps intermédiaire)

Pour optimiser la progression, il fallait aller chercher les sentiers entre les dolines dans la végétation Vert 1. J'ai choisi de les suivre au maximum. À la fin de l'itinéraire, le layon avec les bornes courait très mal, je pars donc à flanc tout droit vers le poste.



## Poste 7-poste 8 (meilleur temps intermédiaire)

Je veux éviter de me faire du dénivelé en trop, je choisis donc de récupérer le chemin à gauche en enroulant bien le flanc.







# Un CFCO 2023 chaud show pour le FiNO !

Accueillir les Championnats de France était un gros challenge pour le FiNO. Deux ans de travail avaient permis de préparer un évènement sur 5 jours que nous espérions mémorable, et puis voilà qu'une vague de chaleur s'est abattue sur Figeac : Alerte Vigilance Canicule Orange !

## L'art de s'adapter aux conditions météorologiques

Certes la couleur est emblématique du club mais avec des températures supérieures à 45 °C en début de semaine, un protocole sanitaire a dû être bâti en urgence et le programme redéfini pour accueillir au mieux les 1500 coureurs attendus sur le Grand Figeac : Challenge relevé !

Grâce à la concertation avec la préfecture, les élus locaux, les experts FFCO, à la réactivité des bénévoles et avec l'appui du système Rapid'EAU du partenariat MAIF, la régionale Moyenne Distance de Quissac a pu être sauvée et déplacée du mercredi après-midi au jeudi avec des départs dès 7h du matin. La Régionale sprint dans Figeac a elle dû être annulée car il n'était pas possible de l'organiser le matin même dans le centre historique. Pour autant, le FiNO avec l'accord de la mairie, a pu mettre en place des balises semi permanentes qui ont permis aux clubs de réaliser leurs circuits sur les 5 jours. Paradoxalement cela a donné une plus grande visibilité de notre discipline et ravi les commerçants, cafetiers et autres restaurateurs qui ont reçu des groupes d'orienteurs toute la semaine. Heureusement la météo a été plus clémente les jours suivants pour assurer l'Orient'show (voir encadré ci-joint) et les Championnats de France Longue Distance à Brengues et de relais par catégorie à Gréalou (voir récits des élites).

## Un bel évènement pour les orienteurs et une belle réussite pour les organisateurs

Les terrains caussenards et le choix des arénas ont été appréciés, les tracés salués. Mention spéciale à Loïc Marty qui avait changé de casquette pour passer de coureur de haut niveau à traceur national ! Vu des organisateurs, la satisfaction l'emporte aussi très largement. Nous reconnaissons qu'un club comme le FiNO (70 licenciés, 15 très investis) est un peu juste pour organiser un tel évènement. Mais l'implication importante de certains et le soutien des amis proches et des bénévoles des associations locales a permis de résoudre les petits aléas sans conséquence pour les coureurs.

Départ au Championnat  
de France de Relais

## On retiendra...

- La grande satisfaction de la majorité des coureurs et clubs (merci pour les nombreux messages et vidéos).
- La qualité des lots et récompenses grâce à un gros travail en amont auprès des acteurs industriels et institutionnels locaux. La plupart des contacts sont pérennes et devraient déboucher sur des partenariats futurs.
- L'image renvoyée auprès des collectivités locales, des partenaires et de la population locale est excellente. Les élus ont été très impressionnés.
- Le club s'est bien soudé autour de ce projet, de nouveaux bénévoles sont venus renforcer l'équipe.
- Au-delà des cartes, nous avons pu investir sur du matériel nouveau d'organisation et de communication.

**Nous travaillons à un retour d'expérience, pour faire remonter les opportunités d'amélioration à la ligue, la fédération et pour nos prochaines organisations. Les futurs organisateurs peuvent aussi nous contacter si besoin !**



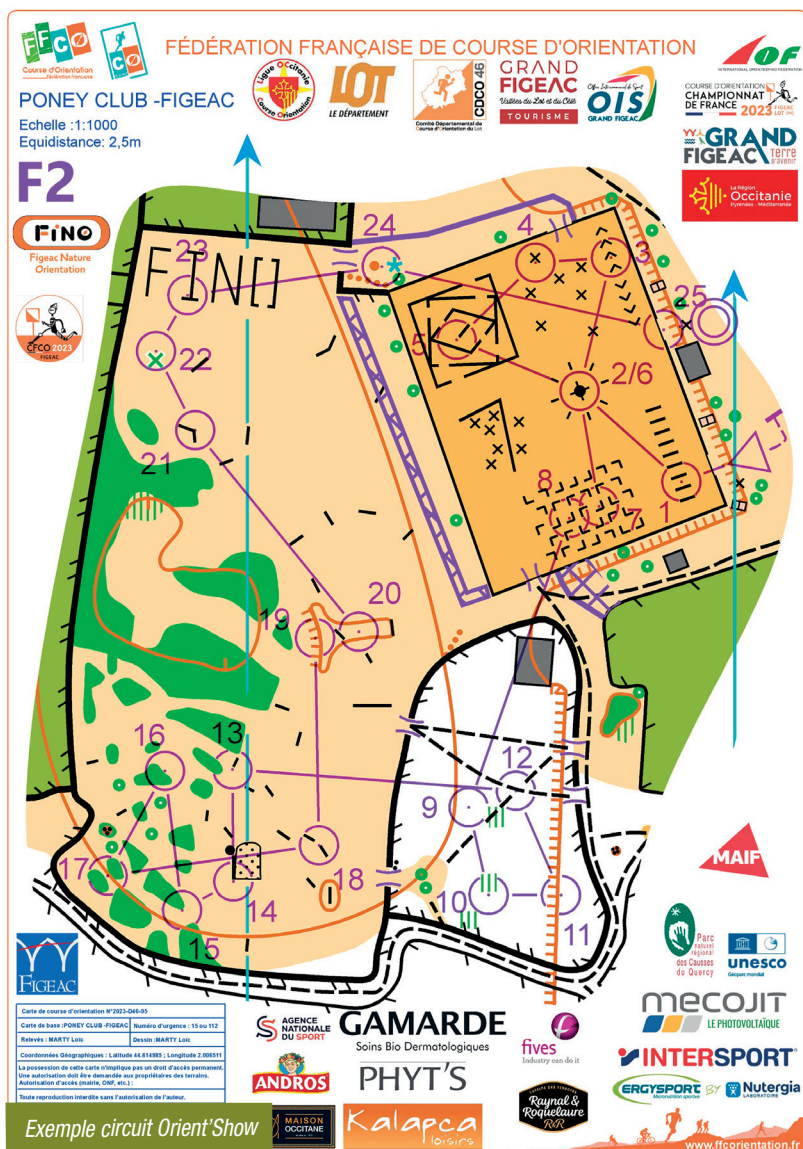
## Les CFCO 2023 à Figeac en quelques chiffres :

- 4 courses
- 3 sites d'entrainements
- 85 bénévoles
- 1 500 coureurs
- 3 653 départs
- ... et 2 200 litres d'eau distribuée !



Une partie des bénévoles

© Régine Galtier



## Orient'show, et après ?

Une toute petite carte de 3Ha avec une belle arène autour, plus de 200 barrières de police et 1 km de rubalise, 150 balises (dont des leurres !) et c'est parti pour amuser 450 coureurs avec des vagues de départ toutes les 30 secondes, 3 manches puis des finales !

La formule Figeacoise de l'Orient'show a plu aux enfants mais aussi aux moins jeunes. Et mis à part l'installation des barrières, cela reste facile à implanter. Le plus compliqué reste la GEC car aucun logiciel ne sait correctement gérer le paramétrage des circuits, les erreurs de pointage (pénalité de 30 secondes), et le cumul de temps sur les 3 manches.

Le parcours dans la carrière était somme toute trop facile pour les élites et quelques obstacles auraient pu être déplacés avant les finales. Il faut bien garder une marge de progression ! Espérons que d'autres organisateurs se lanceront dans ce format en opposition, spectaculaire et bien plus sécurisé en comparaison du KO sprint.





Par Loïc MARTY

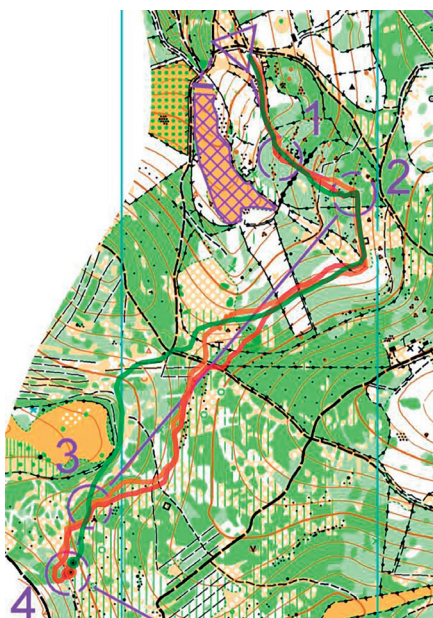
## Championnat de France de Longue Distance Retour sur la course de Quentin Andrieux, sacré champion de France LD 2023 en H21

Je suis bien content de ma course où j'ai vraiment su m'adapter aux différents types d'orientation proposés. Cette course valide la belle forme de cet été sur les courses en forêt. Ma principale source d'erreur reste l'influence des autres coureurs sur moi, un point important que j'ai à travailler. Je suis surpris et très content de gagner avec 4' d'avance ! Merci à l'organisation, au traceur et à tous les bénévoles ! Maintenant place au sprint pour la fin de la saison 2023.



### Départ-poste 1,2,3,4

Je pars assez vite. Le premier poste n'est pas si compliqué, je m'autorise à mettre un peu de rythme même si mon plan était de ne prendre aucun risque. Je fais malgré tout une petite hésitation en montant au poste 2 où je trouve la ruine assez loin car j'essaie d'anticiper le choix de la 3.

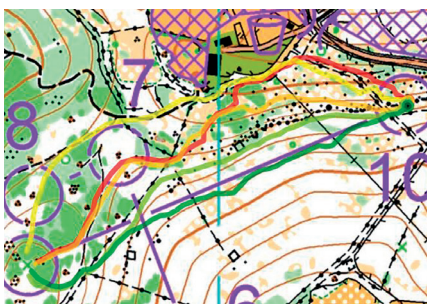


7:10 ANDRIEUX Quentin 1355 m, 5:17 min/km  
8:18 PERRIN Mathieu 1416 m, 5:52 min/km  
8:43 MOULET Quentin 1416 m, 6:09 min/km

L'option du milieu me semble la plus rapide, peu de dénivelé et bien courant. La première partie se passe bien mais après avoir traversé le chemin sur le col, je dévie légèrement vers l'ouest car je me retrouve attiré par les layons bien courant, je corrige le cap et j'attaque mon poste prudemment car je vois bien qu'il est situé derrière un beau vert 3.

### Postes 4 – 10

Je prends quelques secondes pour faire mon choix au poste 4 : le choix du bas par le sud est bien tentant mais l'attaque me paraît compliquée en montant en diagonale dans le vert. Je remarque la ligne de clairière dans le choix du milieu qui évite d'être ralenti par la végétation et qui donne une attaque très facile du poste, j'opte pour ce choix.



