



*Pour tous
renseignements
sur les activités
du club,
entraînements,
courses,
initiations :*

www.quimper-orientation.fr

LE BOIS DE SUGUENSOU

**Carte de course d'orientation
équipée de balises permanentes**

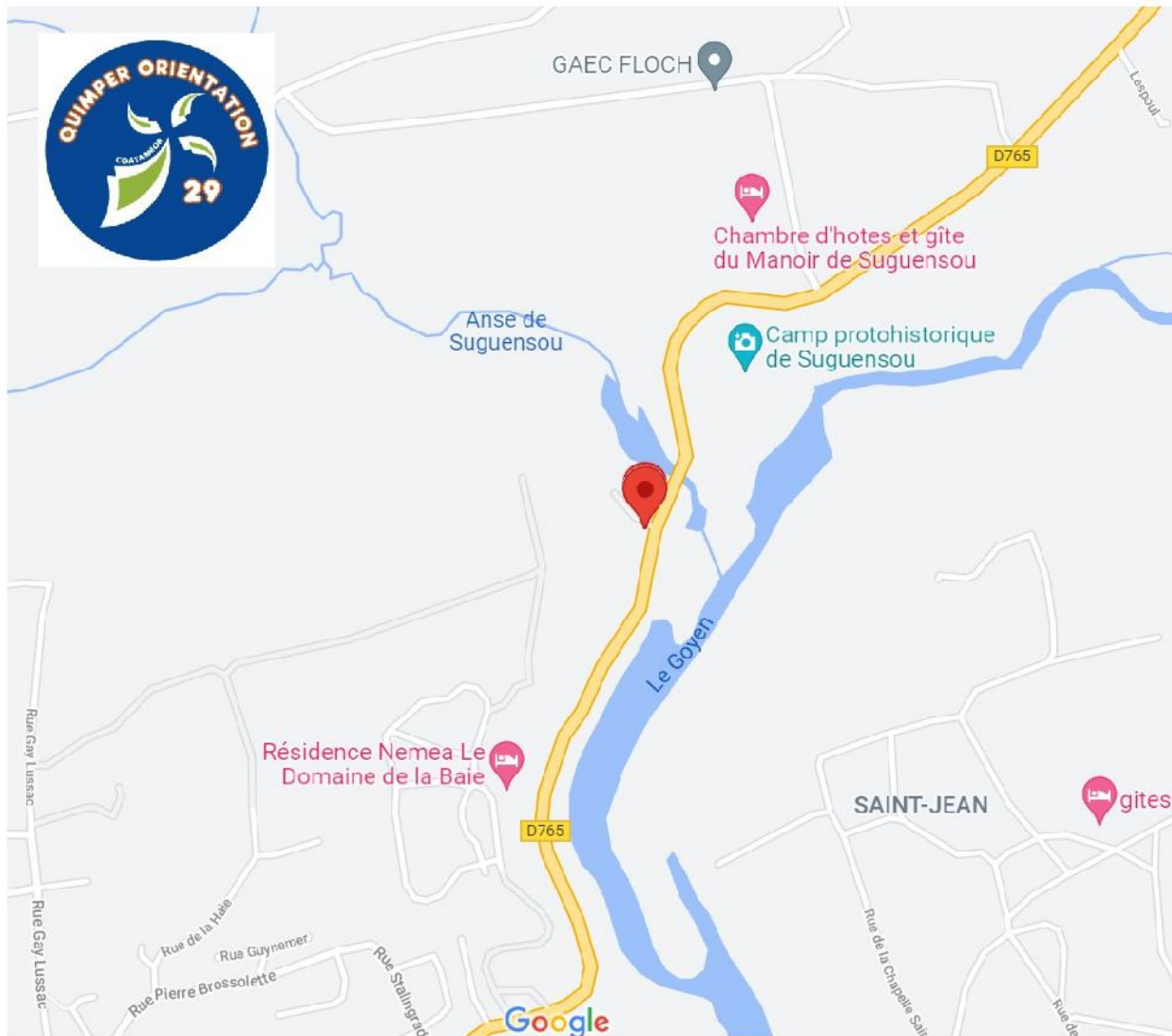
Le club de course d'orientation Quimper Orientation et la ville d'Audierne vous proposent de pratiquer la course d'orientation au bois de Suguensou grâce à la carte ci-jointe et aux balises permanentes installées.

