

# PROGRAMME INDICATIF - Formation Cartographie et Orientation

## Objectif :

- Connaissance des outils d'orientation : la carte, l' altimètre, la boussole, le GPS
- Courbes de niveau, représentation du relief, suivre un cap, l'azimut
- Stratégie de navigation, dangers de la navigation sans visibilité

J1			J2		
8h30	Salle	<b>Accueil des participants</b>			
9h	Salle	<b>Formalités</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Documents administratifs</li> <li>- Tour de table</li> <li>- Programme du stage</li> </ul>	09h00	Salle	<b>Débriefing sur le test fédéral</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Analyse des parcours de la veille et des résultats de la veille</li> </ul>
10h00	Salle	<b>Questionnaire</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 questions de connaissances Cartographie &amp; Orientation [entrée de stage]</li> </ul>	10h00	Salle	<b>Compléments</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La tangente à la courbe (<b>Formation</b>)</li> </ul>
10h20	Salle et Terrain, en alternance	<b>Rappels Théoriques – Les outils</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La carte <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dictée de carte</li> <li>- Lecture du relief</li> </ul> </li> <li>- La boussole <ul style="list-style-type: none"> <li>- Azimut</li> <li>- Visée &amp; Triangulation</li> </ul> </li> <li>- L'altimètre</li> <li>- Les stratégies</li> </ul>	11h00	Terrain	<b>Atelier de balise mémorisée</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recherche de balise sans carte après mémorisation rapide d'un itinéraire de faible distance (<b>Evaluation</b>)</li> </ul>
13h00	Terrain	<b>Repas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur le terrain si le temps le permet</li> </ul>	12H00	Terrain	<b>Repas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur le terrain si le temps le permet</li> </ul>
14h00	Terrain	<b>Utilisation combinée et stratégie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le point d'attaque</li> <li>- Marcher à l'Iso</li> <li>- L'erreur volontaire</li> <li>- L'azimut sur longue distance</li> <li>- Ligne droite ou détours</li> <li>- La feuille de route</li> </ul> <b>Application : Randonnée collective (Evaluation)</b>	13H30	Salle et Terrain, en alternance	<b>Exposé : le GPS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Présentation du système et des équipements</li> <li>- Utilisation pratique</li> <li>- Principales limites</li> <li>- 10 questions de connaissances GPS (<b>Formation</b>)</li> </ul>
17h00	Salle	<b>Test fédéral – Positionnement des balises</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Positionnement des balises sur les cartes et vérification (<b>Evaluation</b>)</li> <li>- Préparation des Feuilles de route</li> <li>- Validation des feuilles de route (<b>Evaluation</b>)</li> </ul>	15h00	Salle	<b>Evaluation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 questions de connaissances Cartographie &amp; Orientation [sortie de stage]</li> <li>- Dictée de carte</li> </ul>
19h30	Salle	<b>Repas</b>	15h30	Salle	<b>Restitution</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Réponse au questionnaire et entretien individuel s'il y a lieu</li> </ul>
21h00 – 24h00	Terrain	<b>Test fédéral – Parcours</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Réalisation d'un parcours d'orientation de nuit (5 balises, 12 points effort max., points de contrôle aléatoires) (<b>Evaluation</b>)</li> </ul>	16h30	Salle	<b>Bilan</b>