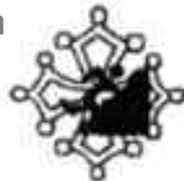


# AZIMUT



## MIDI-PYRENEES

Juin 2005

n° 49



Poste qu'auront peut-être les orienteurs des 5 jours de l'Aveyron

**Bulletin de la ligue Midi-Pyrénées de Course d'Orientation**

Siège de la ligue : chez J.L. Blein, En Herran-32120 Mauvezin,

tel : 0.562.068.143 ; Email : jean-louis.blein@wanadoo.fr

Site de la ligue : <http://www.membres.lycos.fr/limipycos> .

# EDITORIAL

---

## Merci à tous pour votre aide !

*Vous avez peut-être constaté la légèreté de ce numéro. C'est sûrement par souci d'économie que vous ne m'avez pas envoyé de comptes rendu des courses de ce printemps. Manque de chance, comme je vous l'avez annoncé dans le numéro précédent, pour des raisons professionnelles ou autres, je n'ai pu participer et donc, pas pu faire de compte rendu. Dommage car je crois que certaines courses régionales auraient mérité qu'on en parle !*

*Qu'à cela ne tienne. Avec seulement 16 pages, j'espère arriver à vous informer sur quelques événements, tout au moins sur ceux dont j'ai des infos (et pour cause ...).*

*Je remercie très vivement Valérie pour ses comptes rendus des plus intéressants.*

*Didier ANGLES*

Pour le prochain Azimut,  
**envoyez vos documents avant le mardi 4 Octobre.**

### Rédaction d'Azimut

36 rue de montcalm, 12000 RODEZ (France)  
tel (après 20h) : 05 65 68 05 29  
fax : 05 65 78 08 33  
E mail : angles.didier@libertysurf.fr

#### SOMMAIRE :

- p 3 : C.R réunion C.D ligue
- p 6 : Stage de ligue
- p 9 : Saut d'un dimanche à l'autre
- p 10 : Championnat de France à Loches
- p 12 : Les 5 jours de l'Aveyron
- p 14 : Une première en Aveyron
- p 15 : calendrier
- p 16 : annuaire des clubs

Co-rédactrice du numéro : Valérie  
Berger-Capbern

Crédits photos : CDCO 12 et site  
ligue M.P.

Impression à 200 ex par Imprimerie  
Lasserre à Rodez

**COMPTE RENDU  
REUNION DU COMITE DIRECTEUR LIGUE MP  
Vendredi 18 Mars 2005**

**Chez Pierre Roch, Montauban de 21h00 à 24h**

**Participants** : TOAC : Valérie BERGER-CAPBERN (secrétaire ligue), FLOC : Jean-Louis BLEIN (président ligue), MOLO : Pierre ROCH et Gérard BARTHES (trésorier ligue), SCOR : Christian LIPNICK, BOA : Christian ESCUDIE, FINO : Michèle BARRALE, Philippe BAILLY, Philippe VERGE

**Absents**: VO12 :Excusé, AOC : Christian SEGONNE, TOAC: Patrick MATHE

***Point licences journées***

Pour 2005, pas de problème. Il y a un quota de licences à payer par CD à la fédération. La ligue a fait l'avance pour pouvoir voter à l'AG. Tous les CD devront régler avant fin 2005.

Pour 2004, il faut régulariser car les licences journée achetées en 2003 n'ont pas été décomptées en 2004, malgré l'insistance de la ligue MP (nombreux courriers et appels de G. Barthes). En fonction des quotas, pour 2004, il en fallait 304. 140 sont réglées, il en manque 164, à 2.29 EURO par licence : 72 pour CD12, 15 pour CD31, 36 pour CD32, 26 pour CD46

***IR de 2006***

5 Mars : longue distance attribuée à BOA

Avril : attribuée à FINO, en liaison avec les FCSAD (Fédération des Clubs Sportifs et Artistiques de la Défense).

Septembre: à voir entre CDCO31 et CD82 (note après réunion, c'est le dossier CDCO31 sur la forêt de Buzet qui sera présenté)

***AG FFCO***

Petit problème sur le dépôt des candidatures Rhône Alpes déclarées trop tard et donc bloquées au niveau de cette ligue. La ligue

Midi Pyrénées a transmi officiellement hors délai mais dans les délais par Mail. Finalement, la candidature Midi Pyrénées a été acceptée.

Retour sur le projet de la Fédé, 3 ligues et 2 CD ont répondu.

Une commission a été mise en place pour la refonte de la formation.

Le site de la fédé va s'améliorer, il y a un projet pour que les prises de licences se fassent par internet.

Partenariat : Noname pour les équipements.

La Fédération a versé 500 € au CD 12 pour l'organisation des sélections de l'équipe de France.