Ces balises sont en bois et sont fixées aux arbres par des câbles. Elles sont semi-permanentes car déplacées chaque année, d'une part pour permettre de renouveler les possibilités de parcours d'orientation, d'autre part pour préserver les arbres et ne pas gêner leur croissance.

Attention : en cas d'alerte orange Météo France, pour des raisons de sécurité liées à la chute de branches, l'accès à la forêt est interdit.

Vous trouverez dans les pages suivantes :

- * Le plan d'accès**
- * Explications de l'application *Wik'azimut* pour Smartphones**
- * Les circuits + carte vierge**



Les coordonnées GPS pour vous rendre au départ

48°02'04.7"N 4°32'03.0"W



GUIDE APPLICATION VIK'AZIMUT



1 Télécharger l'application Android sur Google Play : VikAzimut (désolé pas de version IOS).



Sur cette application, vous allez retrouver tous les parcours posés qui vous attendent. L'application vous fournit la carte, la boussole et en fonction du mode (sport ou promenade) un chronométrage ou positionnement GPS. Vous pourrez analyser votre itinéraire. Si vous partagez votre parcours (écran des résultats) après l'arrivée vous permettez aux autres participants de visualiser vos choix et temps. Il y a une aide sur l'application. Un bouton vous permet de signaler un poste manquant. Ce poste sera compté dans votre parcours si vous le signalez dans un rayon de 15m du poste.

2 Sélection du circuit

D'abord, vous devez choisir votre mode de pratique (**SPORT** ou **PROMENADE**). L'écran de sélection des parcours apparaît. Les parcours sont classés en fonction de la distance qui vous sépare des départs. Vous devez télécharger sur le smartphone les cartes (WIFI ou GSM)



À partir de maintenant, plus besoin d'avoir du réseau. Un écran d'étalonnage de la boussole apparaît (figure 4.a). Inutile de le faire à chaque fois. Vous pouvez choisir de parcourir le circuit en ordre libre ou imposé. Seul l'ordre imposé permet d'avoir une comparaison des performances sur le site. Une fois validé, vous arrivez sur l'écran du départ (figure 4.b).



Figure 4.a : étalonnage boussole



Figure 4.b : écran départ

3 Scanner le départ

C'est parti... Le chrono démarre lorsque vous pointez la balise départ. Actuellement, seuls les parcours ordre imposé sont programmés (papillon possible). La possibilité de proposer des parcours ordre libre va être proposée très prochainement.



4 Scanner l'arrivée

Une fois la balise « Arrivée » pointée, le parcours est terminé. Vous arrivez sur l'écran résultats (figure 6). On retrouve les informations suivantes :

Les splits : avec la distance interposte réelle (théorique)

Numéro poste	Temps Inter	Distance Inter	Réduc. kilo.	Temps cumulé
1	0:01:04	166m (52m)	20:49 / 0:01:04	
2	0:00:39	84m (74m)	08:47 / 0:01:44	
3	0:02:05	282m (78m)	26:49 / 0:03:49	
4	0:04:18	718m (659m)	06:32 / 0:08:08	
5	0:01:24	180m (177m)	07:55 / 0:09:32	
6	0:02:19	267m (247m)	09:25 / 0:11:52	
7	0:01:31	197m (108m)	14:03 / 0:13:23	
8	0:02:34	373m (250m)	10:18 / 0:15:57	
9	0:01:44	287m (278m)	06:17 / 0:17:42	
10	0:00:49	113m (112m)	07:18 / 0:18:31	
Arrivée	0:02:37	424m (413m)	06:21 / 0:21:09	

Bravo ! Vous avez réussi le parcours.

Durée du parcours
0:21:09
dont pénalités : 0:00:00

Distance parcourue
3096 m
Longueur théorique : 2460 m

Réduction kilométrique
08:36 / km

DÉTAIL TRACE PARTAGE

La trace GPS avec affichage de l'allure :

Envoi des résultats sur le site. Un pseudo est demandé. Si vous entrez votre nom, la trace ne sera plus anonyme.

