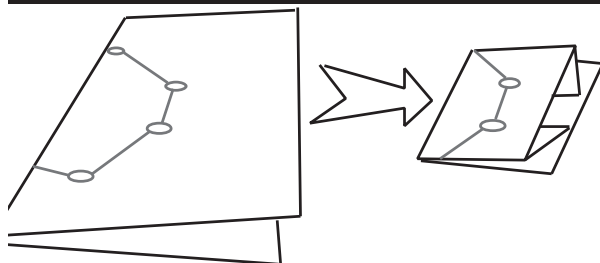
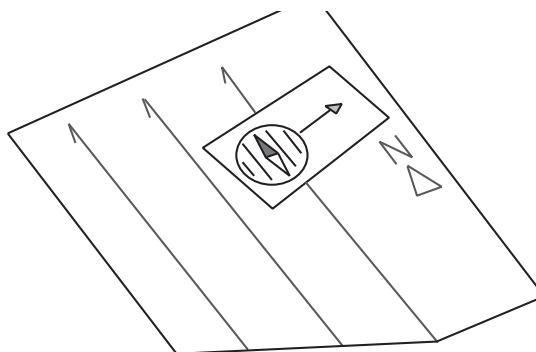
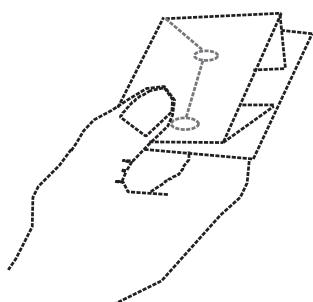


1. Il faut orienter sa carte pour espérer en tirer tout ce qu'elle recèle. Pour cela, tourner la carte jusqu'à ce que l'aiguille de la boussole (Nord) pointe vers le haut de la carte en étant parallèle aux lignes bleues (elles sont là pour ça).



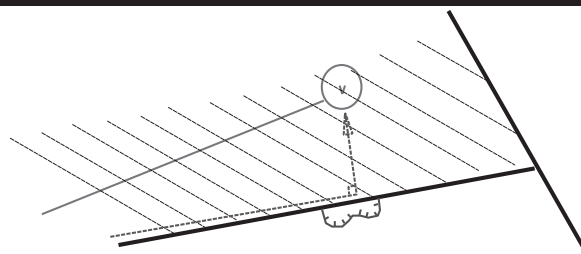
2. Pliez votre carte de manière à ne faire apparaître que la surface qui vous est utile. En général elle n'est pas plus grande qu'un timbre poste et va de là où vous êtes jusqu'à la prochaine balise.

3. Placez votre pouce sur la carte à proximité de l'endroit où vous vous trouvez. Vous perdrez moins de temps à vous resituer la prochaine fois que vous la consulterez.



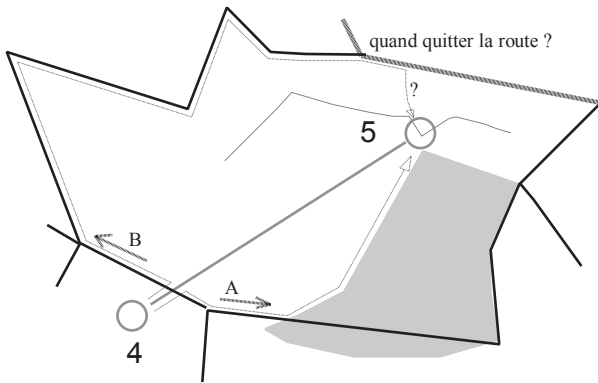
## La carte POP (Pliée, Orientée, Pouce)

4. Toujours se fixer un itinéraire à l'avance. Il ne faut jamais partir "au petit bonheur" vers la balise suivante. Les idées ne viennent pas en cours de route, et les éléments rencontrés, et pas toujours attendus, augmentent la confusion.



4. Une des techniques de base consiste à se choisir un point d'attaque. Ce dernier peut se définir comme un élément facile à atteindre à proximité du but. Dans le cas ci-dessus, la dépression le long de la route est un bon point d'attaque car elle est facile à repérer et évite de compter les nombreux layons.



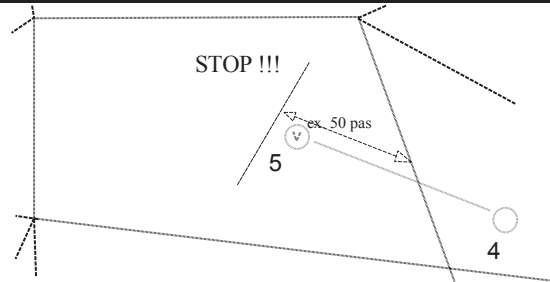


6. Utiliser tous les éléments de la carte. Il n'y a pas que les routes et les layons. Fossés, talus et relief sont très fiables. Les limites de végétation peuvent être utilisées si elles sont nettes (cf légende). Par contre il faut éviter : les détails ponctuels (trous, charbonnières, cuvettes, souches) et les végétations qui évoluent (végétation basse et clairières en particulier)

Exemple : Circuit A en longeant la limite de végétation impénétrable, circuit B en longeant les routes : au choix ...

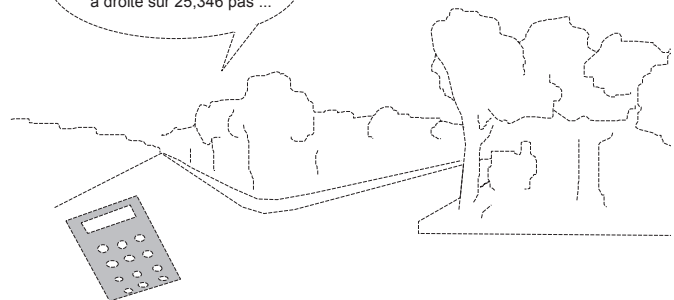
7. Se fixer des points d'arrêt pour ne pas poursuivre indéfiniment un cap ou une route.