Le directeur de la jeunesse et des sport de Midi Pyrénées est monté au ministère, il lance l'activité de recensement cartographique au niveau national

Subventions versées à la ligue MP : subvention cartographie : 2612 €, CREF : 580€, école CO : 230 €, formation : rien.

Sport ident : des boîtiers 8 vont sortir, identiques boîtiers 7, les piles durant 4 ans.

Le livret d'accueil est gratuit, téléchargeable, mais non modifiable.

La lettre aux clubs est diffusée sous forme électronique

La procédure de l'organisation des compétitions sera simplifiée.

La fédération n'a organisé en 2004 qu'une formation fédérale : sport ident.

L'état des formations et des diplômes est à gérer par les ligues

Les E.S.O sont taxables.

Comptabilité : les contrôleurs aux comptes ont demandé des explications sur le budget. L'une d'entre eux a été élue trésorière; les comptes devraient être mieux tenus. Depuis l'AG de la fédération, 80 % des problèmes à traiter sont des problèmes budgétaires.

La politique de la fédé est de taxer les compétitions . Une taxe fixe sur les IR (150 Euro?) a été votée à une personne près.

### ***Haut niveau***

Dossier à préparer pour la région. C Lipnick enverra le dossier scanné par Mail à tous. Jean Louis Blein compilera les commentaires pour répondre.

## ***Plan de développement***

Valérie fait une proposition qui sera revue pour commentaires et ajouts par les membres du comité directeur, puis validée par JL Blein.

## ***Championnat de France 2007***

Le FINO a préparé pour la ligue un bon dossier avec une possibilité de 6 zones autour de Gramat. JL Blein se charge de faire l'interface avec la fédération.

## ***Point sur le stage de perfectionnement de Pâques***

Un compte rendu a été diffusé via Internet par Valérie (c.f dans Azimut). Les comptes financiers ont été réalisés en fin de stage. Les clubs sont invités à rembourser la ligue au plus tôt.

La demande de participation financière faite par le CDCO12 pour l'intervention des techniciens du pôle espoir Aveyronnais est acceptée dans le principe, mais le montant sera lié aux subventions accordées à la ligue.

## ***Demande de subvention cartographique à la ligue***

L'Aveyron demande une subvention cartographique. La ligue attribuera la subvention normale (plafonnée en fonction des ressources) et plus si le dossier sur le haut niveau permet d'obtenir des subventions.

## ***Location puces***

Il est rappelé qu'il y a encore des clubs ou CD qui n'ont pas payé les locations de puces à la ligue.

## ***Point avec la DRDJS***

Un courrier a été envoyé à la DRDJS pour obtenir des vacances pour la formation. Pas de retour pour l'instant.

Contact avec la DRDJS sur les activités APPN. Objectif : inventaire des sites avec les communes concernées. JL Blein attend le fichier de la DRDJS, il le renverra aux clubs et aux CD pour qu'ils le remplissent.

**LMP/ LMP/ LMP/ LMP/ LMP/ LMP/ LMP/ LMP/ LMP/ LMP**

## Petit aperçu du stage ligue de Pâques

Rendez-vous aux sources de Volvic « à partir de 12H », ce qui permet à chacun d'arriver quand il veut. Il ne fait pas chaud du tout mais il ne pleut pas. D'ailleurs, nous profiterons d'une fenêtre météo tout au long du stage qui nous évitera de nous mouiller à chaque entraînement jeunes.

Après le rugby et 2 ou 3 parcours santé, nous attaquons le vif du sujet par un relais en étoile pour les jeunes et un relais sur trois parcours pour les adultes, dont les deux cadets Kevin et Benoît. Faire des équipes de deux jeunes équilibrées (les équipes) permet de mélanger clubs et garçons filles. Les trois plus jeunes, Julie, Thomas et Loïc L feront le circuit étoile tranquille, avec le soutien moral et technique de Geneviève. Après quelques départs à 180° et quelques râleries (équipier se faisant attendre), l'arrivée est très serrée. Les jeunes sont un peu éprouvés ! Nous leur avons ensuite proposé un circuit d'environ 2 Km sur le permanent de Volvic. A noter que ce permanent aurait bien besoin d'un petit lifting, ainsi que la carte qui n'a pas suivi quelques évolutions de terrain. Un des circuits adulte passait dans une zone de cheires, ancienne coulée volcanique donnant un micro relief très complexe avec un sol pierreux difficile à courir.