Vous êtes prévenu en cas d'échec du téléchargement (absence de réseau). Dans ce cas, il suffit de refaire une tentative plus tard à partir de la bibliothèque des parcours (figure 2).

Figure 6 : L'écran des résultats

RELIEF	
	Courbe de niveau et tiret de pente
	Courbe de niveau maîtresse et cote d'altitude
	Courbe de niveau de forme
	Collines
	Petites buttes
	Petites buttes allongées
	Dépressions
	Petite dépression
	Trou
	Abrupt de terre
	Levée de terre
	levée de terre en ruine
	Ravine
	Petite ravine
	Terrain accidenté
	Terrain très accidenté
	Élément particulier du relief
VEGETATION	
	Terrain découvert
	Terrain découvert avec arbres dispersés
	Terrain découvert avec buissons dispersés
	Terrain découvert encombré
	Terrain découvert encombré avec arbres dispersés
	Terrain découvert encombré avec buissons dispersés
	Forêt
	Végétation, course lente
	Végétation, course lente meilleure dans une direction
	Végétation, course lente, bonne visibilité
	Végétation, marche
	Végétation, marche, meilleure dans une direction
	Végétation, marche, bonne visibilité
	Végétation, progression difficile
	Végétation, progression difficile, meilleure dans une direction
	Terrain cultivé
	Verger
	Vignes ou similaires
	Limite franche de cultures
	Limites franches de végétation
	Gros arbre remarquable
	Arbre ou buisson remarquable
	Élément particulier de végétation
ROCHERS ET BLOCS ROCHEUX	
	Falaise infranchissable
	Falaise
	Trou rocheux
	Caverne/Grotte
	Bloc rocheux
	Gros bloc rocheux
	Blocs rocheux gigantesques
	Groupe de blocs rocheux
	Zone de blocs rocheux
	Zone de blocs rocheux dense
	Sol pierreux, course ralentie
	Sol pierreux, marche
	Sol pierreux, progression difficile
	Sol sablonneux découvert
	Affleurement rocheux
	Tranchée
SYMBOLES TECHNIQUES	
	Ligne du nord magnétique
	Croix de calage
	.219 Point d'altitude

EAU ET MARAIS	
	Etendue d'eau infranchissable
	Etendue d'eau de faible profondeur
	Trou d'eau
	Cours d'eau franchissable
	Petit cours d'eau franchissable
	Cours d'eau secondaire ou saisonnier
	Marais infranchissable
	Marais
	Marais étroit
	Marais peu visible
	Puits, fontaine, ou réservoir d'eau
	Source
	Élément d'eau particulier
ELEMENTS DUS A L'HOMME	
	Zone pavée
	Route large
	Route à 2 voies
	Route
	Chemin carrossable
	Chemin
	Sentier
	Sentier peu visible
	Jonction visible / peu visible
	Trace étroite ou layon
	Trace étroite ou layon, course aisée
	Trace étroite ou layon, course ralentie
	Trace étroite ou layon, marche
	Trace étroite ou layon, course normale
	Voie de chemin de fer
	Voie de chemin de fer, traversée interdite
	Ligne électrique, câble porteur ou téléski
	Ligne à haute tension
	Ligne à haute tension, pylone de grandes dimensions
	Pont / tunnel
	Passerelle / petit pont
	Mur
	Mur en ruine
	Mur infranchissable
	Clôture
	Clôture en ruine
	Clôture infranchissable / point de passage
	Zone interdite d'accès
	Zone interdite d'accès
	Bâtiments
	Bâtiment / passage couvert
	Ruine
	Tour de grande hauteur / Petite tour
	Cairn
	Mangeoire
	Élément linéaire significatif
	Élément linéaire significatif infranchissable
	o x Éléments significatifs dus à l'homme
	Escalier
SYMBOLES DE SURIMPRESSIION	
	Prise de carte, itinéraire balisé, départ, ligne de parcours, poste et son numéro
	Ligne de parcours, itinéraire balisé, arrivée
	Limite interdite
	Zone interdite d'accès
	Points de passage
	Route interdite
	Poste de secours
	Poste boisson

