



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

www.quimper-orientation.fr

Vallon St Laurent

Carte de course d'orientation équipée de balises permanentes

Le club de course d'orientation Quimper Orientation et la ville de Quimper vous proposent de pratiquer la course d'orientation dans le parc du vallon St Laurent grâce à la carte ci-jointe et aux balises permanentes installées.

Ces balises sont en bois et sont fixées aux arbres par des cables. 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 :

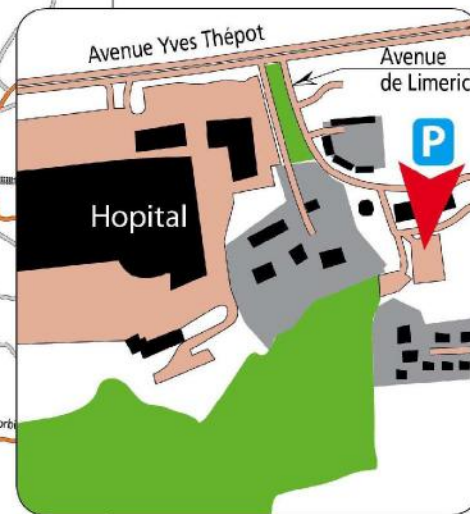
Page 2 : la carte à imprimer avec les postes et leur numéro.

Page 3 : la carte vierge à imprimer sur laquelle vous pouvez tracer les postes et les itinéraires de votre choix.

Page 4 : Définitions

Page 5 : le plan d'accès

Accès à la carte du Vallon St Laurent

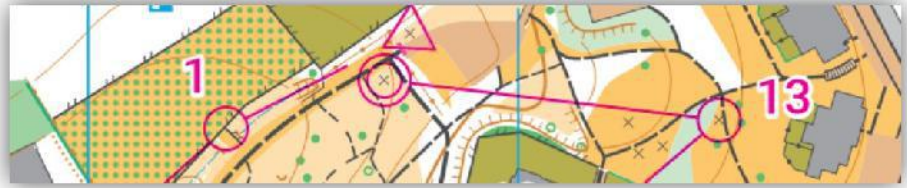




GUIDE APPLICATION VIK'AZIMUT



LE VALLON DE ST LAURENT - QUIMPER (29)



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 :

La trace GPS avec affichage de l'allure :

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

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

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

VILLE DE
QUIMPER

LE VALLON SAINT-LAURENT

 échelle : 1 / 2.500
 équidistance : 2,5 m

Légende (lignes, points)

	route
	chemin carrossable - chemin
	sentier - sentier peu stable
	clivus franchissable - infranchissable
	mur franchissable - infranchissable
	courbes de niveau
	courbe de forme - tiré de pente
	talus - talus interrompu ou peu stable
	abri(s) de terre
	fosse - ruisseau intermittent
	barrière - objet de l'homme
	butte - butte allongée
	rochers (petit - gros - groupés)
	dépression - colline
	petite dépression - trou
	petit tunnel - escalier
	route et zone interdites

Légende (surfaces, végétation)

	zones de passage
	construction, construction traversable
	petite construction - zone habitée
	limite de végétation nette - souche
	arbre isolé ou remarquable - arbuste
	petit buisson - arbuste buisson
	forêt - course normale
	forêt - course réduite
	forêt - course difficile
	végétation impénétrable
	arbres dispersés
	terrain découvert - et encombré
	terrain sablonneux - verges
	végétation basse - course réduite
	végétation basse - course difficile
	étendus d'eau - zone marécageuse
	haies (traversable - non traversable)

 Carte d'orientation à cours d'orientation
 n° 2011 - 029 - 104

 Rédaction :
 "Quimper Orientation Courseur"
 Denis Cabot
 Révisé : septembre - octobre 2011
 carte de base : IGN 2008
 Distribution : - club de course d'orientation
 "Quimper Orientation Courseur"
 - Mairie de Quimper
 Toute reproduction ou adaptation
 sur sa quelle forme et par quelle
 procédé que ce soit, sans
 autorisation est interdite