Bon, les enfants,  
Cap plein Ouest,  
arrivés à la mer ...  
c'est qu'on est trop loin !



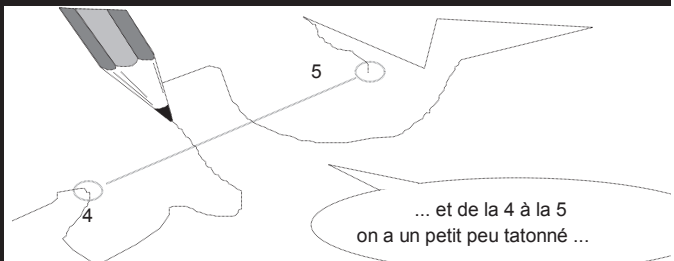
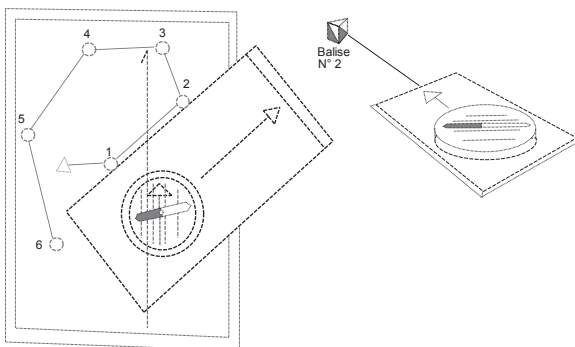
8. Avoir une idée des distances parcourues est très appréciable si l'on n'a aucun point de repère. Les orienteurs comptent souvent leurs pas pour savoir quand tourner ou s'arrêter. Pour cela il suffit de faire l'effort de s'étalonner sur un stade d'athlétisme par exemple. Pour avoir un ordre d'idée, en courant avec de grandes jambes on peut arriver à 32 doubles pas sur 100 m.

138,323 doubles pas  
tout droit, avant de piquer  
à droite sur 25,346 pas ...



9. Perdu ? Avec une carte et une boussole, personne n'est jamais véritablement perdu. Il s'agit plutôt d'une imprécision sur votre localisation exacte.

Le premier réflexe à avoir est d'orienter la carte. Le plus souvent on croit se trouver sur un layon, et on se trouve sur un autre qui part dans une autre direction.

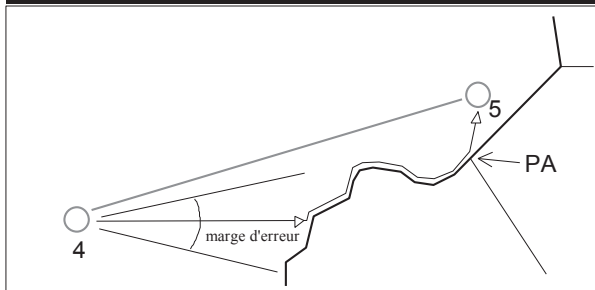


10. Savoir prendre un cap avec une boussole à capsule mobile est d'une très grande utilité.

11. A la maison, c'est un bon exercice que de reproduire sur sa carte le trajet que l'on a effectivement fait et de réfléchir à ce que l'on aurait pu faire.

### Techniques d'orientation

#### Azimut sommaire

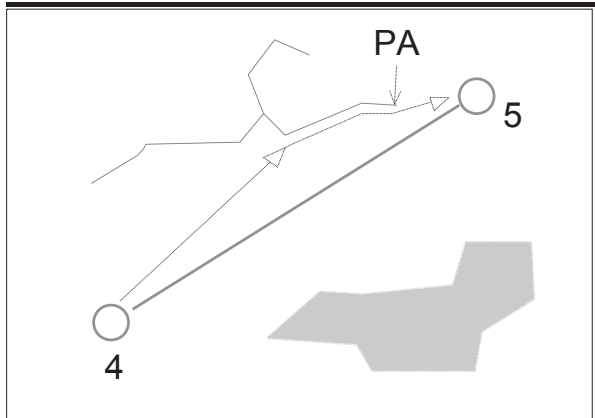


L'une des plus importantes techniques d'orientation est l'utilisation d'un point d'attaque. On peut le définir comme le point le plus près du poste qu'il est possible d'atteindre en sûreté.

Dans la plupart des exemples ci-dessous le point d'attaque sera noté "PA".

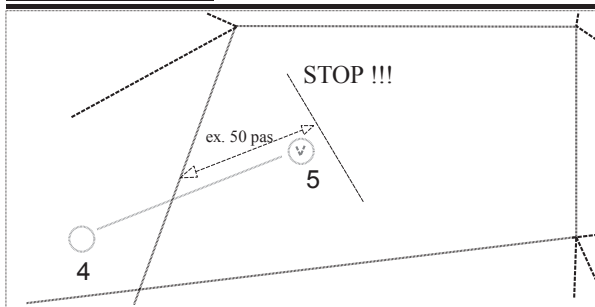
Dans le même ordre d'idée pour gagner du temps, si vous avez repéré un itinéraire partant plein Nord ou plein Sud, il est inutile de faire pivoter la capsule de la boussole. Regarder les aiguilles suffit.

#### Erreur volontaire



Face à une zone sans repère fiable, il peut être intéressant de faire un azimut volontairement décalé afin de s'appuyer sur un élément évident (fossé, talus, limite de végétation, ...)

#### Élément d'arrêt



Lorsqu'il y a un risque de passer à côté de la balise sans la voir (trou, végétation basse, ...) il est presque impératif de se fixer une limite de recherche en comptant ses pas ou en repérant un élément évident.