Bois de Sugensou

Echelle : 1 / 5000

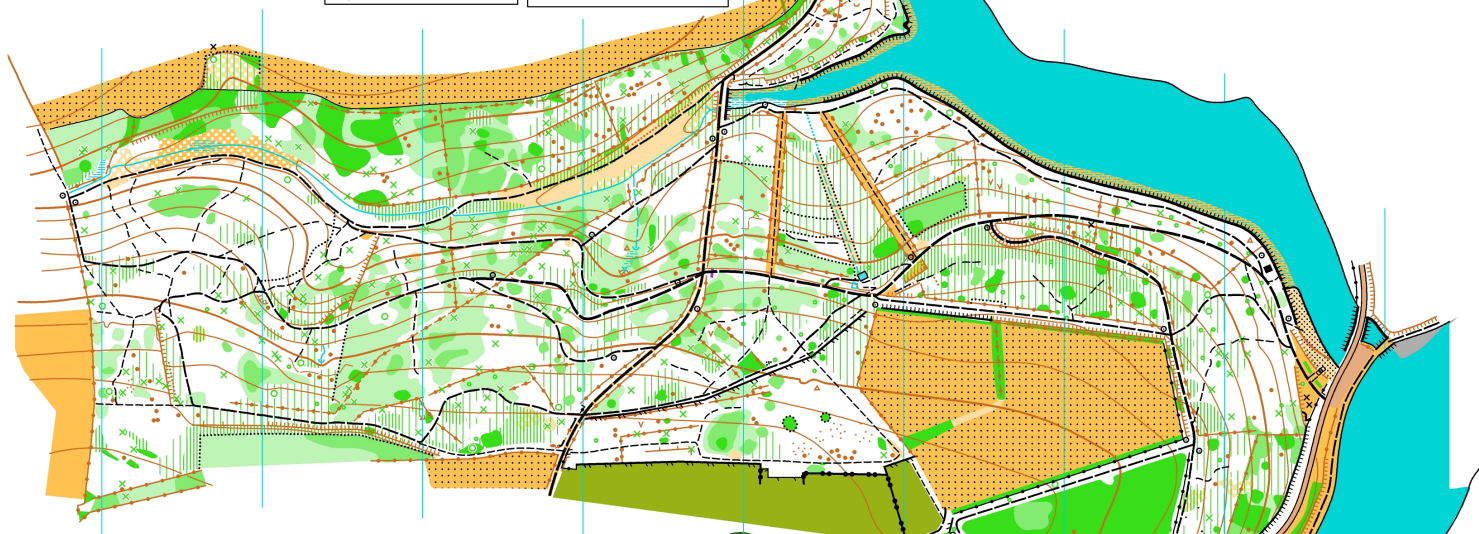
Equidistance : 5m

Légende

[Orange hatched]	zone pavée
[Black outline]	construction - zone habitée
[Green outline]	fronton de végétation - vase
[Green outline]	arbre remarquable, isolé
[Green outline]	isolote - nombreux isolots
[Green outline]	forêt - course normale
[Green outline]	forêt - course rapide
[Green outline]	forêt - course difficile
[Green outline]	végétation imdétricable
[Orange hatched]	terrain découvert - et encombré
[Orange hatched]	terrain nu/dur
[Green outline]	arête de crête - et encombré
[Green outline]	végétation basse - course rapide
[Green outline]	végétation basse - course difficile
[Green outline]	point météorologique
[Green outline]	ruisse - pletier

Légende

[Black line]	route
[Black line]	chemin carrossable - chemin
[Black line]	sentier - sentier peu visible
[Black line]	clôture franchissable/vranchissable
[Black line]	mur franchissable - infranchissable
[Black line]	fosse de niveau
[Black line]	baie - ruisseau interrompu ou peu visible
[Black line]	parcelle de terre - fosse
[Black line]	ruisseau - rivière franchissable
[Black line]	baie (franchissable/vranchissable)
[Black line]	ruisse - bue étranglé
[Black line]	rochers (petit - gros - groupés)
[Black line]	dépression - talus
[Black line]	petite dépression - trou
[Black line]	point - point d'eau
[Black line]	phosphore - objet du à l'homme