VILLE DE
QUIMPER



LE VALLON SAINT-LAURENT

VALL ST LAURENT 2023-24

> STA	38	△								47	///		—			56	△	⊗							
31	×									48	///		○			57	///	⊗							
32	/	/	/	Y						49	///		×			58	⊗	⊗							
33	△									50	/	/	×	⊗	⊗	59	/	/							
34	/	/	/	Y						51	△					60	/	/							
35	*									52	△														
36	△									53	///														
37	/	/	/	×						54	⊗														
										55	/	/	Y												

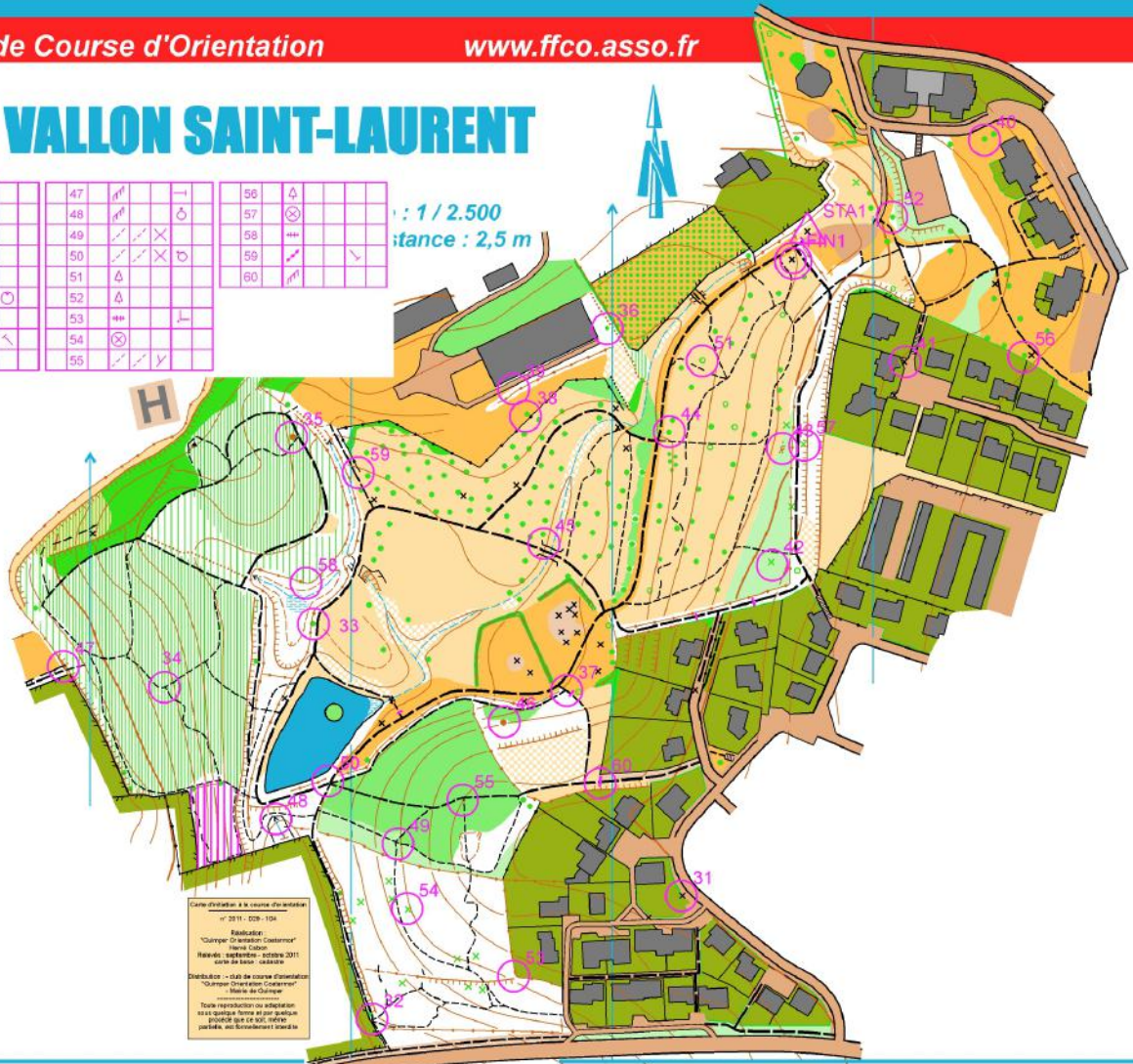
1 / 2.500
distance : 2,5 m

Légende (lignes, points)

- route
- chemin carrossable - chemin
- sentier - sentier peu stable
- clôture franchissable - infranchissable
- mur franchissable - infranchissable
- courbe de niveau
- courbe de forme - têtard de pont
- talus - talus interrompu ou peu stable
- abri/rap de terre
- fosse - ruisseau intermittent
- barrière - objet de 2 mètres
- butte - butte allongée
- rochers (petit - gros - groupés)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- petit tunnel - escalier
- piste et zone interdites

Légende (surfaces, végétation)

- zones de passage
- construction, construction traversable
- petite construction - zone habitée
