

## La Course d'orientation c'est :

En forêt, carte et boussole en mains :

- Un sport de pleine nature... car elle met ses pratiquants en contact direct avec la forêt et son environnement. Ceux-ci sont en osmose complète avec la nature dans le respect total de celle-ci.
- Un sport santé... car il permet à chacun de se déplacer à son rythme et de solliciter les grandes fonctions de l'organisme. C'est une bonne occasion d'échapper à la sédentarité en évoluant dans un cadre naturel sous une forme ludique\*.
- Un sport loisir... car outre le plaisir de chercher et de trouver toutes les balises au rythme choisi (course ou marche), le pratiquant évolue dans un milieu naturel et chaque fois différent.
- Un sport famille... car elle est organisée pour que toute la famille puisse participer (de 6 à 80 ans). Chaque manifestation offre différents circuits adaptés à tous les âges et des départs séparés permettent aux parents de se relayer auprès de leurs enfants pendant que l'autre fait son circuit.
- Un sport éducatif... car elle fait appel autant à des qualités physiques qu'intellectuelles. Elle exige, observation, analyse, prise de décision, dans une autonomie complète, et cela sans jamais perdre son aspect ludique. Chaque année des ESO (Espaces Sport Orientation) sont créés et mis à la disposition du public et des écoles.
- Un sport de compétition... car les orienteurs sportifs s'affrontent à l'occasion de courses départementales et lors de grands rendez-vous régionaux et nationaux. A l'image des équipes de France qui s'affirment au niveau mondial (Thierry Guergiou, champion du monde en 2003, 2004, 2005 et médaille d'or en relais), la **COURSE D'ORIENTATION EST UN SPORT QUI MONTE DANS NOTRE PAYS.**



**la COURSE D'ORIENTATION EST UN SPORT QUI MONTE DANS NOTRE PAYS.**



Extrait d'une carte de course d'orientation

# CHAMPIONNATS de FRANCE de COURSE D'ORIENTATION en Midi Pyrénées

du 20 au 26 Août

2007  
2007  
2007



Une organisation de la Ligue Midi-Pyrénées de Course d'Orientation