Office National des Forêts

AGENCE NATIONALE DU SPORT

OF INTERNATIONAL ORIENTEERING FEDERATION
noname



Région BRETAGNE

LIGUE DE BRETAGNE DE COURSE D'ORIENTATION

Comité Départemental de Course d'Orientation du Finistère



Carte de course d'orientation N° 2014-029-118	
Carte de base : Automne 2013	Surface : 0.48 km ²
Relevés : MAJ Janv 2021 (Marian COTIRTA) Dessin : Julien LE BORGNE	
Distribution : Quimper Orientation (2904)	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (maître, ONF, etc.) :	
Numéro d'urgence : 15 ou 112	
Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite.	©FFCO-0000
Coordonnées CDCO :	

01 47 97 11 91 - contact@ffcoorientation.fr

ESO SUGUENOUSOU 2023-2024			
COURT	1,7 km		
>			
1	31	⊙	
2	50	•	
3	57	⊙	
4	47	⊙	
5	45	⊙	
6	44	⊙	
7	34	⊙	✓
8	56	⊙	✓
<			327 m

Légende

- zone pavée
- construction - zone habitée
- lignes de végétation - haie
- arbre remarquable, isolé
- saucis - nombreuses saucis
- forêt - course normale
- forêt - course ralenti
- forêt - course officielle
- végétation imprévisible
- arbres dispersés - et encombrés
- terrain découvert - et encombré
- terrain isolé
- végétation basse - course ralenti
- végétation basse - course officielle
- zone marquée
- rune - pierre

Légende

- troues
- chemin carrossable - chemin
- sentier - sentier peu visible
- clôture franchissable/inf franchissable
- mur franchissable - inf franchissable
- clôture de métal
- talus - talus interrompu ou peu visible
- abaisse de terre - fossé
- fusillade - mur franchissable
- haie (franchissable/inf franchissable)
- butte - butte allongée
- tranchées (petit - grand)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- source - point d'eau
- habitation - objet du à l'homme

ESO 2025
Suguenou
COURT



Carte de course d'orientation N°2014-D29-118	
Carte de base : Automne 2013	Surface : 0,48 km²
Relevés : MAJ Janv 2021 (Marian COTIRTA)	Dessin : Julien LE BDRNGE
Distribution : Quimper Orientation (2904)	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (maître, ONF, etc.).	
Numéro d'urgence : 15 ou 112	
Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite.	
©FFCO-0000	
Coordonnées CDCO :	



Légende

- zone pavée
- construction - zone habitée
- lignes de végétation - haie
- arbre remarquable, isolé
- saucis - nombreuses saucis
- forêt - course normale
- forêt - course rapide
- forêt - course officielle
- végétation imprévisible
- arbres dispersés - et encombrés
- terrain découvert - et encombré
- terrain isolé
- végétation basse - course rapide
- végétation basse - course officielle
- zone marquée
- rune - pierre