- limite de végétation nette - sauche
- arbre isolé ou remarquable - arbuste
- petit buisson - arbuste buisson
- forêt - course normale
- forêt - course rapide
- forêt - course difficile
- végétation impénétrable
- arbres dispersés
- terrain découvert - et encombré
- terrain sablonneux - verges
- végétation basse - course ralentie
- végétation basse - course difficile
- étendue d'eau - zone marécageuse
- haies (traversable - non traversable)



Centre d'Édition et de Course d'Orientation
© 2011 - 029 104

Réalisation :
"Quimper Orientation Costumer"
Sébastien Cabo
Révisé : septembre - octobre 2021
pour la saison 2021

Distribution : - Club de Course d'Orientation
"Quimper Orientation Costumer"
- Mairie de Quimper

Toute reproduction ou adaptation
sans autorisation écrite est formellement
interdite, sous réserve de mentionner
par écrit son Éditeur et son Directeur

VILLE DE
QUIMPER



LE VALLON SAINT-LAURENT

VALL. ST LAURENT 2023-24		7	44	Δ				
Court	1.0 km	⊗	120 m	⊗				
1	51	Δ						
2	45	⊗						
3	59	⊗						
4	33	Δ						
5	50	⊗						
6	37	⊗						

échelle : 1 / 2.500
équidistance : 2,5 m

Légende (lignes, points)