6:18 ANDRIEUX Quentin 1089 m, 5:47 min/km  
6:30 PERRIN Mathieu 1349 m, 4:49 min/km  
6:59 ROUX Corentin 1333 m, 5:14 min/km  
7:25 RAUTURIER Maxime 1352 m, 5:29 min/km  
7:35 MOULET Quentin 1444 m, 5:15 min/km



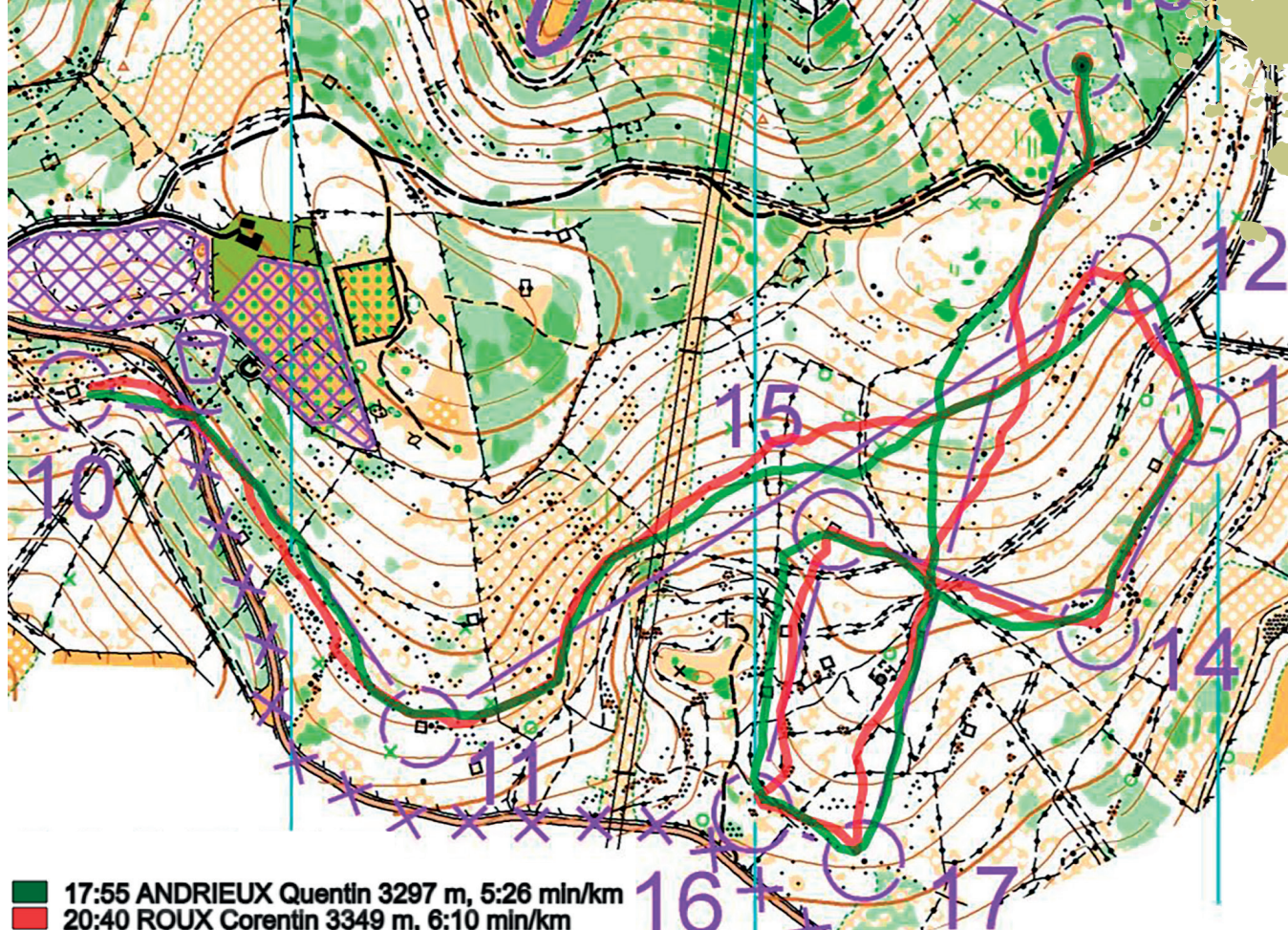
2:47 PERRIN Mathieu 572 m, 4:52 min/km  
2:56 RAUTURIER Maxime 590 m, 4:58 min/km  
3:11 MOULET Quentin 640 m, 4:58 min/km  
3:17 ANDRIEUX Quentin 596 m, 5:30 min/km  
3:49 ROUX Corentin 649 m, 5:52 min/km

S'ensuit plusieurs petits postes techniques où je rattrape Corentin Roux et j'aperçois Quentin Moulet qui partaient 3 et 6 minutes devant moi. Je suis surpris de les voir aussi tôt. Alors que j'avais prévu d'aller au poste 10 par le beau flanc blanc et courant, je me retrouve trop haut et je passe dans les buissons verts et le sol caillouteux, je perds un peu de temps et je sens bien que Quentin a repris un peu d'avance.

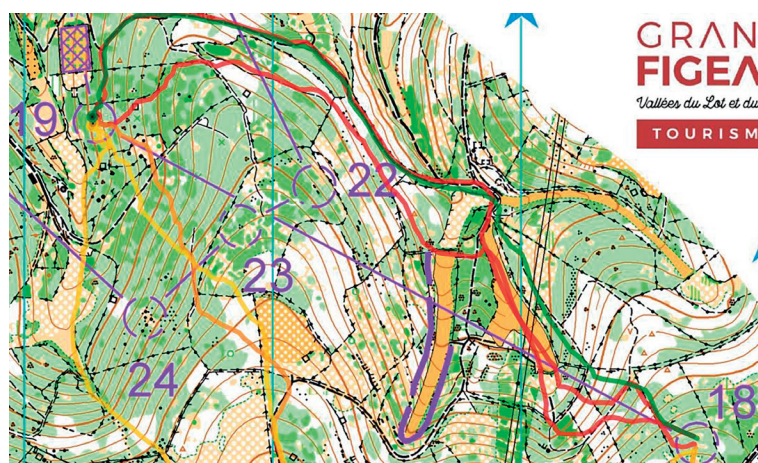
### Postes 11-18

On rentre dans une partie de la carte très blanche et courante, j'essaie d'optimiser les trajectoires le plus possible tout en mettant beaucoup de rythme. Je sais que je suis en train de faire un bon début de course. La navigation est assez simple à la boussole mais la vitesse ajoute de la difficulté. Je m'en sors très bien avec aucune erreur et je bois un coup d'eau sucrée dans la montée vers la 18.





## Postes 19-23



**GRAN  
FIGEA**  
*Valleys du Lot et du  
TOURISM*



Les options pour le poste 19 sont nombreuses, j'élimine rapidement les choix qui partent à flanc, la forêt est bien verte et je ne veux pas prendre de risques. J'opte pour la solution par le haut (sud) qui me permet de rester longtemps sur un chemin sans dénivelé. L'attaque du poste me paraît faisable avec la grosse clairière devant. Je ne vois pas le choix par le nord qu'a pris Mathieu, un choix très roulant, sans dénivelé et avec une attaque facile. Je n'optimise pas ma sortie de 18 en rejoignant au plus vite le chemin d'où je viens. Je dévie un peu dans la pente avant le poste mais je m'en rends compte assez vite. Je me réadapte en attrapant les murets au sud du poste mais une fois dans la zone, je ne sais pas exactement où je me trouve. Je vois Quentin et Luc sortir à flanc assez sereinement, je me dis qu'ils ont dû prendre le poste et je vais dans la direction d'où ils viennent mais je comprends rapidement qu'ils n'avaient pas poinçonné. J'accélère sur les postes suivants en sachant que Quentin n'est pas loin devant et je ne fais pas de fautes, je le rattrape au poste 23 avec Maxime.

## Poste 24-Fin de course

Je prends les devants sur le poste 24 et le choix de la 25. Je ne vois pas d'obstacles sous le trait de ce choix donc je n'hésite pas. Au milieu du choix, Quentin me passe devant et je le suis tout en restant attentif sur les postes 25 et 26 qui peuvent être bien piégeux. En attaquant la 27 on voit Maxime et Thibaut sortir par le haut. On fait l'erreur de sortir comme eux sans vraiment réfléchir. Il aurait été mieux de continuer droit dans la pente. J'arrive à doubler Quentin juste avant le couloir d'arrivée et je donne tout sachant qu'il reste Mathieu derrière moi !



# Le retour des élites...



Par Frédéric  
RAMBLIÈRE

Isia Basset



« Je n'ai pas eu l'occasion de beaucoup courir en France cette année et j'étais très contente de participer à ce week-end si varié qui nous a été proposé dans le Lot avec des challenges en forêt bien divers. Entre une forêt avec végétation dense pour le CF de longue et une forêt très rapide avec un maillage de couloirs de jaune qui rappelait presque des problématiques de sprint au CF de Relais, je me suis vraiment régalée à essayer de trouver les clefs pour chaque zone différente et être la plus efficace possible ! À une semaine des sélections pour les EOC de Sprint, j'avais aussi bien coché le sprint comme une étape importante dans ma préparation donc merci aux organisateurs d'avoir su proposer un entraînement sprint de qualité malgré l'annulation de la course pour canicule (et ce n'est pas tous les jours qu'on peut courir sur des hiéroglyphes). Après avoir tant entendu parler de l'orientshow de 2016, la cerise sur le gâteau a été de pouvoir enfin participer à cette édition et je n'ai pas été déçue !! Super ambiance dans cette carrière équestre pour ce format tellement ludique ou personne n'est à l'abri d'une ou plusieurs erreurs comme on a pu le voir sur les finales Dames et Hommes. Je pense que le spectacle a été garanti. »

Mathieu Perrin

« C'était un super weekend, avec des courses bien challenging et une très bonne ambiance. Des parcours de qualité avec en bonus un OrientShow bien plaisant ! Vivement la prochaine compétition à Figeac ! »



Quentin Moulet



« J'ai trouvé que les CFCO de cette année étaient sur un terrain assez différent de ce qui a été proposé les années précédentes. Les forêts du causse offraient des zones peu roulantes alternées avec des parties rapides mais une visibilité jamais excellente. Un bon réseau de chemin permettait de nombreux choix pour la LD. Sur le CFLD j'ai trouvé le tracé intéressant puisqu'il proposait plusieurs choix rythmés de petits postes. Ce n'était pas toujours évident de savoir quelle alternative serait la plus rapide notamment à cause de la végétation qui était un peu aléatoire. Après analyse, les choix étaient bien intéressants, ils ont bien divisé les coureurs chez les élites pour créer des différences. Le Championnat de Relais proposait une course rapide et globalement peu technique mais rythmée par quelques zones assez tricky. Mais le high light de la semaine était bien sûr l'orientshow ! Un format rythmé et super fun pour une matinée mémorable. Encore un gros merci aux bénévoles du FINO pour ce beau week-end de compétition. »

Loïc Capbern

« Le Championnat de relais était une course très intéressante sur un terrain typique du Causse, avec ses murets et zones de végétation plus dense. Très agréable à courir pour moi, avec un circuit rapide où justement le piège était d'aller trop vite et de partir à la faute. Traçage intéressant aussi avec la zone de végétation labyrinthique proche de l'aréna qui demande un réel changement de rythme pour l'aborder de manière sereine alors que l'on se rapproche de la fin du parcours. Parti dernier relayeur dans le coup pour jouer une place intéressante, je réalise une course pleine. C'est une belle surprise à l'arrivée lorsque notre équipe est annoncée seconde, une première pour le TOAC Orientation. »







# O'France 2023 : Le défi



Suite aux épisodes répétitifs de COVID, aucun organisme déconcentré (Ligue ou Comité Départemental) ou club n'avait postulé pour la manifestation O'France ni en 2022 ni en 2023. Il était dommage de se passer de ce rendez-vous estival, véritable fête des orienteurs, Français et étrangers. En conséquence, pour éviter deux années de suite une absence de la manifestation O'France au calendrier, la FFCO a décidé de prendre directement à sa charge l'organisation de O'France 2023. C'était déjà en soi un véritable challenge. Comment réunir une équipe de bénévoles ? Comment réunir du matériel ?

## Le choix du territoire, un enjeu environnemental et social

La région Rhône-Alpes ne se sentant pas prête à fournir des terrains, c'est vers la région de Font-Romeu que la FFCO s'est tournée, sachant qu'il y avait un fort potentiel de terrains, non utilisés depuis 2017 (O'Cerdagne). Le calendrier étant déjà serré (décision en mars 2022 pour Juillet 2023), les cartographies des Angles et de Font-Romeu ont été lancées. Nous avons rencontré les communes ainsi que le PNR-Pyrénées Catalanes (Parc Naturel Régional) en novembre 2022. Nous étions assurés de leur soutien. L'ONF bien qu'invité, n'avait pas pu être présent. Nous avons convenu

d'un principe de mesures complémentaires, en accord avec le PNR plus particulièrement en prenant en compte les zones humides et les zones à Tétrás.

