

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

Rentrée sportive pour l'École de Course d'Orientation

C'est toujours le second mercredi de septembre de 14h00 à 17h00, donc, ce sera le 14 septembre !

L'équipe d'encadrement sera présente et vous accueillera aux rendez-vous habituels sur St Étienne, rond-point Franklin Roosevelt et/ou rond-point Vélocio aux horaires qui seront annoncés 2-3 jours avant par mail. De la même manière, il sera possible d'accéder directement au lieu d'entraînement pour ceux qui le souhaitent, information sur le même mail que précédemment. Nous rappelons que ces séances sont ouvertes à tous les licenciés, il faut simplement informer Véronique ou Hervé afin de gérer au mieux le nombre de cartes.

Nous demanderons aux jeunes de participer à quelques courses départementales, pas d'enjeux, pas de stress, c'est une très bonne manière de maintenir l'ambiance club et également tester et compléter ses compétences sur de nouveaux terrains.

Avec la rentrée, quelques jeunes auront envie de découvrir une autre activité et décident d'évoluer vers un autre sport en arrêtant la CO, merci de m'en informer, cela me permettra, si vous le souhaitez, de vous enlever de la liste de diffusion ECO.

A savoir que la licence FFCO vous couvre jusqu'au 31 décembre, il sera possible de reprendre une licence après l'AG qui se déroulera le 10 décembre 2022, par contre, comme l'an dernier, les nouveaux arrivants prendront leur licence en septembre 2022, celle-ci sera valide jusque fin décembre 2023.



Les prochains entraînements du mercredi

Le lieu et plan d'accès sera précisé par mail dans les jours qui précèdent l'entraînement, afin que chacun sache où nous nous trouvons, en particulier pour les jeunes qui habitent dans le Pilat et qui viennent directement.

- mercredi 14 septembre - **Les Chomeys** - carte Mont Chaussitre
- mercredi 21 septembre - **Planfoy** - carte La Cx de Trêve
- mercredi 28 septembre - **Col de la République** - carte Les Grives
- mercredi 5 octobre - **Joubert** - carte Le Sapt
- mercredi 12 octobre - **Marlhes** - carte Bois Mabeux
- mercredi 19 octobre - **Planfoy** - carte La Cx de Trêve

Pour des raisons diverses, le lieu de la séance peut changer au tout dernier moment, vous serez avertis au max, le mercredi matin.

En cas d'empêchement, merci de contacter Hervé par mail ou en laissant un message sur le 06 28 51 66 14.

Les séances du samedi ou dimanche sont accessibles à tous les licenciés avec rendez-vous au rond point F. Roosevelt pour covoiturage. Les horaires seront précisés sur le site ou par mail.

Les prochains entraînements du samedi

- samedi 10 septembre: **Planfoy en direction St G Mx** - Après-midi découverte - séance ouverte à tous (côté droit)
- samedi 17 septembre: **Planfoy en direction St G Mx** - (côté gauche)
- samedi 24 septembre: **Col de la République** - aux 3 croix
- dimanche 25 septembre: **Col de la République** - Matinée découverte - séance ouverte à tous
- samedi 15 octobre: **St Régis du Coin** - carte Panère

Les prochains déplacements

- samedi 1 octobre: **Vulcan'O (63)** - Cheire de Côme
- samedi 8 et dimanche 9 octobre: **Les GARAGNAS (42)** - organisation club à Marles
- WE du 29 au 31 octobre: **Orléans (45)** - avec le Chpt de F de sprint, le relais du Critérium National des Équipes et le Chpt de F de nuit associés à des courses open (voir page 4)

Pour tous renseignements sur les déplacements, contacter Odile par mail odile.haberkorn@gmail.com ou par téléphone au 06 19 76 19 13

Ne sont retenus dans les résultats que les 10 premiers par catégorie ou par circuit, le rouge souligne les podiums.

