

AVRIL 2020 N° 18

FEUILLET D'INFORMATIONS DESTINÉ AUX JEUNES DE L'ÉCOLE DE COURSE D'ORIENTATION (ECO) ET À LEURS PARENTS

Ne sont retenus dans les résultats ci-dessous que les 10 premiers par catégorie ou par circuit, le rouge souligné les podiums, la distance indiquée correspond à la distance en ligne droite, trait rouge.

LOST 5 - Marlies LD

(42) le 7 mars

9 jeunes présents. Class. par circuits :

- Circuit A-8090 m: Baptiste 8/24
- Circuit B-5210 m: Benjamin 2/18
- Circuit C-5260 m: Elsa 3/23
- Circuit D-2540 m: Juliette 1/7, Emilien 4

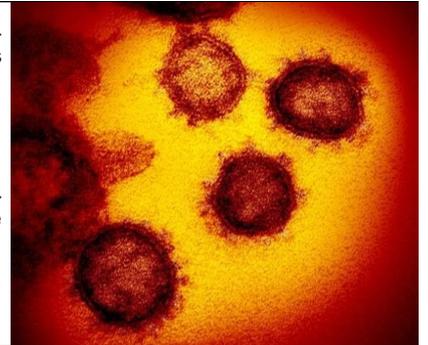
Seule course où des jeunes noseux ont participé et est arrivé le covid 19 et le confinement !!

Depuis, les entraînements et les organisations, régionales et nationales s'annulent.

Beaucoup de contraintes pour tous, associées aux déplacements limités.

Nous sommes tous tristes de ne pouvoir aller en forêt mais il faut croire que nous y retournerons bientôt...

Soyons optimistes !



Malgré sa réputation agressive, le virus Covid 19 vu sous microscopie électronique, son diamètre est 1000 fois plus petit que le diamètre d'un cheveu.

Le 11 mars dans le Pilat, sur la carte de la Pauze, nous ne savions pas que c'était notre dernière séance avant longtemps !

Briefing de Véronique avant un exercice de répartition à faire par équipe de 2, en préparation du championnat départemental UNSS qui n'aura finalement pas lieu.



Les prochains entraînements du mercredi

Dans l'état actuel des prévisions, nous ne parlerons que d'une date ...

- mercredi 13 mai - Col de la République (La Pauze)

Les prochains entraînements du samedi

Même problématique, des informations seront envoyées en temps voulu.

Les prochains événements:

A l'heure actuelle, de nombreuses compétitions ont été annulées et tout récemment, **les nationales à La Plagne à la mi juillet sont également annulées**, peut-être reportées en 2021 ...

Sinon, quelques modifications sont envisagées:

Quelques courses du printemps sont reportées pour cette fin d'année, le calendrier des compétitions sera étoffé, alors restez en forme pour une fin de saison riche en événements.

Allez, parlons un peu technique afin de ne pas perdre nos acquis:

La photo correspond à l'angle noté sur l'extrait de carte, le vert 3 ne correspond pas obligatoirement à de la végétation haute. Le vert 3 est une végétation dense, difficilement traversable.



Ci contre, rappelez vous que ce qui est de couleur bistre (marron) correspond aux éléments liés au terrain, à la terre comme une butte (voir la photo), une cuvette, un trou, un fossé sec, une courbe de niveau ou une charbonnière, ici un triangle (nouvelle norme cartographique) alors que c'était un cercle noir sur les anciennes versions comme les cartes que nous utilisons régulièrement pour les entraînements.



Nous vous espérons tous en forme, un certain nombre de programmes sont proposés à tous ceux qui recherchent des activités sportives en ces temps de confinement:

- sur les chaînes télévisées, au choix ...
- sur YouTube
- sur le site fédéral: <http://www.ffcorientation.fr/> et sa page Facebook
- en footing à proximité de votre domicile, toutes les idées sont bonnes !

De nombreuses idées fleurissent sur internet concernant notre activité, la course d'orientation:

- ci-joint, un fichier qui vous fera travailler sur le relief, une seule proposition par page
- un lien pour un jeu de rapidité sur un format sprint (merci Olivier C): https://kahoot.it/challenge/ac2d0873-1255-48e8-bcdd-4b885de104c8_1585510587747
- un lien pour une vidéo sympa avec un ancien "jeune" de l'ECO: <https://www.youtube.com/watch?v=Av5S57bmMB0>