L'hébergement à Chanat est vraiment bien. C'est un château retapé au nom évocateur « des milles sources ». Il y a des chambres pour tous les goûts entre 3 et 8 lits, une prairie attenante pour jouer au ballon, un grand et un petit réfectoire. Les repas seront à chaque fois bien adaptés à notre groupe de jeunes sportifs : pâtes, cuisse de poulet, riz, poisson pané, blé, sauté de dinde. Malgré de nombreuses remontrances, l'occupation principale de nos jeunes au centre d'hébergement sera la bataille de polochons. Ce qui prouve qu'ils ne se fatiguent pas assez à l'entraînement !!

Vendredi, nous décollons à 9 H, rendez-vous au lac d'Aydat, sur une carte au 1/5000 avec beaucoup de piquets permanents. L'entraînement commence par l'échauffement dirigé par Vincent. Le thème de la matinée est la mémorisation avec 3 circuits de 4 balises à faire en laissant la carte au départ. Les plus petits la mettront dans la poche. Les adultes, pour leur part, commencent par un circuit mémo avec carte posée à chaque poste pour indiquer le poste suivant. La majorité des jeunes feront aussi cet exercice. Les jeunes enchaînent par une petite course au score, dans une zone délimitée au stabilo sur la carte, facilitée par le fait qu'il y a de nombreux piquets et

chemins. Pour les adultes, Vincent avait préparé des circuits avec variantes et départ en masse pour travailler la situation de relais.

Pique nique sur le site, au soleil (rare entre beaucoup de nuages). Certains en profitent pour faire une partie de pétanque, d'autres (comme moi) pour faire la sieste.

L'après midi commence pour les adultes par un score de 40 balises (la difficulté consiste en premier à préparer le carton de contrôle à partir des postes sur la carte). Elle s'achèvera par un pair impair (circuit croisé) dans une zone très technique de cheires dans vert 1 et 2. Coté jeunes, exercice par deux, chacun a sur sa carte uniquement un inter poste sur deux. Arrivé à la balise, celui qui n'avait pas l'inter poste précédent doit deviner où il est : exactement ou pas exactement à sa balise de début d'inter poste suivant. Vincent en a profité pour les faire passer plusieurs fois par le départ, ce que permet cet exercice. Certains jeunes trouvent vraiment que Vincent les prend pour des pigeons voyageurs !! Les jambes commencent à se faire sentir. Il faut toute la persuasion de Vincent et Laurent Laine de Melun pour faire effectuer 20 minutes d'étirements à notre bande de jeunes, dont certains (que je ne citerai pas) pas motivés du tout pour ce genre d'exercice.

Samedi matin, retour sur une autre carte au 1/7500 à nouveau près de Volvic. Cette fois, c'est moi qui échauffe les jeunes pendant que la majorité des adultes posent des balises. La fatigue commence à se faire sentir !!! Nous sommes dans une zone d'anciennes carrières de pierres, encore dans un relief de type cheires. Allez, encore un relais par deux, Vincent aime bien cet exercice et les orienteurs aussi. Les jeunes finissent par un dernier exercice de suivi d'itinéraire avec restitution du positionnement des balises. Les chemins sont évanescents et ce n'est pas trivial. Certains le font en marchant car la fatigue est là. Plus qu'une séance d'étirement et c'en est fini pour l'entraînement des jeunes.

Samedi après-midi, quartier libre. La famille Fournier monte au Puy de Dôme où il reste encore suffisamment de neige pour faire une bataille, je fais des emplettes gastronomiques avec Gérald à Volvic (St Nectaire, lentilles, tripoux, Maurin), quatre irréductibles retournent s'entraîner, Patrick, Benoit Brageul de Mende, Laurent Laine et sa compagne Isabelle. Ce sera d'ailleurs le seul entraînement sous la pluie. D'autres ne se lassent pas des batailles de polochons.....

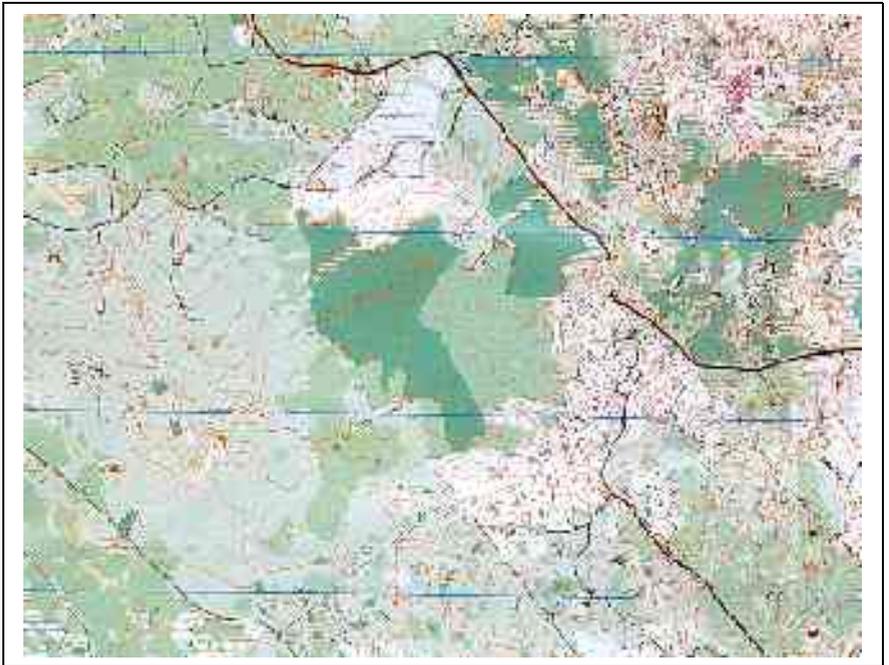
Dimanche matin, départ pour l'Inter Régionale, qui n'est qu'à 20 minutes de l'hébergement. Malheureusement, la pluie est au rendez-vous. Et comme il pleut beaucoup depuis la veille, la boue aussi. Cela gâche un peu la