Nous comptons que notre activité, bien encadrée, qui éveille au respect de la nature et de l'environnement, obtiendrait les autorisations nécessaires. Signataire de la charte des 15 engagements écoresponsables des organisateurs d'événements sportifs, nous avons travaillé à rendre l'impact écologique de cet événement le plus faible possible.

Suite à un avis défavorable reçu de l'ONF le 6 janvier 2023, nous avons obtenu un rendez-vous avec le Directeur d'agence de l'ONF pour le 31 janvier 2023. Lors de cette réunion, les étapes sur Bolquère et Font-Romeu semblaient acceptables en l'état, la zone sur

**« La carte du col des Hares, initialement prévue pour une régionale juste avant O'France, se révèle avoir plus de potentiel et permet deux étapes. »**

les Angles était à revoir (tétrás). Nous avons de plus reçu le 3 février du PNR-Pyrénées Catalanes les zones non domaniales à éviter sur les Angles (zones à tétras). Nous avons alors pris en compte toutes ces contraintes liées à la biodiversité en revoyant profondément le tracé des 2 étapes des Angles (utilisation de seulement 5,8 km<sup>2</sup> sur 14,8 km<sup>2</sup> cartographiés). Et en limitant les participants à 2500, sachant que fin Décembre, nous en avions déjà 1700. Malgré toutes les mesures que nous avons prises pour préserver la biodiversité, début Mars, l'ONF réitère sa position sur Font-Romeu et les Angles, qui est de nous interdire de sortir des pistes de ski.

Commence alors la recherche d'une solution alternative, sur d'autres terrains à proximité. Les terrains espagnols sont évités car potentiellement interdits pour cause de risque d'incendie. Certains terrains n'ont pas les parkings adaptés. Le terrain de Bolquère- les Artigues, initialement éliminé car des coupes y avaient été faites et d'autres étaient envisagées, est finalement récupéré, avec un engagement que les coupes seraient faites après la course. Une nouvelle négociation avec l'ONF nous permet d'avoir une zone suffisamment étendue sur la carte de la Quillane. Le problème du parking est résolu grâce au responsable de la station qui propose le bas des pistes. La carte du col des Hares, initialement prévue pour une régionale juste avant O'France, se révèle avoir plus de potentiel que prévu, et permet deux étapes. Le soutien du maire de Quérigut a été décisif sur ce terrain, dont il a la gérance pour son troupeau de bovins. Il a même défriché pour qu'on ait plus de place pour les tentes et les parkings. L'ONF local était acquis à notre cause pour la zone dépendante d'eux.

La décision finale sur les nouveaux terrains arrive fin mai pour des courses fin juillet début août. Quasiment tout est à refaire : demandes d'autorisations (préfecture 66 et commune de Quérigut), demande d'interdiction de la route traversant les Artigues, subvention Ariège (dommage, c'est trop tard), cartographie (merci l'IGN pour les relevés Lidar), traçage, définition des arénas et des parkings. Même le design du maillot O'France et des vestes bénévoles sont modifiés in extremis pour remplacer « Cerdagne Capcir » par « Pyrénées catalanes Donezan » !





## 26 clubs représentés et une organisation légère

Au final, nous étions 26 clubs représentés, soit 84 personnes (dont 3 qui n'ont fait que des tâches d'expert ou de traceur et 10 qui n'ont pas été bénévoles sur toutes les étapes), dont nos 3 salariées, Nathalie, Laureen et Audrey. 35 ont pu courir, entre une et cinq étapes.

- 14 bénévoles sur les 2 clubs des Pyrénées orientales, et 13 du COC.
- 10 du comité directeur ou actifs dans une commission fédérale.
- 9 jeunes de 11 à 20 ans.
- Une trentaine de plus de 60 ans.
- 16 entre cinquante et soixante ans.

L'objectif initial était de faire une organisation la plus légère possible ; nous avons sous-traité buvettes et repas des bénévoles, distribué les définitions de poste à l'accueil pour soulager l'atelier départ. Cependant, le changement de terrains nous a demandé beaucoup plus de personnes que prévues à l'atelier parking, et l'aide ponctuelle de coureurs a été la bienvenue. Nous les remercions. Avec jusqu'à 100 enfants par jour à la garderie, son effectif a aussi dû être renforcé, ce qui a amené certains bénévoles à passer d'un atelier à un autre en fonction des besoins.

L'organisation avait aussi décidé d'apporter une attention toute particulière à l'impact développement durable de l'évènement, en lien avec l'opération Sport Planète de la MAIF. Côté matériel, l'objectif était d'acheter au minimum et de transporter au minimum. En comptant les communes, les clubs, ligues et CD, ce n'est pas moins de 14 organismes qui nous ont prêté ou loué du matériel. Nous les en remercions. Le défi était donc,

après avoir passé le cap des autorisations (la dernière obtenue le 26 juillet), de faire marcher une équipe de personnes qui ne se connaissaient pas (et qui parfois ne parlaient pas la même langue), avec un matériel découvert sur place, et sur des terrains pour la plupart inconnus des bénévoles.

*« Nous comptons que notre activité, bien encadrée, qui éveille au respect de la nature et de l'environnement, obtiendrait les autorisations nécessaires. »*



## Le format sur 5 étapes conservé

|                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <b>Samedi 29 juillet 2023</b>         | Accueil au Termanal de Bolquère                            |
| <b>Dimanche 30 juillet 2023</b>       | Etape 1 – MD - Pla de Barrès (Bolquère)                    |
| <b>Lundi 31 juillet 2023</b>          | Etape 2 – MD - Les Artigues (Bolquère)                     |
| <b>Mardi 1<sup>er</sup> août 2023</b> | Etape 3 – LD raccourcie - La Quillane (La Llagonne)        |
| <b>Mercredi 2 août 2023</b>           | Urbaine à Puigcerdà (hors classement O'France)             |
| <b>Judi 3 août 2023</b>               | Etape 4 – MD - Col des Hares (Quérigut, Ariège)            |
| <b>Vendredi 4 août 2023</b>           | Etape 5 – LD raccourcie - Col des Hares (Quérigut, Ariège) |

**Merci aux participants de nous avoir soutenu dans la difficulté et d'avoir accepté le changement de programme.**





### Défi relevé et gagné !

Les petits couacs d'organisation ont pu être gérés et ne se sont pas vus de l'extérieur. Nous n'avons eu que des retours positifs sur l'événement. Malgré la fatigue, la bonne humeur a été de mise parmi les bénévoles du début jusqu'à la fin. A noter une très bonne entente avec nos amis catalans. Certains se souviendront longtemps de la boum organisée à l'hébergement le mardi soir (veille de journée sans étape de O'France), et/ou de la chansonnette catalane pour l'anniversaire de mariage de Bernadette et Dominique. La clé de la réussite d'un événement de cette ampleur se situe en très grande partie dans sa préparation et dans des réunions régulières (visioconférence toutes les semaines en équipe réduite pour les décisions principales les deux derniers mois (Valérie BERGER-CAPBERN, cheffe de projet, le relais local Mathieu BRUGAT, Denis GENEVES, délégué national toujours de bon conseil, Valentin PALCAU directeur de course et Benjamin CLEMENT-AGONI responsable bénévoles), tous les 15 jours avec les chefs d'atelier. La bonne volonté des cartographes (Léo FALCONNÉ et Ray HULSE) et des traceurs (Ray HULSE, Vincent FREY, André Amadou SYLLA, Olivier ESTELA et Luc BERBETT) qui ont complété la cartographie, tracé et prébalisé dans des délais très courts a été cruciale.

**« La clé de la réussite d'un événement de cette ampleur se situe en très grande partie dans sa préparation et dans des réunions régulières »**

## La parole aux organisateurs

### Valérie Berger-Capbern

**« Je remercie aussi vivement les experts nationaux qui sont intervenus sur la manifestation à savoir :** Jean-Louis BLEIN et Yann JEQUEL pour les arbitrages, Philippe POGU, Luc BERBETT et Olivier ESTELA pour les contrôles, sans oublier Fabrice LAPERGUE stagiaire contrôleur qui eux aussi ont dû s'adapter à ces délais très courts. Enfin la présence de chefs d'ateliers à l'expertise reconnue et à la finesse de jugement a été un élément déterminant de cette réussite. Pour l'aspect technique : Vincent FREY assisté de Joël LECOZ et Fabrice LAPERGUE (pour les 3 départs), Dominique ETIENNE (arrivée), Valentin PALCAU pour la pose et la globalité de l'atelier GEC tant les membres étaient complémentaires et toujours de bonne humeur (Pierre GAUFILLET, Rachel AGNOLI, Victoire LEMERCIER, Lucas CHAPELOT, Gael UTARD). Pour l'aspect administratif : l'équipe d'accueil autour de Nathalie MATTON et la très bonne gestion des bénévoles par Benjamin CLÉMENT-AGONI. Félicitations à l'atelier jeux de Mickael PARZYCH (le tout en famille !) et à la garderie de Chantal BURBAUD qui n'ont pas désempé et qui, aux vues des retours, furent très appréciés. Je soulignerai le travail de logistique de Mathieu BRUGAT, toujours posé et efficace, celui de Bernard MORTELLIER aux parkings qui restent vraiment d'une gestion difficile et de Patrick CAPBERN au développement durable. Et merci à Patrick pour m'avoir soutenue pendant les phases critiques du projet. »



### Atelier « parking » par Bernard Mortellier

**« Avant tout, je me fais le porte-parole de l'ensemble de l'équipe pour remercier la majeure partie des participants d'avoir accepté les contraintes et s'être garé aux emplacements désignés avec le sourire. Vous avez pu vous rendre compte que cela n'était guère facile de faire circuler – parquer et diriger un minimum de 1 000 véhicules. Il faut de la discipline et de l'ordre dans un atelier comme celui-ci. Garder son sang-froid et son sourire au sein de cet atelier n'est pas toujours facile, surtout à cause de la petite minorité qui cherche à tout prix à se garer à proximité, faisant fi des rubalises mises exprès pour identifier les zones où ne pas se garer pour des raisons d'accessibilité et donc de sécurité. Je remercie l'ensemble des membres de l'équipe de sécurité – parking pour leur disponibilité, leur discipline, leur sourire, leur bienveillance... Plus particulièrement les membres du club catalan – toujours souriants et disponibles (j'ai appris à les connaître). Certains compétiteurs ont proposé leur service quelques heures pour soulager l'équipe en place, ce qui a été très appréciable pour la traversée de la route sur Bolquère par exemple. »**



## Atelier « arrivée » par Dominique Etienne

« **La biodiversité progresse en pays Catalan.** En l'an 2033, les résidents du côté de Bolquère dégusteront des abricots ! En effet, les noyaux des 5500 abricots distribués par l'atelier arrivée vont germer à cause du réchauffement climatique et donner des abricotiers dignes de leurs ascendants drômois. »



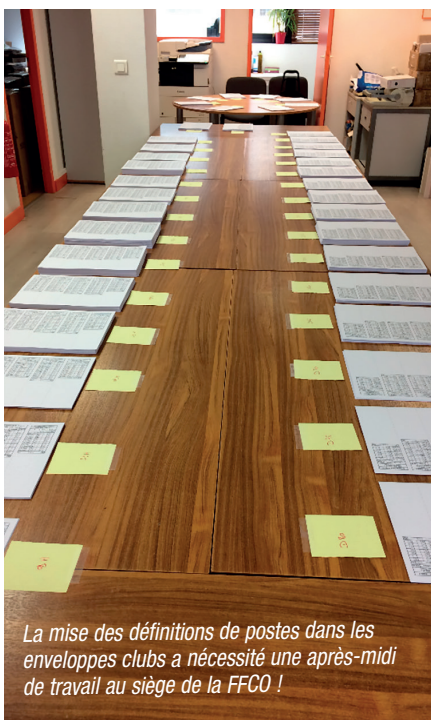
## Atelier « garderie » par Chantal Burbaud