Légende

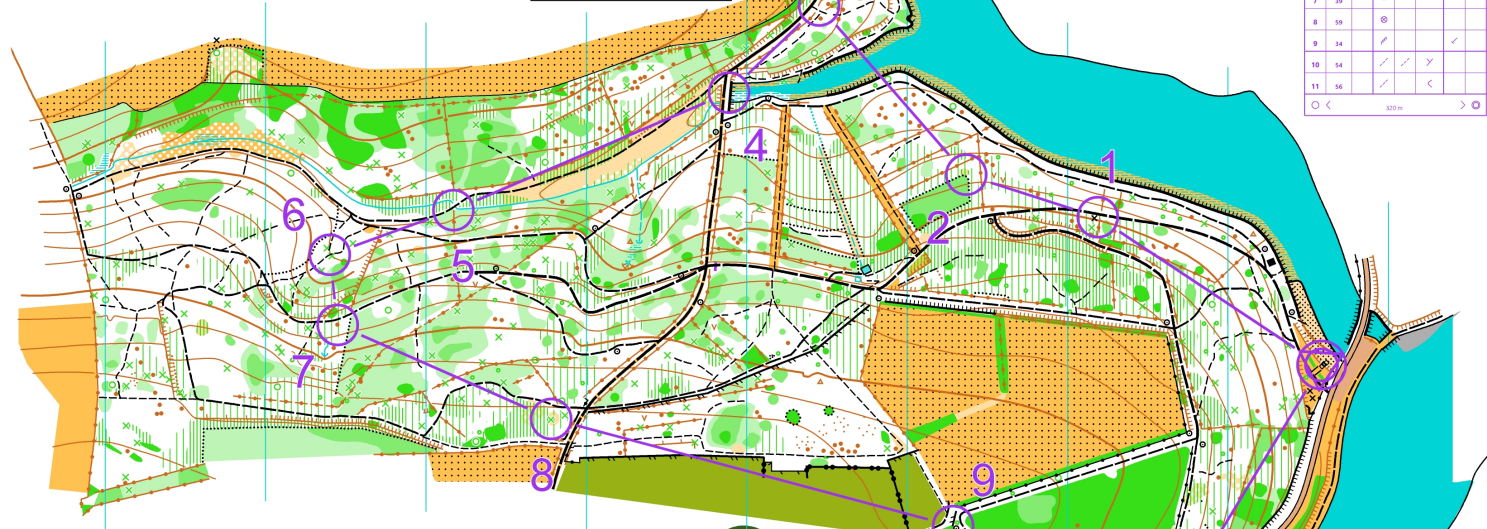
- troues
- chemin carrossable - chemin
- sentier - sentier peu visible
- clôture franchissable/franchissable
- mur franchissable - infranchissable
- clôture de métal
- talus - talus interrompu ou peu visible
- abords de terre - fossé
- fusillés - mur franchissable
- haies (franchissables/infranchissables)
- butte - butte allongée
- tranchées (petit - grand)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- source - point d'eau
- habitat - objet du 1/10000

ESO 2025
Suguenou
MOYEN

ESO SUGUENOU 2025-2026

MOYEN	2,4 km		
1	60	X	
2	51	>	≠
3	46	≠	✓
4	47	≠	
5	41	≠	≠
6	58	/	<
7	39	*	
8	59	⊗	
9	54		✓
10	54	/	✓
11	56	/	<

0 < 300 m >



Carte de course d'orientation N°2014-D29-118

Carte de base : Automne 2013 Surface : 0,48 km²

Relevés : MAJ Janv 2021 (Marian COTIRTA) Dessin : Julien LE BDRNGE

Distribution : Quimper Orientation (2904)

La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (maître, ONF, etc.).

Numéro d'urgence : 15 ou 112

Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite. ©FFCO-0000

Coordonnées CDCO :