Régionale MD - Autrans (38)

3 adultes et 3 jeunes le 25 juin (résultats au scratch par circuit)

- **Jalonné:** Alix Milhau **1/8**
- **Jaune :** Anatole Fournel-Malsand **2/41**, Bazile Milhau 4
- **Violet court :** Véronique Héritier 5/77

Régionale LD - Corrençon en Vercors (38)

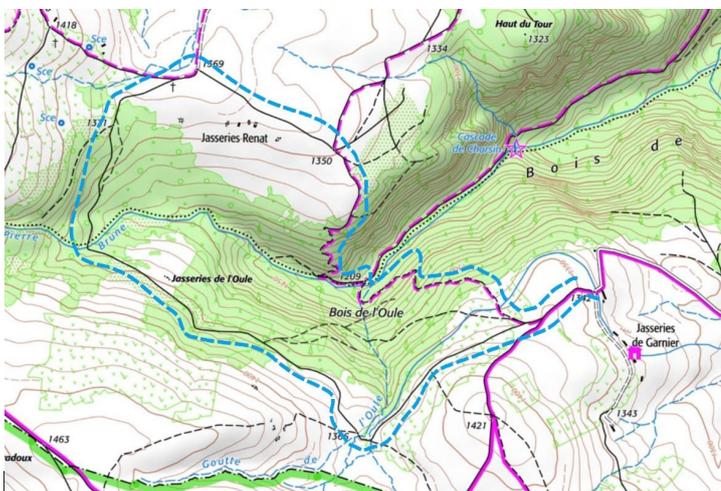
3 adultes et 3 jeunes le 26 juin (résultats au scratch par circuit)

- **Jalonné:** Alix Milhau 5/8
- **Jaune :** Anatole Fournel-Malsand 4/33, Bazile Milhau 7

Week-end sportif à Chalmazel

Ballade le samedi après-midi (en tirets bleus) voir ci-après les résultats.

La remontée du ruisseau de pierre Brune est rude ...
les derniers ne sont pas loin.



Départementale MD à Chalmazel (42)

16 adultes et 14 jeunes le 8 juillet (résultats au scratch par circuit)

- **Jaune** : Anahi Perrin 6/24, Anatole Fournel-Malsand 7, Juliette Pellissier 8, Arthur Chouleur 10
- **Orange**: Elsa Duverney 3/67
- **Violet court**: Justine Pellissier 3/95, Odile Perrin 4
- **Violet long**: Mathieu Perrin 1/84, Éric Perrin 6, Maxime Chabance 10

Régionale MD à Chalmazel (42)

27 adultes et 17 jeunes le 9 juillet (résultats au scratch par circuit)

- **Jaune** : Bazile Milhau 8/ 37
- **Orange**: Liv Perrin 6/67, Elsa Duverney 9
- **Violet court**: Liv Charbonnier 1/69, Justine Pellissier 2/95, Lise Pellissier 3, Baptiste Duverney 6, Christophe Duverney 8
- **Violet court bis**: Véronique Héritier 9/69
- **Noir**: Arthur Perrin 7/82, Benjamin Berne 8, Yann Chabance 10
- **Noir long**: Mathieu Perrin 1/80

Championnat de ligue LD à Chalmazel (42)

29 adultes et 17 jeunes le 10 juillet (résultats par catégorie)

- **Jalonné**: Alix Milhau 1/11
- **D14**: Juliette Pellissier 2/17, Anahi Perrin 3
- **D16**: Elsa Duverney 3/11, Liv Perrin 4
- **D18**: Lise Pellissier 1/6
- **D20**: Liv Charbonnier 1/4,
- **D40**: Céline Perrin 4/12
- **D45**: Charlotte André 2/20, Elisabeth Pellissier 6
- **D50**: Odile Perrin 1/17, Véronique Héritier 2
- **D60**: Marie Françoise Roux 5/10, Sylvie Pitaval 6
- **D65**: Martine Villedieu 2/5
- **H10**: Erwan Gay Laxenaire 3/4
- **H14**: Bazile Milhau 5/15, Arthur Chouleur 9
- **H18**: Yann Chabance 1/20, Arthur Perrin 2, Benjamin Berne 7
- **H20**: Baptiste Duverney 2/6
- **H21**: Mathieu Perrin 1/35
- **H40**: Nans Perrin 4/24
- **H60**: Pierre Mothe 4/6
- **H65**: Hervé Bodelet 3/12
- **Circuit open I**: Benjamin Pascal 1/19, Franck Pellissier 3
- **Circuit open K** : Emilie Borie 2/5, Sandrine Duverney 3, Céline Bonnin 4



Ci-contre, les podiums des catégories jeunes

Périple en Laponie pour 4 jeunes filles de l'ECO accompagnées par Olivier



J1 et J2: départ assez tôt le 27 juillet de Saint-Etienne pour atteindre Helsinki en soirée via Charles de Gaulle. Au petit matin le 28 juillet, vol pour Ivalo où nous arrivons vers 10h30. Vers 16h00, nous découvrons notre hébergement, un petit chalet.