« **La forêt des Enfants** », lieu d'animation pour les enfants durant la CO des parents, a accueilli entre 70 à 100 enfants jour. Plusieurs ateliers étaient proposés : une CO adaptée aux plus petits, un coin dinette, du coloriage, de la lecture, un espace avec des petites voitures, des jeux de précision avec balle, un jeu de quilles, une maison en carton à décorer.... pour le plus grand bonheur des enfants et la tranquillité des parents. Mille mercis à Ginette, Carme, Diane, Emilie et ses parents. »



## Atelier « pose » par Valentin Palcau

« Afin d'assurer des belles courses à tous une équipe pro de poseurs a été constituée avec 10 bénévoles chevronnés chaque jours sous la coordination du traceur, contrôleur des circuits et la vigilance du délégué national FFCO. Nous avons dû nous adapter à la disparité du matériel, car il provenait de plusieurs clubs et comités départementaux. Effectivement, disposé de matériel homogène (même boîtiers SI et piquets suffisants) est primordial pour des courses à plusieurs étapes. Pour nous ce n'était pas le cas et nous avons dû nous adapter chaque matin, jongler avec les gros et petits boîtiers, trouver les piquets adaptés, dans des délais très courts, et grâce à la réactivité de la GEC nous avons réussi à tout poser correctement à temps chaque jour. Un grand merci à toute l'équipe pour sa réactivité et sa performance technique, poser les boîtiers tôt le matin et enchaîner dans l'après-midi avec la dépose et le balisage de l'étape suivante. Par cette action bénévole, liée par notre passion commune la CO, j'ai pu rencontrer des gens merveilleux et je garde des beaux souvenirs de cette belle rencontre. Nous avons apprécié l'adaptabilité du chalet de Ticou à nos horaires matinaux ou tardifs et je tiens à les remercier car ils ont bien voulu s'adapter pour nous permettre de prendre nos petits déjeuner et nos dîners tous les jours. Nous étions peu nombreux et j'ai apprécié l'investissement des poseurs à l'accueil, à la garderie, comme signaleurs aux passages des coureurs, toujours avec le sourire et de bon humeur... c'est peut-être cela le secret d'une belle réussite sportive et humaine au sein de la fédération. Merci à vous, les traceurs d'avoir permis d'assurer des beaux parcours à tous et à toutes, dans un cadre naturel majestueux et bien mis en valeur par le traçage. Vous avez travaillé deux fois plus, car les 4 premiers circuits ont été bloqués par l'ONF. Finalement votre travail est récompensé par la satisfaction de la majorité des participants. Bravo. **En tant que directeur de course je tiens à me joindre à tous et remercier Valérie pour son investissement et assiduité sans faille, qui nous a permis de réussir ensemble ce beau projet.** »



La mise des définitions de postes dans les enveloppes clubs a nécessité une après-midi de travail au siège de la FFCO !

## Atelier « accueil » par Benjamin Clement-Agoni

« En tant que point d'entrée unique pour l'ensemble des participants, l'atelier Accueil a joué un rôle important dans l'organisation de O'France. Le travail de l'atelier Accueil a commencé bien en amont de la manifestation, avec la gestion de la messagerie de [contact.ofrance2023ffcorientation.fr](mailto:contact.ofrance2023ffcorientation.fr) et la gestion des cas particuliers de repêchages d'inscriptions, la limite de 2500 participants chronométrés ayant été atteinte très rapidement. Le travail de l'équipe s'est accéléré au cours du mois de juillet avec la préparation, au siège de la fédération, des enveloppes clubs contenant les dossards et les définitions de postes, ainsi qu'au traitement des demandes particulières d'horaires de départ, en lien avec la GEC. Lors de la manifestation, l'atelier Accueil était subdivisé en 2 ateliers : l'accueil compétition sous la responsabilité de Nathalie MATTON et l'accueil loisirs sous la responsabilité de Benjamin CLEMENT-AGONI. L'accueil loisirs a connu une affluence très importante du fait de la limitation des inscriptions chronométrées. **La présence de nos 2 salariées, Nathalie MATTON et Laureen VOLTINE, a été particulièrement appréciée par les clubs. Merci à elles pour leur implication !** »





### Atelier « départ » par Vincent Frey

**Pour l'atelier départ, la préparation s'est articulée autour d'un objectif principal : comment gérer avec peu de bénévoles 3 départs, dont deux avec plus de 1000 coureurs.** La distribution des définitions de postes dans les enveloppes club nous a permis de supprimer un box de départ. Une autre idée a été d'utiliser un logiciel pour pointer les coureurs au départ en lisant leur puce avec un boîtier SportIdent. Un tel programme existait-il ou allions-nous devoir en développer un ? Une rapide recherche sur Internet nous a donné la réponse : O Checklist de <https://stigning.se>. Fini, listings papiers et stylos : Une personne suffisait dès lors pour pointer les coureurs.



Une autre difficulté, due à l'éloignement géographique des responsables des départs, a été la découverte la veille de chaque course des zones de départ. Cela nous a valu quelques surprises de dernière minute du genre : comment agencer, lors de la 4<sup>e</sup> étape, 3 ateliers côte à côte en sachant que les circuits loisirs passent sur un chemin qui coupe les deux autres départs. Il ne restait plus qu'à gérer le départ en chasse de la cinquième étape. L'importation des listes de départ dans l'application «Go! - Start Clock» (également de stigning.se) nous a grandement facilité la tâche, l'application émettant un bip à chaque départ (et non pas toutes les minutes comme sur les horloges classiques). A H-8, les coureurs entraient dans le couloir de départ, et y étaient rangés en fonction de leur heure de départ. La prise de carte se faisait dans le couloir, avec bien entendu interdiction de la regarder avant H-0. La personne à H-0 n'avait plus qu'à vérifier que les coureurs étaient toujours dans le bon ordre, et partaient au bon «bip». Ce sont donc 3 équipes «réduites» qui ont fait partir chaque jour plus de 2500 coureurs. Du montage au démontage, l'implication des bénévoles a été totale et avec pratiquement pas de temps pour souffler entre le premier et le dernier départ.

Au vu des sourires sur le visage des coureurs et de leurs petits mots amicaux, on peut dire que la gestion des départs s'est parfaitement déroulée avec son petit lot d'anecdotes :

- les coureurs qui s'arrêtent au départ «Bleu» alors qu'ils sont censés partir du «Rouge»,
- les coureurs qui confondent sac poubelle et sac de récupération des contenants pour ramener à l'accueil,
- la famille dont les membres se sont trompés (échangés) pratiquement chaque jour de puce.

### Atelier « GEC » par Pierre Gauffillet

**« Mettre en place un atelier de Gestion Électronique de Course pour une course comme O'France est un défi.** Préparation des boîtiers, synchronisation avec les ateliers pose/dépose, départ et arrivée, gestion de la base des coureurs, évaluation et maintien de la qualité des données, approvisionnement et mise en place du matériel informatique, publication des résultats, lecture des puces de 2500 coureurs, gestion des intempéries, etc. Les sujets ne manquent pas, et chacun apporte son lot de questions et de contraintes. C'est pour cette raison qu'il est nécessaire de disposer d'une solide équipe pluridisciplinaire, au fait des règlements et des technologies, capable de se reconfigurer rapidement et de répondre au pied levé à l'imprévu. Dans les Pyrénées Catalanes, c'est grâce à Ana (Club d'Orientació Catalunya), Victoire et Lucas (du club Sports Orientation Lunéville) et à Gaël et Rachel (du Toulouse Olympique Aérospatiale Club Orientation), qu'il a été possible de faire face dans la bonne humeur à l'ensemble des écueils et de surmonter toutes les difficultés rencontrées. Je les remercie chaleureusement pour leur investissement dans cette passionnante aventure. »



## La mobilisation de tout un réseau pour faire vivre l'événement

Parlons maintenant des bénévoles : nous avons voulu privilégier l'aspect fédéral de l'organisation. Nous avons demandé en priorité au Comité Directeur de la FFCO, aux jeunes animateurs, aux 2 clubs locaux, plus le club catalan de Barcelone :



Le CCIO (CERDAGNE  
CAPCIR INTERNATIONAL  
ORIENTEERING)



Le COTE 66 (CLUB  
D'ORIENTATION TOUT  
ESPOIR 66)



Ainsi qu'un club  
catalan, le COC (Club  
Orientació Catalunya)



Un grand merci aussi au club de  
Castres pour le terrain des étapes  
4 et 5, initialement prévu pour leur  
régionale pré-O'France, et le relais  
assuré localement notamment  
auprès du Maire de Quérigut.





# Le Pôle Sports Nature Orientation en Allemagne

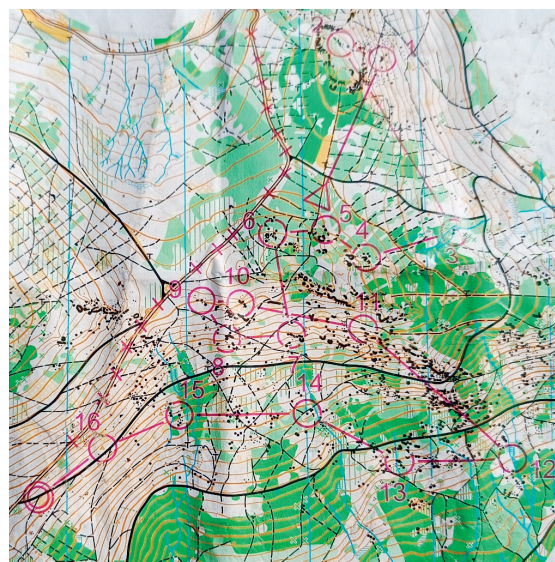
Quelques jeunes et l'entraîneur Stéphane Rodriguez du club PSNO dans le Lot et Garonne sont partis en Allemagne pour les 5 jours en Bavière. Une première expérience des grands événements pour la plupart des orienteurs présents, un souvenir inoubliable dans l'esprit de tous.

## Préparation d'un premier grand déplacement hors des frontières

L'entraîneur souhaitait faire découvrir aux jeunes orienteurs une grande compétition. Positionnée au départ sur le O'France à Font Romeu, l'équipe a dû changer rapidement de projet. Une inscription tardive est venue compromettre les chances pour le groupe de participer à ce magnifique événement. À la recherche d'un nouveau rassemblement, Stéphane ne s'est pas découragé et a proposé aux jeunes du club de partir en Bavière, plus précisément à Bodenmais. C'est avec plein d'enthousiasme que tous ont répondu présents à l'invitation, se réjouissant de dépasser les frontières françaises pour explorer de nouveaux terrains de jeux. Pour financer le voyage, Stéphane est allé à la recherche de partenaires et a demandé une participation financière à chacun. Ne suffisant pas à couvrir l'ensemble des frais, le prochain raid qu'organisera le club en septembre permettra également de faire face aux dépenses engendrées par ce projet. Un groupe WhatsApp a également été créé pour faciliter l'organisation du voyage et a ensuite permis de donner des nouvelles aux familles pendant la semaine de courses.

### Stéphane, le coach :

« Le trajet fut long mais dans la bonne humeur. Ce fut l'occasion pour les jeunes de créer un hymne du club et de faire émerger un mini bureau des jeunes. Nous avons campé dans la ville de Frauenau (près de la frontière tchèque). »



« Nous étions en préparation pour les championnats de France longue distance et avons pu découvrir de nouveaux concurrents et une course au général sur 5 jours. »



# Les témoignages d'un séjour inoubliable

**Zaïnulah**

« Au début du voyage, nous étions 8 personnes allant faire de la CO en Allemagne et à la fin, nous étions une équipe de 8 ayant partagé une expérience folle. »

**Lise**

« C'est un séjour que je n'oublierai jamais. J'ai passé une superbe semaine, le matin nous participions aux courses et l'après-midi, nous visitons. »

**Iléna**

« Après les courses, petit débrief et analyse des cartes, ce qui nous a permis de beaucoup progresser. »

**Manon**

« Nous étions en préparation pour les championnats de France longue distance et nous avons pu découvrir de nouveaux concurrents et une course au général sur 5 jours. »

**Alexis**

« La course était agréable, le site était beau et chaleureux. »

**Ihab**

« Le voyage a été si mémorable que j'aimerais vraiment repartir avec eux. »

**Jeanne**

« C'était un super voyage pour nous les PSNO ! Sans les parents mais avec le meilleur des moniteurs. Même s'il a beaucoup plu on s'est bien amusé. »

**Basil**

« Au départ de cette troisième course j'étais plutôt très stressé puisque la veille, j'étais à 2 minutes de l'avant dernier. Les résultats sont très importants même si on est venu pour s'amuser. »

**Stéphane (le coach)**

« Je suis ravi de ce séjour où les jeunes ont été exceptionnels tant sur le plan sportif que sur le plan humain et dans tous les autres domaines avec une cohésion de groupe aussi forte que je ne pensais pas obtenir. Des liens forts sont nés entre eux, il y a l'avant Allemagne et il y aura l'après Allemagne. »

## Une aventure enrichissante sur le plan sportif et culturel

Ces cinq jours ont permis aux jeunes de découvrir une compétition de grande envergure avec plus de 500 coureurs et 20 nations représentées. Ils ont participé à 4 courses en moyenne distance et un sprint. Il y a eu de beaux résultats, un bel apprentissage. Deux jeunes ont commencé la CO en septembre et trois autres ont découvert et aimé la course d'orientation grâce à la création d'une section « CO » dans leur collège : Joseph Chaumié d'Agen.