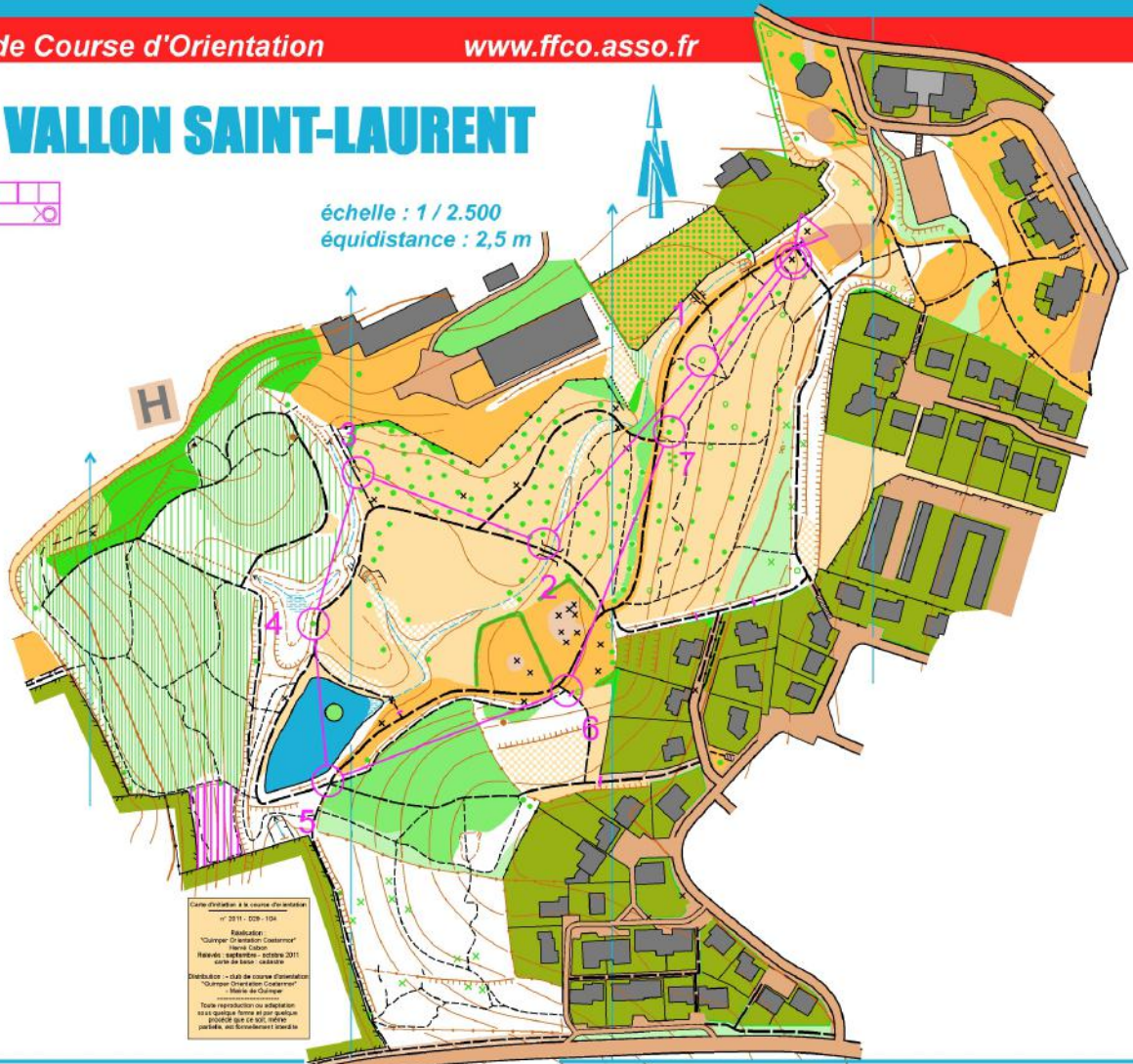
- route
- chemin carrossable - chemin
- sentier - sentier peu stable
- étier franchissable - infranchissable
- mur franchissable - infranchissable
- courbes de niveau
- courbe de forme - têt de pont
- talus - talus interrompu ou peu stable
- sablage de terre
- fossé - ruisseau intermittent
- barrière - objet de 2 hommes
- butte - butte allongée
- rochers (petit - gros - groupés)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- petit tunnel - escalier
- route et zone interdites

Légende (surfaces, végétation)

- zones de passage
- construction, construction traversable
- petite construction - zone habitée
- limite de végétation nette - souche
- arbre isolé ou remarquable - arbuste
- petit buisson - arbuste buisson
- forêt - course normale
- forêt - course réduite
- forêt - course difficile
- végétation impénétrable
- arbres dispersés
- terrain découvert - et encombré
- terrain sablonneux - vager
- végétation basse - course réduite
- végétation basse - course difficile
- étendue d'eau - zone marécageuse
- haies (traversable - non traversable)

Carte d'orientation à cours d'orientation
n° 2011 - 029 - 104

Réalisation :
"Quimper Orientation Courseur"
- Denis Cabot
Révisé : septembre - octobre 2011
pour la saison 2011-2012
Distribution : - club de course d'orientation
"Quimper Orientation Courseur"
- Mairie de Quimper
Toute reproduction ou adaptation
sans autorisation écrite est formellement
interdite, en particulier sur Internet



