

# LES ÉTAPES POUR RÉALISER VOTRE PARCOURS D'ORIENTATION

## 1 – Qu'est-ce-que la course d'orientation ?



La course d'orientation est une discipline sportive qui se pratique avec une carte. L'objectif est de réaliser un circuit en passant par des points de passage obligatoires (borne de poinçonnage sur pieds ou en mini-bloc) par l'itinéraire de votre choix.

## 2 – Comment choisir votre itinéraire ?

Pour choisir un itinéraire, vous devez suivre le plus possible les lignes directrices, les éléments du terrain qui se voient et qui se suivent facilement comme les allées. Orientez votre carte ! Grâce aux éléments qui se trouvent autour de vous. Soyez curieux, regardez la légende ! Bien lire la carte, c'est déjà connaître un peu le terrain.

## 3 – Orienter sa carte avec une boussole ?



Vous devez pour cela mettre les flèches du Nord de la Carte parallèle à la flèche du Nord de la boussole. Une fois à la borne, vous devez poinçonner votre carton de contrôle qui validera votre passage.

## PRÉSENTATION

La Communauté de Communes possède l'Espace Naturel Sensible des Rouchoux, sur la commune de Semblançay, depuis décembre 2000.

Cet espace de 50 ha, répartis entre 30 ha de bois, 16,6 ha de prairie et 4 ha d'étang et de zone humide est très représentatif des paysages du Nord Touraine. Il abrite des espèces rares dont une espèce d'orchidée.

L'espace est ouvert au public et aménagé pour faire découvrir la biodiversité aux visiteurs. Vous trouverez plusieurs panneaux pédagogiques recensant les habitats végétaux et animaux de ce site remarquable.

Nous vous remercions donc de respecter ce site, sa faune et sa flore.



Communauté de Communes de Gâtine et Choisilles  
Le Chêne Baudet - 37360 Saint-Antoine-du-Rocher

Tel : 02 47 29 81 00

environnement-cgc@wanadoo.fr



Facile

1,7 km  
20 à 30 min

## Parcours d'orientation



Espace Naturel  
Les «Rouchoux»  
à Semblançay

Retrouvez plus d'info.  
[www.gatine-choisilles.fr](http://www.gatine-choisilles.fr)

Facile

1,7 km  
20 à 30 min

## LEGENDE

	Route principale - Route secondaire
	Chemin - Sentier
	Sentier peu visible - Layon
	Clôture franchissable - Clôture infranchissable
	Etang/Mare - Marais Infranchissable
	Marécage - Petit Marais
	Ruisseau franchissable - Ruisseau intermittent
	Marais linéaire - Petit tunnel
	Courbes de niveau
	Sens de la pente
	Maîtresse - Normale - Intermédiaire
	Butte - Abrupt de terre
	Levée de terre - Petite levée de terre
	Fossé - Trou - Cuvette
	Bâtiment franchissable - infranchissable
	Objet particulier dû à l'homme - Borne
	Arbre isolé - Buisson (petit, grand)
	Particularité de végétation - Haie
	Limite précise de végétation - Mirador
	Zone pavée (parking, piéton)
	Prairie - Arbre couché
	Friche, déboisé - Friche, arbres dispersés
	Forêt : Course facile - Course ralentie
	Forêt : Course difficile - Végét. impénétrable
	Végétation : Course ralentie - Course difficile

Forêt, POSSIBILITE DE COURSE



## LEGENDE SPECIFIQUE

	Banc - Table
	Panneau - Barrière

1	51
2	31
3	35
4	59
5	63
6	34
7	32