Les moments après courses étaient consacrés à la découverte de la Bavière : parc animalier, parc d'attraction, cascade et découverte de la ville de Bodenmais et Zwiesel. Les jeunes ont appris lors de ce voyage et sont prêts à repartir l'année prochaine à la découverte d'une nouvelle grande compétition en France ou en Europe et réfléchissent déjà à la recherche de nouveaux moyens de financement.

### Les résultats

|                  |                   |
|------------------|-------------------|
| <b>Manon</b>     | 3 <sup>ème</sup>  |
| <b>Alexis</b>    | 5 <sup>ème</sup>  |
| <b>Lise</b>      | 6 <sup>ème</sup>  |
| <b>Ihab</b>      | 5 <sup>ème</sup>  |
| <b>Stéphane</b>  | 11 <sup>ème</sup> |
| <b>Zainullah</b> | 12 <sup>ème</sup> |
| <b>Jeanne</b>    | 12 <sup>ème</sup> |
| <b>Basil</b>     | 15 <sup>ème</sup> |
| <b>Iléna</b>     | 16 <sup>ème</sup> |

## Stéphane, peux-tu nous dire en quoi ce séjour a été exceptionnel ?

- Une 1<sup>ère</sup> compétition internationale qui nous a permis de nous confronter à d'autres nations.
- La découverte de la culture allemande, une première pour une grande majorité d'entre nous.
- L'utilisation de l'anglais pour communiquer avec nos concurrents.
- Partir en camping à 1500km de notre foyer, c'est une aventure qu'on ne vit pas tous les jours.
- La rencontre d'autres Français orienteurs dans notre camping, licenciés au club 03 orientation.
- Des baignades dans une jolie cascade ... mais très froide.
- La découverte de villages Bavarois, parcs animaliers et parcs d'attractions.
- La vie en communauté, le partage des tâches ménagères, monter un campement, s'entraider.
- Et bien sûr après 8 jours de voyage, de belles amitiés sont nées.



# Challenge National des écoles de CO 2023

➔ La FFCO a renouvelé l'organisation du challenge national des écoles de CO le vendredi 25 août lors du week-end CFLD / CFRC organisé par le FINO (Figeac Nature Orientation) dans le Lot. En 2022 la FFCO avait déjà organisé le CNECO avec l'ACA lors de ce même week-end. La fédération s'est appuyée cette année sur Sébastien Cazelle et sur près de 12 bénévoles dont Loïc Capbern (membre de l'équipe de France) pour structurer et gérer l'événement.

## Une participation en hausse

En 2022, 34 équipes en provenance de 16 clubs ont participé à cette nouvelle édition. 3 clubs pouvaient prétendre au trophée (une équipe mixte dans au moins 2 catégories d'âge sur les 3). Cette année, ce sont 43 équipes réparties dans 18 clubs qui ont participé dont 4 clubs pouvant prétendre au trophée.

## Une journée sportive et éducative autour du développement durable

L'organisation du challenge a dû être adaptée puisqu'en parallèle se tenait l'Orientshow (organisé aussi par le FINO). Le score a été remplacé par l'Orientshow et les épreuves ont été un peu raccourcies. Ce mode de fonctionnement n'est pas à réitérer en l'état puisque l'Orientshow n'était pas adapté au HD10 et les meilleurs HD14 n'ont pas pu courir l'après-midi malgré leur qualification le matin même. La notion de développement durable a été une nouvelle fois très importante dans la conception de l'événement avec une simulation sur 6 balises et un choix à faire pour les participants sous forme de questions/réponses. Il n'y avait pas de classement global sur cet exercice, seuls les 3 premiers recevaient un bonus.

## Un terrain propice à l'installation d'ateliers mais technique pour les jeunes

Le lieu sélectionné était idéal avec une zone découverte au centre, elle-même entourée de forêt et la présence de beaucoup de postes (chemins, murets, végétation, pierriers...). Cette configuration a permis de faire tous les exercices dans

la même zone : aisance, carré magique, memo, questionnaire développement durable, relais (cf : voir les cartes). Comme d'habitude, le memo est l'exercice qui donne le plus de fil à retordre à certains de nos jeunes. Le terrain et les tracés étaient un peu difficiles pour eux puisque la végétation cachait (en partie) les postes et lignes directrices. Cet exercice est très formateur. Il faudrait qu'il soit pratiqué de manière plus généralisée.







Par Valérie BERGER-CAPBERN



## Trophée conservé pour le COM

Le COM, avec 5 équipes inscrites, avait mis tout en œuvre pour conserver le trophée acquis en 2022. Défi réussi puisqu'il remporte une nouvelle fois le challenge ! S'en suit les clubs suivants : Viv'Aзимut, PSNO et TA Famek. Bravo et merci à tous les participants et leurs accompagnants pour cette belle journée.

## Le rendez-vous est donné !

Nous rappelons qu'il n'est pas obligatoire d'avoir une école de CO pour inscrire des jeunes au challenge national. Les jeunes peuvent même faire partie de 2 clubs différents et être classés dans les challenges « de catégories » (HD10, H10, D10, HD12, H12, D12, HD14, H14, D14). Le règlement du challenge pour le trophée des écoles de CO sera modifié pour prendre en compte le classement des 2 meilleures équipes mixtes sur 2 catégories d'âge et ce afin de favoriser la constitution d'équipes mixtes.

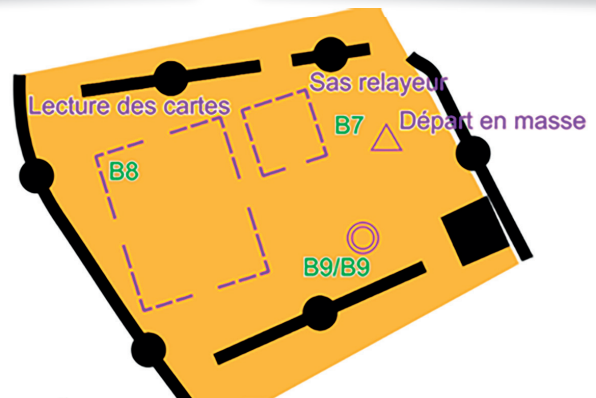
Concernant le lieu, des discussions ont été engagées avec l'OTB, organisateur du week-end CFLD / CFRC en 2024. Le challenge sera sans doute positionné sur la date du jeudi 22 Août. Alors rendez-vous l'année prochaine, encore plus nombreux.



La direction est prise pour cette jeune coureuse du RaidLinks07



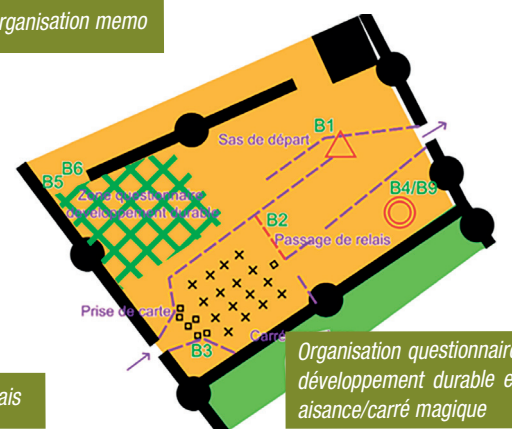
Pas une seconde à perdre avant d'attaquer le prochain poste.



Organisation memo



Organisation relais



Organisation questionnaire développement durable et aisance/carré magique



# WMOC 2023

## une arrivée délicate en Slovaquie pour un départ en grande pompe

Les Français étaient en Slovaquie du 11 au 18 août pour disputer une nouvelle édition des World Masters Orienteering Championships. L'occasion pour nos bleus de découvrir ou redécouvrir des terrains magnifiques (en forêt comme en milieu urbain) ainsi que des concurrents et amis de longue date. Retour sur ce périple fastidieux mais fabuleux pour nos 27 Français.

### Des bâtons dans les roues.

Nous voici partis pour les WMOC à Kosice en Slovaquie. Mais deux jours avant la première épreuve, certains ont failli ne pas arriver. En effet, à proximité de Munich, Jérôme et Claire Baudson (Valmo) nous envoient un message sur le groupe WhatsApp : « *voiture à l'arrêt pour plusieurs jours, cherche un co-voiturage sur place* ». La grosse poisse. Ils ont dû aller à la gare à vélo, prendre le train jusqu'à Vienne puis retrouver des amis pour aller à Kosice. Affaire à suivre pour le retour. Mais finalement, c'est avec une grande joie que ce samedi 12 août, l'équipe de France Vétérane se retrouve au complet et en grande forme. Enfin presque. À peine arrivé dans les tribunes du stade pour les qualifications du Sprint, je tombe sur Sandra Olivier (Balise 77) qui manifestement ne va pas bien : « *Je me suis blessée à la cheville sur la dernière étape des O'France la semaine passée et hier, j'ai essayé de courir, mais j'ai trop mal. Je ne peux pas courir, je suis venue pour rien.* » Heureusement, la machine solidarité des WMOC se met en marche. À quelques mètres de nous, j'aperçois Kristin Viikmaa. C'est une amie Estonienne qui est depuis 2 ans ostéopathe. En 2019, elle avait déjà soigné ma côte fêlée. Elle prend le temps de voir la cheville de Sandra. Ça discute en anglais et Sandra se retrouve avec un bandage et le conseil de ne pas courir les sprints qui sont sur route pour tenter d'être mieux en forêt. Nouvelle affaire à suivre.

### 1<sup>er</sup> jour de compétition

Place à la compétition ! Nous allons courir sur un terrain urbain, mais au milieu d'immeubles de 3 étages avec de grandes surfaces en herbe. Cela va courir vite, mais attention de bien tourner à l'angle du bon bâtiment. À ce jeu-là, les Français s'en sortent plutôt bien avec 19 qualifiés en finale A. Lendemain, Finale du Sprint. L'Aréna se situe dans un joli petit parc. Quand nous y arrivons, nous sommes interloqués par le nombre de

mètres de rubalise. Visuellement, nous comprenons que nous allons terminer la course dans un vrai labyrinthe de chemins où il ne sera pas possible de couper à travers les pelouses. Une fois installés sous un conifère pour éviter le soleil, direction l'un des 4 départs au cœur de la ville de Kosice. Et c'est parti ! Première partie dans les rues et ruelles de la vieille ville où nous passons à proximité de la cathédrale Sainte-Elisabeth et du théâtre, ainsi qu'un bon vendeur de glaces où nous irons après la course.







Zone un peu technique où il faut bien voir le bon passage sous les bâtiments. On passe le pont au-dessus de la voie ferrée et c'est la dernière partie dans le parc. Impossible de couper, il faut compter les carrefours et prendre la bonne direction sans quoi vous risquer de perdre 30 secondes facilement. Après avoir pris l'un des deux couloirs de près de 200m, enfin c'est l'arrivée. Les Français arrivent avec des déceptions pour certains (poste manquant ou grosse erreur), mais pour d'autres c'est le Graal. Céline Dodin en D40 (Aix-en-Provence) remporte le titre ! Puis, c'est Jérôme Baudson en H45 (Valmo) qui remporte son tout premier titre mondial.