VILLE DE
QUIMPER

LE VALLON SAINT-LAURENT

VALL. ST LAURENT 2023-24													
Moyen	1,3 km												
1	52	△											
2	41	×											
3	42	⊗											
4	37	/	/	×									
5	55	/	/	/									
6	54	⊗											
7	48	/											⊙
8	34	/											
9	33	△											
10	59	/											
11	38	△											
12	43	*											⊙
											⊗	110 m	⊗

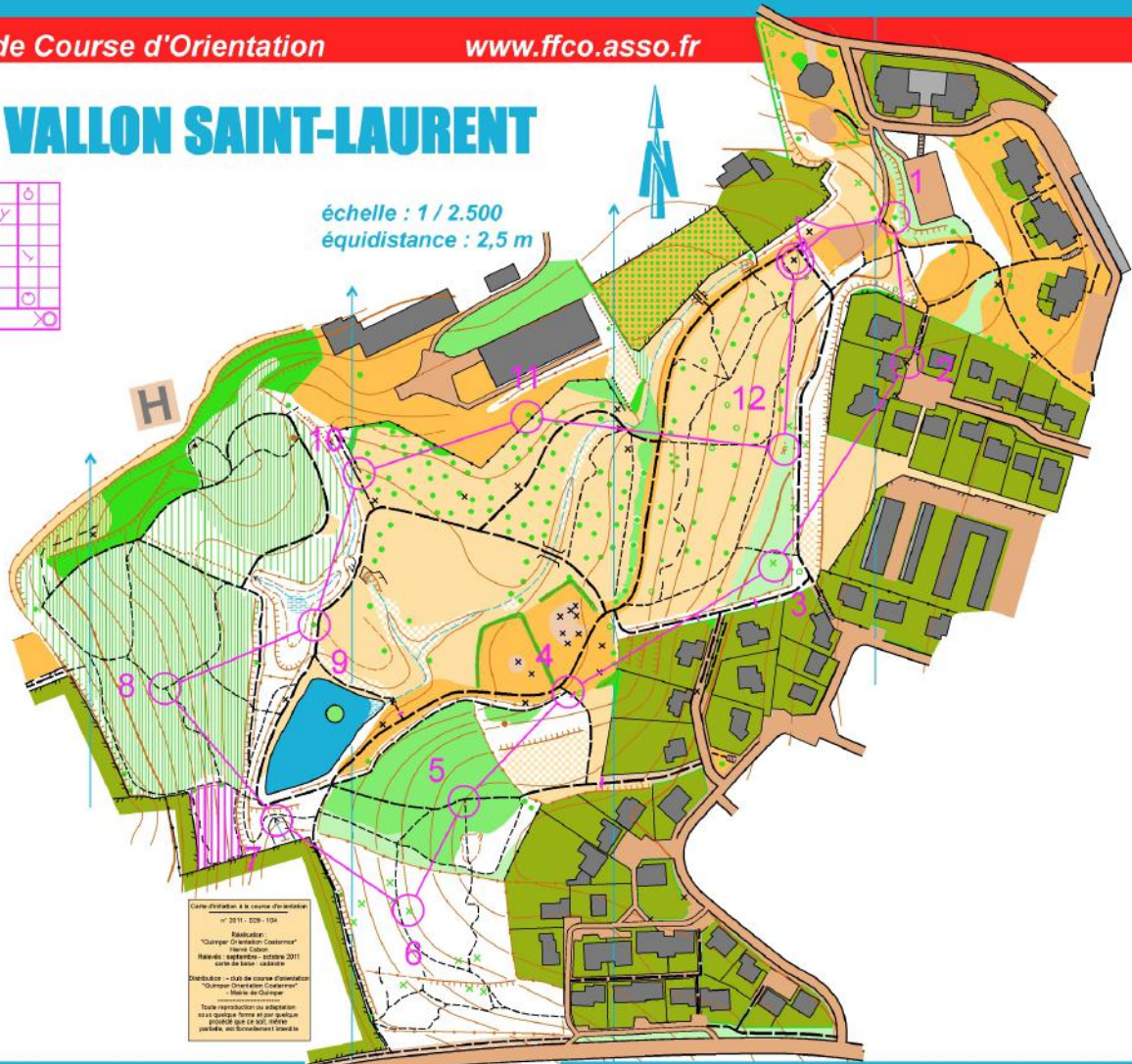
échelle : 1 / 2.500
équidistance : 2,5 m