J3 : entraînement CO le matin sur une carte : terrain découvert et marais, l'après-midi : forêt, rochers, ruisseaux et petits lacs. Nos boussoles n'étant pas calibrées pour ces latitudes, inertie importante de l'aiguille, la maîtrise du déplacement est compliquée !

J4 : étape 1 - format MD l'après-midi avec 9° C au thermomètre, terrain découvert où les choix sont simples : trait rouge et à fond ! concentration max à conserver tout au long de la course. Top 10 pour Elsa 9/166, Liv P fait 28 sur le même circuit. Liv C fait 18/226 à 4'08" du premier, Lise, un peu plus loin, faute à la boussole !



J5 : étape 2 - format sprint en milieu naturel assez technique, sommets découverts, dalles rocheuses, falaises, petits lacs ... entre forêt et découverts. Liv C. est 12/237 et Lise 55 sur un circuit de 4 km alors que Elsa fait 15/165 et Liv P. 100 sur un circuit de 3.3 km. Dur ! les boussoles ne maîtrisent pas le NORD !



J6 : étape 3 - format LD avec une météo clémente mais humidité ambiante qui fait vite transpirer. 7 km pour Liv P. et Elsa, Liv réalise une belle course et se classe 35/159, Elsa 56. Liv C. et Lise feront 9.6 km et se classeront respectivement 136 et 93. Fin de journée au sommet de Saariselkä pour voir le coucher de soleil ...

J7 : repos bien mérité avec retour calme sur la carte du second jour, photos et vidéos au programme. Déplacement vers Inari, capitale de la culture lapone en traversant la région faite de collines, lacs, rivières, forêts... la Finlande dans toute sa splendeur. A Inari, nous visitons le musée Saïida, très intéressant.

J8 : étape 4 - format MD en forêt. En Finlande, la MD n'est pas comme chez nous, le traceur se fait un malin plaisir de mettre de longs postes à postes entre 2 zones techniques, avec, en prime, descente dans la rivière puis remontée ! Elsa et Liv P. respectivement 34 et 46 /156 et Lise et Liv C. respectivement 53 et 54/243.



J9 : étape 5 - format sprint en forêt pour cette dernière course avec de beaux résultats pour Elsa 18/148, Liv P. commet quelques erreurs et termine 64. Quant à Lise et Liv C., elles terminent 28 et 135/229... avec, pour Liv C., une partie de boucle faite en sens inverse...

Olivier qui encadrait le groupe, est resté autour de la place 50/130 participants.

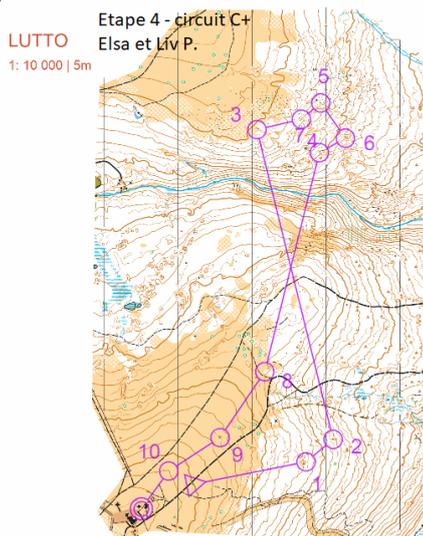
J10 : Après une semaine de très belle orientation où l'on s'est fait plaisir et beaucoup appris, il nous faut rentrer. Notre avion décolle à 18h30 d'Ivalo.

C'était un séjour fantastique à l'autre bout de l'Europe, avec de la course d'orientation, mais aussi avec la découverte de la culture locale. Malheureusement, nous n'avons pas pu trop rencontrer des jeunes de notre âge, qui

n'étaient pas nombreux sur les lieux de courses.