#### Petite explication sur sa préparation

**aux WMOC :** « Je suis arrivé en Slovaquie après une belle préparation spécifique pour le sprint. C'était le gros objectif de ma saison et depuis les CFC, avec mon coach Jérôme Danel, on avait orienté les entraînements dessus : travail spécifique, simulation, fractionnée...

J'arrivais avec toutes les « cartes » en main à mon niveau. La qualification s'est bien passée en essayant d'en garder sous le pied, mais j'ai tout de même réussi à faire une erreur de cheminement qui me coûte 30' sans conséquence puisque je gagne ma série et je partirai donc avant-dernier le lendemain. Pour la finale dans la vieille ville, l'objectif est d'envoyer le plus possible et de rester concentré sur le dernier tiers, car le final est en parc où l'on attend beaucoup de postes. Le plan initial a plutôt bien fonctionné d'autant que le parc était simplifié par une fermeture de tous les espaces engazonnés. Dans le couloir d'arrivée, j'entends le speaker m'annoncer en tête, je finis à fond et puis c'est l'attente. Heureusement, juste quelques secondes pour voir si l'espagnol qui partait dernier réalise un meilleur temps et c'est le bonheur total ! Quel plaisir de partager cela avec mon épouse, les copains du club et les quelques Français présents. ». **Nous voici avec 2 médailles d'or !**



Par Benoît SOL



Céline et Jérôme avec leurs médailles d'Or du Sprint.

**Pour Céline Dodin, c'est la passe de 3 ! L'OR sur le Sprint, la Moyenne et la Longue. Aucun Français ne l'avait encore fait. Une dernière préparation physique en guise de voyage.**

#### 2<sup>ème</sup> jour de compétition

Après une journée de repos où nous avons visité l'un des plus grands châteaux forts d'Europe, la ville de Kosice et aussi de déjeuner entre amis dans des petits restaurants locaux à 5 € le plat bien copieux, nous voici en forêt pour l'épreuve de qualification. Un terrain très courant avec du dénivelé et des ravins qui ont parfois des rivières au fond. La forêt devient plus dense vers l'arrivée. Effectivement, la carte devient plus verte jusqu'à proximité de l'arène où il faut prendre la bonne trace réalisée à travers des épineux. Nous avons 14 orienteurs qualifiés en Finale A de la Moyenne. Mais nous aurions pu en avoir que 13 car Florence Bestel en D50 (COL Etréchy) avait manqué un poste : « Je suis sûr de l'avoir pointé. Tant pis, je

vais porter réclamation et payer 20 € pour relire le boîtier. » Gagnée et remboursée vu qu'elle avait raison ! Pour cette finale de la Moyenne, nous allons suivre ceux qui sont en finale A mais aussi les autres qui peuvent prétendre à remonter en finale A de la longue. Le terrain est sensiblement le même que la veille. Sabine Marques en D45 (BRO Soustons) : « Attention sur la fin, il faut ralentir un peu car la lecture de carte est plus délicate. »

Et effectivement, cette dernière partie de course est plus sensible avec des passages de lignes électriques avec végétation dense qui se suivent et des zones blanc et vert clair. Il a fallu ralentir sa course. Et finalement, Céline Dodin remporte à nouveau le titre ! 3<sup>e</sup> titre aux WMOC, elle revient au niveau de Fabrice Vannier (Balise 77) absent cette année. Malheureusement, Marie Morlon en D55 (Talent) termine au pied du podium pour 2'. Une petite journée de repos avec pour bon nombre, une visite de la grande grotte du coin. Soit en entrant côté Slovaquie soit du côté hongrois.

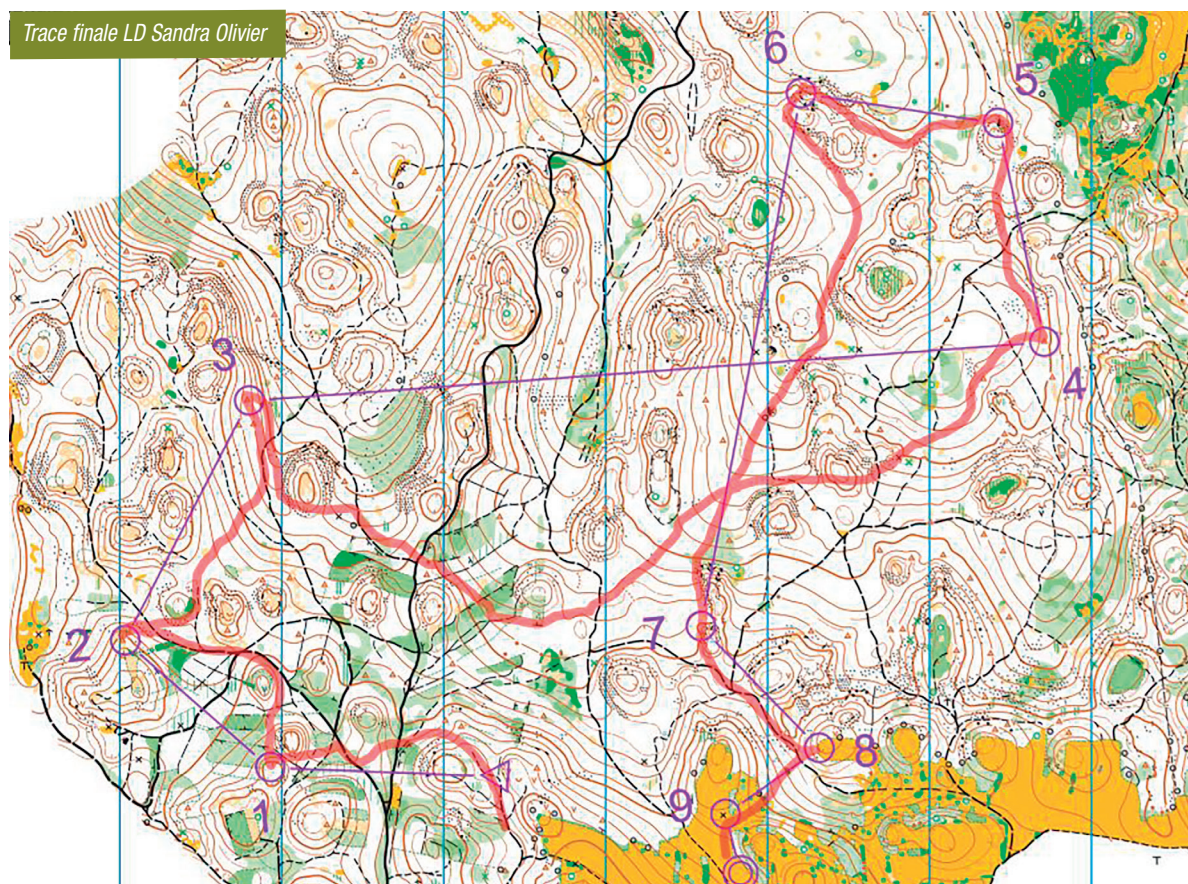


## 3<sup>ème</sup> jour de compétition

C'est le dernier jour des WMOC avec la finale de la longue avec 16 coureurs en finale A. Benoît Sol en H40 (AS IGN) et Sébastien Lochet en H45 (BRO Soustons) ayant remporté leur finale B à la moyenne. Benoît : « *Étant le premier non qualifié avec une erreur de 5', j'avais à cœur de gagner cette finale B pour revenir en A sur la longue.* » Et là, changement de terrain. Nous voici dans la forêt de Silica. Céline Dodin en D40 (Aix-en-Provence) : « *Nous sommes sur une forêt de hêtres magnifiques, sur un terrain karstique avec plein de dolines. Une partie dans la forêt et une partie en terrain découvert avec des zones de vert qui n'étaient pas simples.* » Les Dolines : de grandes dépressions qu'il vaut mieux contourner pour éviter le dénivelé. Nous en avons rencontré déjà l'année dernière en Italie, mais avec de grandes différences. En Italie, les dolines étaient accompagnées généralement par des collines avec des nombreux rochers et pierres au sol. Et une grande partie des cartes étaient avec du vert qui limitait la visibilité du relief. Cette année, la carte était plutôt blanche, avec moins de collines et pratiquement pas de rocher ralentissant la progression des coureurs. Sandra Olivier : « *J'ai déjà couru en Slovénie sur des cartes où il y avait des dolines et je m'attendais à un relief plus prononcé. N'ayant pas pu toujours réalisé parfaitement mes choix d'itinéraire, j'ai perdu du temps avec un environnement moins précis que ce que j'imaginais.* » Restons avec Sandra pour revenir sur sa blessure de début de compétition. Finalement, cela va mieux et elle a pu terminer en 11<sup>e</sup> position lors de cette finale. Marie Morlon termine à nouveau au pied du podium, mais nous apprendrons plus tard qu'elle avait le Covid, d'où sa baisse de forme ce dernier jour où nous avons cru qu'elle ne participerait pas. Pour Céline Dodin, c'est la passe de 3 ! L'OR sur le Sprint, la Moyenne et la Longue. Aucun Français ne l'avait encore fait et elle devient ainsi la meilleure de l'équipe de France des WMOC avec 4 titres et 2 médailles de bronze (2022 et 2023).



Trace finale LD Sandra Olivier







Sprint Final, M45-A, Jerome Baudson



Sandra Olivier soignée par Kristin Viikmaa (Estonie)

## La France termine 5<sup>e</sup> des WMOC 2023

La France termine 5<sup>e</sup> des WMOC 2023 derrière la Norvège, la Suède, la Finlande puis la Suisse grâce à ses 4 médailles en OR. Christine Lhomme en D50 (Balise Orientation Albigeoise) : « Une superbe première expérience aux WMOC ! Tant du côté purement Course d'Orientation avec une organisation au top, de superbes cartes et une semaine de CO variée comme on aime ; que du côté des rencontres avec les français et un vrai groupe "France" grâce à la facilité de communication que Benoît à mis en place ! Merci à lui. ». La page des WMOC 2023 se tourne pour déjà laisser place à celle des WMOC 2024 qui se dérouleront à Turku en Finlande et où j'espère, nous serons encore de nombreux Français à découvrir ses magnifiques paysages et cartes finlandaises.

**Au fait, et le retour de notre couple Baudson ?** Ils sont bien rentrés, car leur voiture a été réparée le lendemain de la dernière course. Il a quand même fallu faire le chemin inverse. Le train puis les vélos... Enfin sauf la roue avant. Mais plein de souvenirs et une belle médaille en Or !





Par Dominique  
ETIENNE

La sélection française et ses supporters présents aux Championnats du monde de CO à VTT en République Tchèque du 20 au 26 août ont dû patienter jusqu'aux deux derniers jours pour chanter la Marseillaise.



## WMTBOC-WJMTBOC : Retour sur une fin de saison mémorable



Arrivée du relais junior CMVTT 2023

### Des relais qui changent tout !

Un poil sceptique sur les premières courses, parce qu'ils se souvenaient de la maigre vendange 2022 en Suède (trois petits podiums). Néanmoins la médaille de bronze d'Armel Bertaud et les quatre petits podiums de Jérémie Pourre, Augustin Leclère, Armel Bertaud et Timothy Blot obtenus avant les deux derniers jours encourageaient nos tricolores, comme leurs fans, à garder espoir. L'espoir ou plutôt le junior Armel Berthaud qui concrétisait ces attentes en s'imposant sur la Mass-Start, la veille des relais. **Notre nouveau Champion du monde contaminait de son « peps » le groupe France.** Le samedi 26 août 2023, une date historique et un moment exceptionnel pour la CO française puisque les quatre relais programmés lors de ces mondiaux sont montés sur le podium. Après les premiers parcours au contact des favoris, les finisseurs, dans leur rôle crucial, ont placé toutes les équipes à des niveaux inespérés en début de Championnat :

- **Les seniors 4<sup>e</sup> :** Jérémie Pourre – Albin Démaret Joly – Florian Pinsard
- **Les Juniors en bronze :** Anne-Caroline Sipos – Lola Colle – Jade Boussier
- **Les seniors vice-championnes du monde :** Constance Devillers – Lucie Rudkiewicz – Lou Garcin
- **Le sacre mondial pour les juniors :** Timothy Blot – Augustin Leclère – Armel Berthaud.