Bois de Suguenou
Echelle : 1 / 5000
Equidistance : 5m

Légende

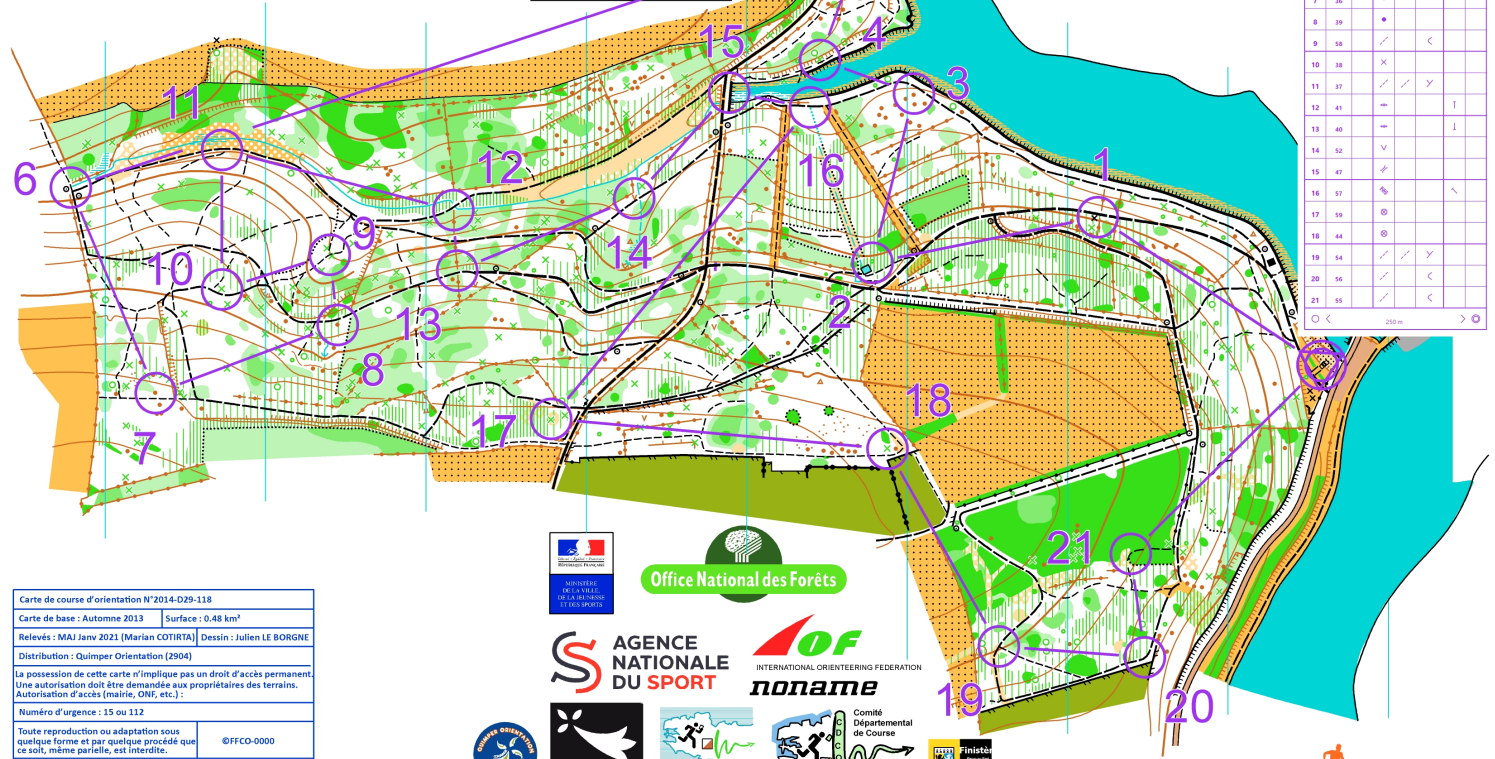
- zone pavée
- construction - zone habitée
- lignes de végétation - haie
- arbre remarquable - isolé
- haie - nombreuses trosses
- forêt - course normale
- forêt - course rapide
- forêt - course officielle
- végétation imprévisible
- arbres dispersés - et encombrés
- terrain découvert - et encombré
- terrain isolé
- végétation basse - course rapide
- végétation basse - course officielle
- zone marquée
- ruine - premier

Légende

- troues
- chemin carrossable - chemin
- sentier - sentier peu visible
- clôture franchissable/inf franchissable
- mur franchissable - inf franchissable
- courbes de niveau
- talus - talus interrompu ou peu visible
- abaisse de terre - fossé
- ruisseau - rivière franchissable
- baie (franchissable/inf franchissable)
- butte - butte allongée
- tranchées (petit - grand)
- dépression - creuse
- petite dépression - trou
- source - point d'eau
- charbonnière - objet du 8/Thomaz

ESO 2025
Suguenou
LONG

ESO SUGUENOU 2025-2024				
LONG	4.4 km			
1	60	X		
2	33			
3	59	*		
4	49	⊗		
5	48	∞		!
6	42	/	/	✓
7	36	*		
8	39	*		
9	58		<	
10	38	X		
11	37	/	/	✓
12	41	∞		!
13	40			!
14	52	✓		
15	47			
16	57	%		<
17	59	⊗		
18	44			
19	54	/	/	✓
20	56	/	<	
21	55	/	<	



Carte de course d'orientation N°2014-D29-118	
Carte de base : Automne 2013	Surface : 0.48 km²
Relevés : MAJ Janv 2021 (Marian COTIRTA)	Dessin : Julien LE BDRGNE
Distribution : Quimper Orientation (2904)	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (maître, ONF, etc.)	
Numéro d'urgence : 15 ou 112	
Toute reproduction ou adaptation sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, est interdite.	
©FFCO-0000	
Coordonnées CDCO :	

01 47 97 11 91 - contact@ffcoorientation.fr