KAUNISPÄÄ
1: 10 000 | 5m

Circuit B+ - Lise et Liv C.
Etape 5



Liv P., Elsa, Lise, Liv C. et Olivier

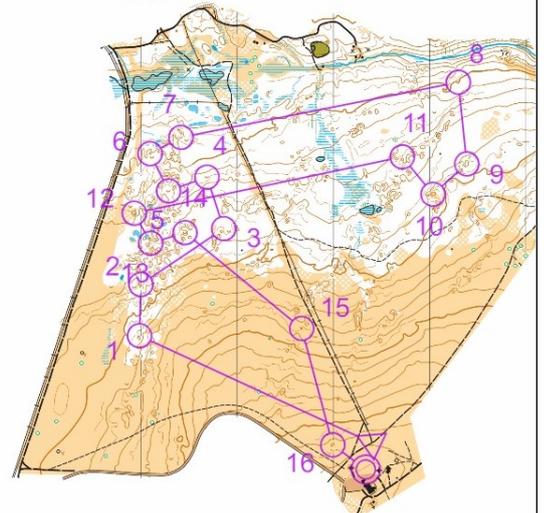
Pour avoir une idée des terrains du côté de Lapland, copiez les adresses dans votre navigateur et profitez des vidéos:

Présentation Lapland 2022:

<https://www.youtube.com/watch?v=LHzH3KGdkg4>

Une étape de Lapland 2021:

<https://www.youtube.com/watch?v=VQYQmZBXFCc>



Championnat de France de relais par catégories—Risoul (05)

20 adultes et 13 jeunes le 27 août (résultats par catégorie de relais)

- **D16:** Elsa Duverney , Liv Perrin **1/27**
Anahi Perrin, Juliette Pellissier 7
- **D20:** Liv Charbonnier, Lise Pellissier 4/20
- **D55:** Marie Françoise Roux, Sylvie Pitaval **3/16**



- **H20:** Arthur Perrin, Yann Chabance, Maël Héritier **3/18**
Benjamin Berne, Thomas Chabot, Arthur Zaugg 7
- **H45:** Jean Marc Chabance, Emmanuel Granger,
Christophe Duverney 7/34
- **relais open vert :** Jules Degand (BEF), Arthur Chouleur (NOSE) **3/28**
- **relais open violet:** Emmanuel Menissier (CROCO), Nans Perrin (NOSE),
Maxime Chabance (NOSE) **1/49**



Risoul et ses montagnes



Championnat de France LD - Risoul (05)

20 adultes et 13 jeunes le 28 août (résultats par catégorie)

- **D14:** Juliette Pellissier 7/22, Anahi Perrin 8
- **D18:** Justine Pellissier 5/23, Liv Charbonnier 7, Lise Pellissier 8
- **D40:** Céline Perrin 4/12
- **D45:** Charlotte André 7/27
- **D50:** Véronique Héritier **3/25**

- **D60:** Marie Françoise Roux **3/17**
- **D65:** Martine Villedieu 7/12
- **H18:** Arthur Perrin 4/28, Benjamin Berne 9, Yann Chabance 10
- **H20:** Maël Héritier 8/18
- **H40:** Nans Perrin 5/27
- **H50:** Gilles Perrin **3/29**
- **Circuit violet hors championnat:** Thomas Chabot **3/99**, Julien Merle 7, Olivier Charbonnier 10



Week-end à Orléans - CNE au programme

<http://cne2022.fr/>

Réservez les dates de ce **WE fin octobre**, ce sont les dernières courses importantes de la saison !

Autour de ce relais, d'autres courses fort intéressantes où le club a plaisir à briller.

Des circuits adaptés à toutes les compétences seront mis en place par les organisateurs du club local: l'ASCO (Association Sportive de Course d'Oriente)

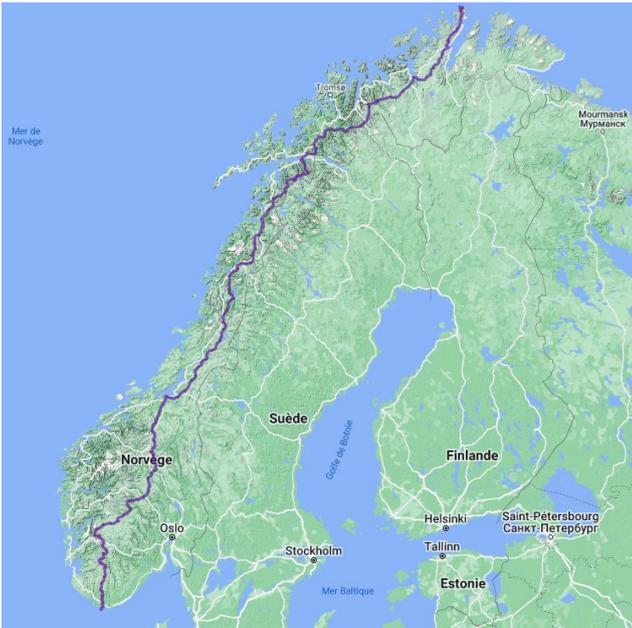
Les relais sont des moments forts de notre discipline où tous participent:

- 3 relayeurs sur le mini relais
- 4 relayeurs sur les relais jeunes et dames
- 7 relayeurs sur les relais hommes

Vous êtes prêts ?

Projet fabuleux ou Aventure extraordinaire de 2 frères Corentin et Fleury Roux vous racontent leur été 2022

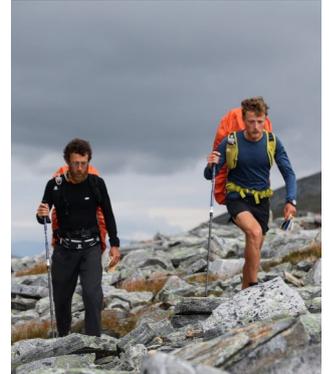
Il y a quelques années, ils étaient tous 2, jeunes à l'école de CO



Nous avons réalisé cet été une traversée de la Norvège en orientation et essentiellement à pied. On est parti du point le plus au sud : Lindesnes Fyr le 1er Juin pour arriver au point le plus au nord du pays : le Cap Nord le 22 Aout.

L'idée était présente depuis quelques années avec la possibilité de le faire en Finlande (couverture quasi-totale depuis 5ans) mais au mois de juin 2020, le projet mapant.no (couverture totale de la Norvège en carte CO) s'est lancé et a donné le coup d'envoi pour le projet Across Norway.

On était accompagné par Léontine, Paco et Karuk (notre sœur, son copain et leur chien) qui nous ont suivi avec leur camion pendant ces trois mois pour nous assister et ravitailler (nourriture, carte...). Entre chaque moment de retrouvaille (tous les 1 à 5 jours) nous partions avec nos sacs à dos (entre 8 et 15kg) avec nourriture, carte (échelle 1/20000), vêtements, tente, sac de couchage.



La majorité du voyage s'est déroulé sentier et notre corps a dû s'habituer à enchaîner les jours sans se blesser. même apparues (pied et dos pour sans jamais s'aggraver et empêcher énormément de plaisir à orienter et magnifiques entre forêt, marais,

hors tuer les premières semaines pour Quelques douleurs sont quand Corentin et pied pour Fleury) mais de continuer. Nous avons pris parcourir ces paysages vraiment montagne, fjord...



La météo ne nous a pas été des plus favorable tout au long de cette aventure : nous avons eu énormément de neige au sol lors des premières semaines avec du mauvais temps puis de la pluie et du vent sur le mois de juillet et août. Une météo qui ne nous a pas aidé lors de nos passages en

montagne où certains ponts de randonnée n'étaient pas encore installés (trop tôt dans la saison) et nous avons dû traverser des torrents à pied à plusieurs reprises. L'enchaînement des jours de mauvais temps nous a beaucoup pesé sur le moral surtout en dormant sous tente mais nous avons pu aussi dormir dans des refuges et cabanes qui nous permettait de faire sécher les affaires mouillées.

Chaque moment de retrouvaille avec l'assistance était vraiment plaisant et nous permettait de décompresser et de se reposer mentalement.

Sur les deux premiers mois, nous avons rencontré beaucoup d'oiseaux et de lemmings (petit rongeur bien rigolo) et quelques élans et rennes mais au mois d'août après avoir passé Narvik, nous avons vu des rennes quasiment tous les jours en pleine nature ! C'était vraiment magnifique !

Au final nous avons mis 83 jours pour parcourir les 249 cartes, 2771km et 71700 d+ à travers les marais, forêts et montagnes norvégiennes. Tellement de terrains magnifiques pour faire de la CO.

Une aventure vraiment magnifique et inoubliable !

Corentin & Fleury