« A l'addition des places de ces relais, la France est deuxième nation derrière la Finlande et devant la République Tchèque, une sacrée référence dans la hiérarchie mondiale de la discipline. Aussi, je ne peux pas m'empêcher de souligner la valeur collective de ces équipes. Nos relayeurs ont su composer avec des relations humaines qui les rendent plus forts. Les performances réalisées n'étaient pas seulement une histoire de muscle, de vitesse ou de technique, mais aussi

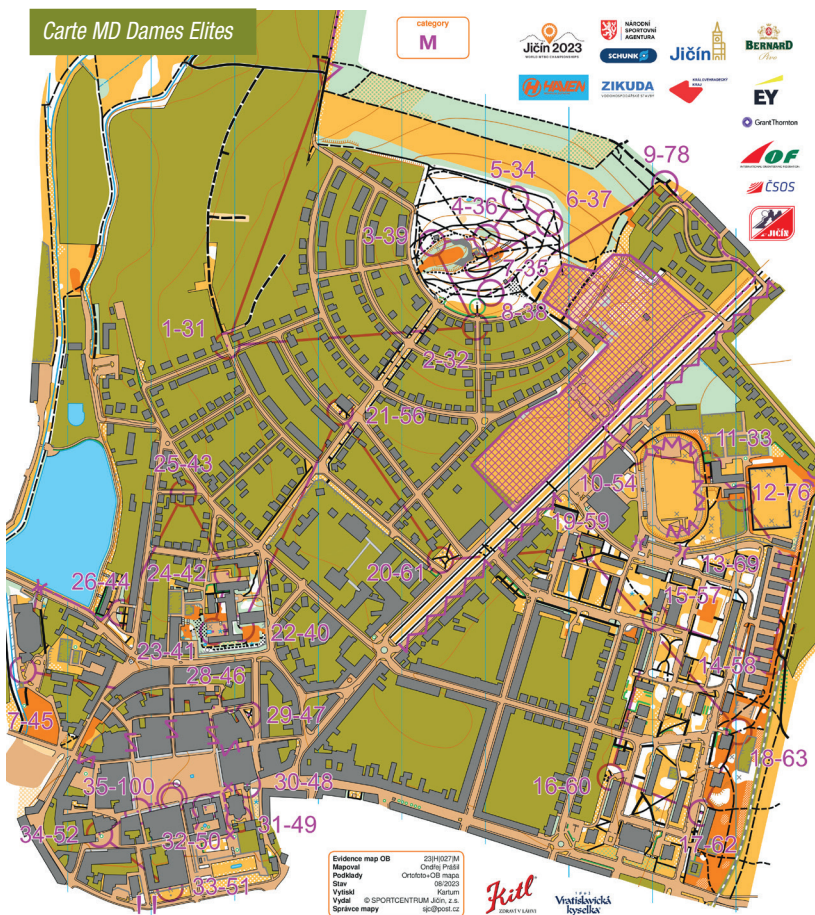
la mise en commun d'un objectif et non l'addition d'individualités. Un grand merci aux cadres bénévoles André Hermet et Yoann Courtois. À l'occasion de mon déplacement dans un pays où les orienteurs vététistes sont légion à quelques kilomètres de Pilsen, le lieu phare de la CO à VTT, j'ai observé une bien belle équipe de France. Un groupe qui justifie et donne raison à notre fédération de poursuivre le soutien du haut-niveau à VTT » souligne Dominique Etienne.

Podiums relais CM VTT Jicin 2023

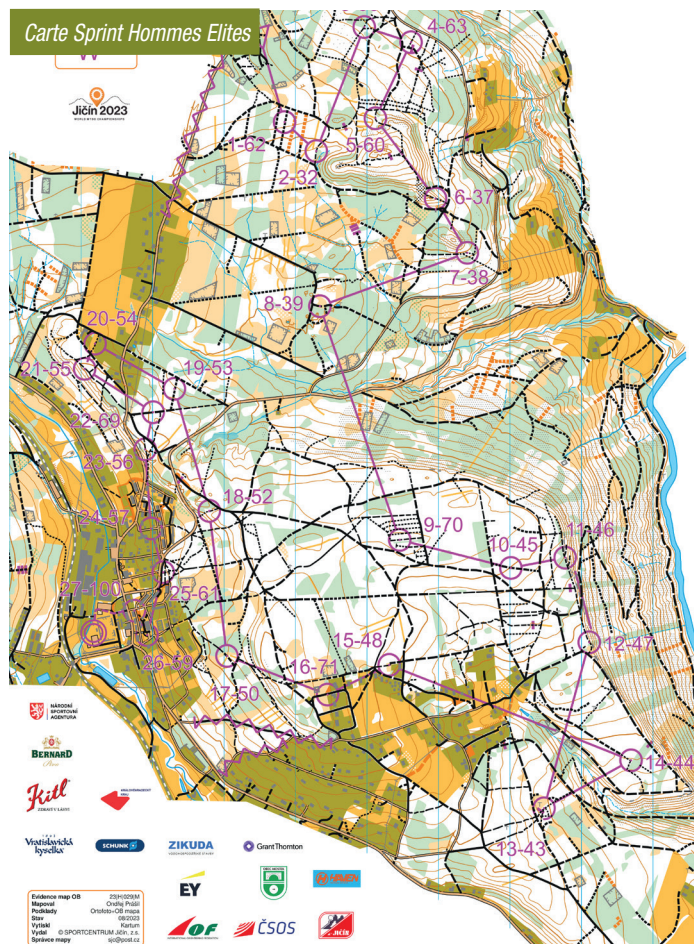




## Carte MD Dames Elites



## Carte Sprint Hommes Elites



EDF CM VTT 2023

**Les 21, 22, 23 septembre se tenait le dernier rassemblement international de la saison pour nos orienteurs français qui participaient aux championnats du monde U23 à VTT et au dernier round de coupe du monde.**

Quelle réussite ! Malgré une météo italienne capricieuse, nos bleus ont réalisé des performances tout aussi exceptionnelles sur l'ensemble des épreuves de moyenne distance, longue distance et relais. Une continuité presque logique après leur festival en République Tchèque quelques semaines auparavant. Arnel Bertaud s'offre la première place et devient champion du monde U23 en longue distance et vice-champion du monde U23 en moyenne distance avec en prime une place honorable en catégorie Elite pour sa première participation (9<sup>e</sup>) Lucie Rudkiewicz empoche quant à elle la médaille de bronze en longue distance U23 avec une course maîtrisée de bout en bout. **Fin de la saison internationale pour nos Bleus qui clôturent cette année d'une très belle manière et se préparent d'ores et déjà pour les championnats d'Europe (jeunes, juniors et Elites) prévus en mai 2024 en Pologne.**





**Sport  
Planète**

féderé par **MAIF**

# Développement durable : les organisateurs s'engagent !

➔ Depuis le début de l'année, la commission développement durable travaille à rendre la pratique de la CO plus respectueuse de l'environnement, en partenariat avec la MAIF et le dispositif Sport-Planète. Retour sur les actions du trimestre passé.

## O'France 2023 Pyrénées catalanes Donezan (30 juillet – 4 août)

O'France 2023, qui vous est présenté par ailleurs dans ce numéro, incluait un certain nombre de mesures « éco-responsables », certaines habituelles, d'autres plus spécifiques :



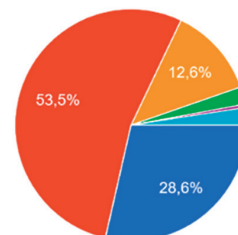
### Transports

Une plateforme de covoiturage a été mise à disposition (Popsleigh), mais malheureusement celle-ci a été très peu utilisée. Cela montre que le covoiturage s'organise par d'autres moyens, principalement à l'intérieur des clubs. L'organisation a favorisé cette action en attribuant les mêmes horaires au sein de chaque club. Des informations sur les navettes locales ont également été mises à disposition sur les réseaux sociaux et sur le site O'France. Le questionnaire envoyé aux participants a permis d'identifier plus précisément les moyens de transport utilisés. La répartition se présente ainsi pour les participants français :

Par quel moyen de transport principal êtes-vous venus à O'France ?

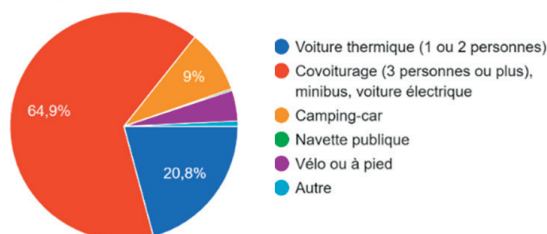
413 réponses

- Voiture thermique (1 ou 2 personnes)
- Covoiturage (3 personnes ou plus), minibus, voiture électrique
- Camping-car
- Train
- Avion
- Autre



Par quel moyen de transport principal avez-vous rejoint chaque étape depuis votre hébergement ?

413 réponses



Ces données confirment le recours majoritaire au covoiturage ou mobilités « plus douces », 60% entre domicile et O'France, et même 70% pour les trajets sur place. Une piste pour le futur serait de favoriser les véhicules les mieux remplis pour le parking, lorsque les contraintes locales le permettent. À noter que **les participants français se déclarent favorables à 69% au principe de tarifs d'inscription réduits pour ceux utilisant des transports générant moins de CO2**, sans doute une autre piste de réflexion pour le futur !





### Alimentation & traitement des déchets

- Un cahier des charges pour favoriser les circuits courts, la minimisation des emballages et les produits de saison (si possible bio), a été établi pour les repas des bénévoles et des participants.

- Comme prévu, aucune bouteille ou verre en plastique n'a été distribué. Les concurrents devaient emmener leur propre éco-cup et récipient. Les récipients laissés au départ par les concurrents ont été ramenés sur l'arena par l'organisation et les participants étaient encouragés à emporter leurs déchets avec eux après la course.

- Les arenas des étapes 1 à 3 (Termanal Bolquère et station La Quillane) étaient équipées à l'entrée de points de collecte de tri sélectif mais la présence de poubelles de tri sur l'arena elle-même aurait été souhaitable. Sur le col des Hares, suite à un malentendu, seul des sacs poubelles ont pu être installés, ce qui n'a pas permis une collecte sélective effective. La présence de poubelles en dur avec étiquettes de « tri » est donc indispensable.

- Le livret d'information était disponible uniquement sous forme numérique avec affichage sur écran et diffusion par internet.

**- Sur 2 étapes, La MAIF a mis à disposition une box pour récupérer les vêtements ou matériels de sport usagés.**

De petites quantités ont été collectées. Ceci confirme que ce genre d'évènement n'est pas le plus favorable pour ce type de collecte.

- Les résidus des toilettes sèches ont également été récupérés pour être recyclés par le Monastère du Donezan.



### Gestion de l'énergie et de l'eau

Le recours à l'électricité filaire a été privilégié autant que possible; notamment sur les arénas du Termanal de Bolquère et de la Station de la Quillane. L'eau en revanche n'a été disponible qu'à l'arrivée et a été exclusivement réservée comme boisson « de secours ».



### Sensibilisation au développement durable

- Information des concurrents et aussi des bénévoles (site, réseaux sociaux) sur les mesures prises en termes de développement durable et sur les milieux naturels (faune, flore etc.).
- Stand de l'Office du Tourisme de Quérigut lors de l'étape 5, avec informations sur un tourisme responsable.
- Un Quiz par jour sur le développement durable, pour les jeunes.
- Stands MAIF Sport-Planète lors des étapes 2 et 5.
- Questionnaire envoyé aux concurrents pour retour sur les aspects développement durable, avec 522 réponses reçues et analysées.