Légende (lignes, points)

	route
	chemin carrossable - chemin
	sentier - sentier peu stable
	claire franchissable - infranchissable
	mur franchissable - infranchissable
	courbes de niveau
	courbe de forme - trot de piste
	talus - talus interrompu ou peu stable
	chablis de terre
	forêt - ruisseau intermittent
	bornier - objet de l'homme
	butte - butte allongée
	rochers (petit - gros - groupés)
	dépression - colline
	petite dépression - trou
	petit tunnel - escalier
	puits et zones interstitielles

Légende (surfaces, végétation)

	zones de passage
	construction, construction traversable
	petite construction - zone habitée
	limite de végétation nette - sauche
	arbre isolé ou remarquable - arbuste
	petit buisson - arbuste buisson
	forêt - course normale
	forêt - course relaxée
	forêt - course difficile
	végétation impenétrable
	arbres dispersés
	terrain découvert et encombré
	terrain sablonneux - verges
	végétation basse - course relaxée
	végétation haute - course difficile
	lit d'un cours d'eau - zone marécageuse
	haies (traversable - non traversable)

Carte d'édition à la course d'orientation
n° 2011 - 029 - 104Réalisation :
"Quimper Orientation Courseur"
Gilles Cabot
Révisé : septembre - octobre 2011
pour la saison 2011-2012Distribution : - Club de course d'orientation
"Quimper Orientation Courseur"
- Mairie de QuimperToute reproduction ou adaptation
sans autorisation écrite est punissable
par la loi relative
à la propriété intellectuelle

VILLE DE
QUIMPER



LE VALLON SAINT-LAURENT

VALL. ST LAURENT 2023-24		7	54	⊗			
Long	1.8 km	8	32	/	/	✓	
▷		9	48	/ <td>/ <td></td> <td>♁</td> </td>	/ <td></td> <td>♁</td>		♁
1	40	△					
2	41	×					
3	42	⊗					
4	46	•					
5	31	×					
6	53	+++					

⊗ 110 m

échelle : 1 / 2.500
équidistance : 2,5 m

Légende (lignes, points)

- route
- chemin carrossable - chemin
- sentier - sentier peu stable
- clôture franchissable - infranchissable
- mur franchissable - infranchissable
- courbes de niveau
- courbe de forme - rict de pente
- talus - talus interrompu ou peu stable
- labour de terre
- fossé - ruisseau intermittent
- barrière - objet de l'homme
- butte - butte allongée
- rochers (petit - gros - groupés)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- petit tunnel - escalier
- route et zone interdites

Légende (surfaces, végétation)

- zones de passage
- construction, construction traversable
- petite construction - zone habitée
- limite de végétation nette - souche
- arbre isolé ou remarquable - arbuste
- petit buisson - arbuste buisson
- forêt - course normale
- forêt - course rapide
- forêt - course difficile
- végétation impénétrable
- arbres dispersés
- terrain découvert - et encombré
- terrain sablonneux - vases
- végétation basse - course rapide
- végétation basse - course difficile
- étendus d'eau - zone marécageuse
- haies (traversable - non traversable)

Centre d'Édition et de Course d'Orientation
n° 2011 - 029 - 104

Réalisation
"Quimper Orientation Coordonner" Denis Cabot
Révisé: septembre - octobre 2011
pour la saison 2011-2012

Distribution : - Club de course d'orientation
"Quimper Orientation Coordonner" - Denis de Quimper

Toute reproduction ou adaptation
sans autorisation écrite est formellement
interdite, en particulier sur Internet