Animation jeunes avec quiz développement durable



## DÉVELOPPEMENT DURABLE



Animation stand MAIF



### Respect des sites et de la biodiversité

Le choix des sites de courses les moins sensibles a été fait suite aux échanges avec l'ONF et le PNR-PC. Les zones humides sensibles ont été évitées par les parcours. 20 toilettes sèches ont de plus été installées sur toutes les arénas. La sonorisation a été uniquement prévue sur la dernière étape pour limiter la nuisance sonore pour la faune. **À la fin de chaque journée, l'équipe de nettoyage s'est assurée que chaque site soit restitué dans un état au moins aussi propre qu'avant l'épreuve.** Un jeu concours avec Outdoorvision (service du Pôle ressources national sports de nature) a été organisé pour collecter des données sur la fréquentation des espaces naturels.



### Achats responsables

**Le maillot de l'événement n'a été fourni qu'à ceux qui le demandaient** lors de l'inscription. Le choix des récompenses et des cadeaux s'est orienté vers des produits écologiques et durables :

- Cadeau commun : carnet avec maximes sur le développement durable, imprimé localement en papier recyclé.
- Cadeau commun pour les plus jeunes : médailles en papier, graines à planter.
- Récompenses en spécialités locales et bons d'achat pour des équipements sportifs.



### Réduction de l'empreinte numérique

L'équipe d'organisation s'est principalement appuyée sur des emprunts ou de la location et n'a pas investi dans du matériel neuf.



### Société plus inclusive, cause solidaire

La prestation toilettes sèches a été assurée auprès de l'association de réinsertion Dynam'Co (agrément entreprise solidaire d'utilité sociale) et nous les remercions.



### Egalité femmes/hommes

La présence d'un atelier « garderie » a permis aux parents de pratiquer sereinement tout au long de l'événement. Des horaires aménagés ont même été proposés pour faciliter les parents et assurer la sécurité des enfants. L'équité stricte des récompenses a également été appliquée.



### Gestion responsable des bénévoles

L'affectation des tâches a été faite en tenant compte des compétences et envies de chacun. La satisfaction des bénévoles s'est confirmée via un questionnaire.



### Quantification globale de l'impact O'France sur l'équivalent CO2

L'outil « Coach Climat », promu par le Ministère des Sports et le CNOSF dans le cadre PARIS 2024, a permis d'évaluer l'impact de O'France 2023. Sur la base des moyens de transport utilisés (tels que recueillis grâce au questionnaire ci-dessus), **348 t eq CO2 ont été émises** notamment sur les 2 postes suivants :

- **95,6% : Transports**
- **3,3% : Objets promotionnels** (maillot O'France)

Ceci confirme donc que l'impact principal eqCO2 de notre sport réside dans les transports. Ces 348t pour 2550 participants et accompagnateurs correspondent à environ 136kg/pers eqCO2. En comptant en moyenne une émission de 9t/an/pers pour les Européens, 136kg correspond à un supplément aux émissions habituelles d'eqCO2 de 5 jours environ (1,5%).

Parmi **les pistes d'amélioration suggérées** par l'outil, les plus intéressantes à discuter pour le futur sont :

- La réduction du tarif d'inscription pour les transports bas carbone.
- Une communication ciblée sur les transports bas carbone.
- Le choix de maillots éco-conçus.







## Des nouvelles du challenge covoiturage FFCO

Entre début Juin et mi-Septembre, les kilomètres économisés et enregistrés par les licenciés sur le site FFCO sont passés de 169 400 à environ 287 700km, soit +118 300km, pour atteindre l'équivalent CO2 de 72t environ. Seulement une centaine de foyers répartis dans 37 clubs ont participé pour l'instant, sur environ 200 clubs affiliés.

À votre tour, participez au challenge en vous rendant sur Covoiturons pour la planète : <https://www.ffcorientation.fr/licenciel/covoiturage/>



Pour les personnes concernées, en comptant en moyenne 2 personnes par foyer FFCO, cette économie sur 5,5 mois (avril à mi-Septembre) représenterait environ 0,8 tonne sur 1 an (72t\*12/5,5/200pers) pour 9 tonnes par an et par personne en moyenne en France. Cela fait près de **9% de réduction**, ce qui est très significatif, même si la neutralité carbone demanderait -80% environ...

**Merci à tous les clubs de participer davantage à ce challenge pour rendre cet effort encore plus visible, et surtout plus efficace !**



## Fil rouge : sensibilisation des jeunes au développement durable

Le Challenge National des Ecoles de CO a été organisé par la FFCO avec le support du club FINO, à Figeac, le 25 Août, à l'occasion de la semaine du CFLD-CFRC organisée par ce club, avec 43 équipes, soit 86 jeunes.

Pour la 1<sup>ère</sup> fois, ce challenge incorporait **un quiz Développement Durable de 12 questions**, avec 2 niveaux (Bleu/Vert, et Jaune), à réaliser par équipe de deux. À chaque question, les postes à poinçonner dépendaient de la réponse choisie par les jeunes. Cette épreuve donnait lieu à un bonus de points pour les meilleures équipes.

## La Commission recrute !

**La Commission Développement Durable FFCO est toujours à la recherche de nouveaux membres pour la renforcer et contribuer à son développement.** Les échanges se font par emails, avec en moyenne 1 visio-conférence par trimestre. Si le sujet vous motive, n'hésitez pas à envoyer votre candidature à [contact@ffcorientation.fr](mailto:contact@ffcorientation.fr)





Par Laurent ASTRADE (CDC073),  
Jean-Christophe MARTINEZ (Diablos Bleus)

# Parcours Permanent Orientation à ski Alpin à Montchavin et la Plagne (Savoie)



Les Diablos Bleus sont un club de montagne (trail, ski de rando) de Tarentaise, qui a découvert la CO en participant à plusieurs éditions du raid O'Bivwak. Emballés, ils se sont affiliés à la FFCO en 2021 et développent depuis de nouveaux parcours pour faciliter l'accès à la pratique.

Soutenus par la commune de la Plagne Tarentaise, particulièrement motivée à développer la pratique sur leur territoire (sous toutes ses formes) et accompagnés par le Comité de Savoie de CO et ses autres clubs, les Diablos Bleus ont fait cartographier 35 km<sup>2</sup> de terrains, mis en place 6 Espaces Loisirs Orientation (découverte, patrimoine et sportif), coorganisé les championnats de France Relais et MD 2021 (avec pour la 1<sup>re</sup> fois la présence de TV8 Mont-Blanc sur une course de CO), tout en développant leur club (formations, école de CO, etc.). Une succession d'actions et de collaborations réussies avec les politiques locales qui permettent à la CO de trouver sa place sur le territoire.

La dernière création est un ELO Ski Alpin dans les stations de Montchavin et de La Plagne avec une carte pédestre de base que l'équipe a adaptée pour pratiquer en période hivernale (suppression des éléments non-visibles sous la neige comme les micros reliefs, l'hydrographie, les souches, petits rochers et falaises, etc.).

Le club a cartographié des pistes (surfaces damées avec contours) et routes forestières skiables en fonction de leur difficulté (verte à noire) et des balises déjà dispersées sur le domaine skiable (construites par le Service Technique de la commune sous forme de piquet avec scellements amovibles pour l'été). Il ne reste plus qu'à inventer un système pour porter la carte et à farter ses skis pour l'hiver.

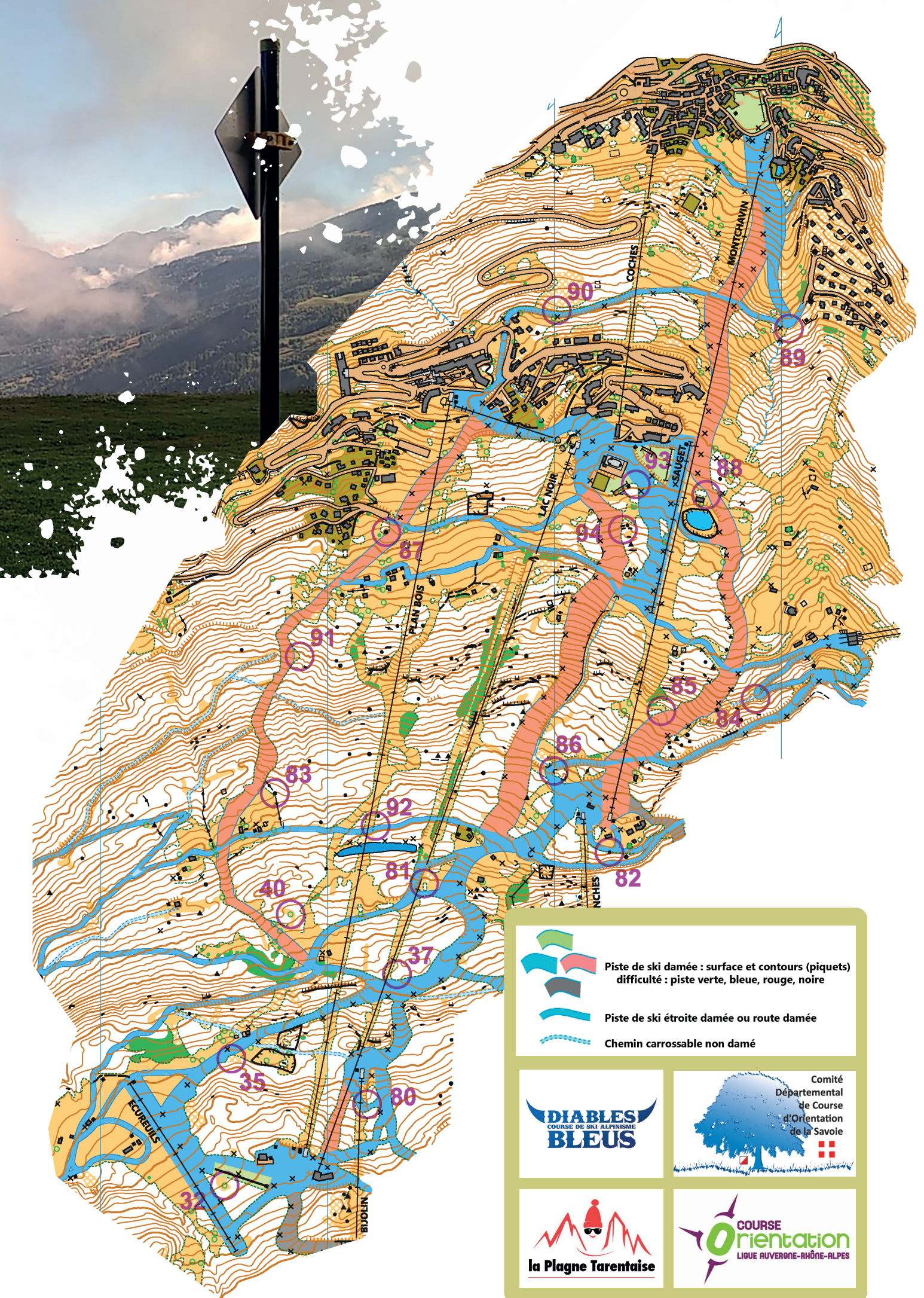



Merci au service technique de la commune.





**Ouverture hiver 2023-2024 !**





 Piste de ski damée : surface et contours (piquets)  
difficulté : piste verte, bleue, rouge, noire

 Piste de ski étroite damée ou route damée

 Chemin carrossable non damé

  
DIABLES  
COURSE DE SKI ALPINISME  
BLEUS

Comité  
Départemental  
de Course  
d'Orientation  
de la Savoie



  
la Plagne Tarentaise

  
COURSE  
d'Orientation  
LIQUE AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



# ***noname***

DESIGN UNIQUE - SUPER TECHNIQUE - LIVRAISON RAPIDE

## TENUES CLUBS 100% PERSONNALISABLES

france@nonamesport.com

www.nonamesport.com



**Nouvelle structure NONAME France...**  
Meilleur rapport qualité/prix.

**Aucun frais supplémentaire** pour les  
maquettes, le design, la conception...  
et les frais de port sont offerts !

**Qualité PREMIUM:** NONAME utilise  
uniquement les meilleurs matériaux  
et tissus.

**Choix illimité** pour le design et les coloris !

**Réassort:** le suivi du même design reste  
possible durant plusieurs années.

**Echantillons et sets d'essayage**  
à disposition.

**Webshop club exclusif.**