journée. La carte est telle qu'on l'attendait, très technique, avec beaucoup de zone de cheires, et d'autre zones boisées avec points d'attaque éloignés. La végétation est majoritairement vert 1 et 2, il ne faut pas compter voir les balises de loin. La pluie battante est vraiment handicapante, surtout pour les porteurs de lunettes. Nos jeunes tirent bien leur épingle du jeu. : HB, Loïc C premier, Léo deuxième, DB Mathilde troisième, HM Marc deuxième, Simon troisième, HC Benoit (de Mende) deuxième. A noter, en plus, le très bon résultat de Thibaud deuxième en H Elite.

Merci beaucoup à Vincent qui a organisé et encadré de manière quasi parfaite ce stage : choix de l'hébergement, des lieux d'entraînement et des exercices.

En espérant rassembler encore plus d'orienteurs, je vous dis à la prochaine fois !

Valérie Berger-Capbern



*extrait de la carte du cheire de Mazayes*

**EN ORIENTATION,  
Sauter d'un dimanche à l'autre peut être surprenant**

Si, le 24 avril, vous avez fait comme moi l'IR de Mazayes (63), puis le dimanche d'après la rando'trail des pèlerins, une impression de froid et chaud vous aura peut-être envahi.

Autant à Mazayes, nous nous sommes trempés sur un terrain formidable, avec une carte de CO au 1/10000° remarquable, dans une organisation parfaite,

Autant à l'église de St Sylvestre, près de St Guilhem le désert (34) nous avons eu chaud, sur une carte IGN 20000° bien améliorée, , dans une organisation aussi parfaite, voire amicalement idéale.

Le cheire de Mazayes, ce sont des terrains aux sous bois moussus, avec des zones de rochers verdoyants et des points de vue sur le Puy de Dôme (le volcan), alors qu'à St Sylvestre c'est dans une garrigue caillouteuse et piquante à souhait avec des points de vue imprenables sur le village de St Guilhem que nous avons couru.

Et la dénivelée de l'IR a paru gadget en comparaison de la rando'trail qui annonçait 1500 m de dénivelée positive sur le grand circuit !

Mais, en fait, ne suis-je pas entrain de comparer des choses incomparables ? Comment oser comparer une IR des plus classiques avec un trail qui n'a eu de rando que les libellés des définitions ? Mis à part les organisations excellentes, avec des gens très motivés et disponibles, ces deux épreuves n'ont rien eu de comparable.

Je ne résiste pas au plaisir de vous livrer quelques « définitions » de postes proposées aux pèlerins : « coude de chemin pour se mettre en jambe » « petite borne esseulée » « une petite borne...trop simple non ? » « une autre borne, moins simple celle-là ! » « plouf ! dans la mare... » « au paradis des grenouilles » « côté sud de la ruine...en ruine » « une petite suée pour arriver à la borne » ...(Sic).

Une chose est sûre : pour ces 2 courses, l'an prochain je m'inscris sur les parcours plus longs de manière à prendre encore plus de plaisir !

AD

**Les Aveyronnais à Loches**

Est-ce le stage de Pâques qui les a boosté ? N'empêche que les jeunes Aveyronnais ont gazé au championnat de France moyenne distance à Loches (37) !

Arnaud PEZET : 2° H12 – Titouan BREMAUD : 5°H12 - Sélim BENAZZA : 7° H12.

La performance de l'équipe de Millau est à saluer aussi. La jeune S.A.O 12 se retrouve championne de France des clubs en 4° division. Sont ainsi montés sur le podium : Thomas FLORIOT, Bruno DUTEIL, Christophe DIDYME, David CAYRAC et Thibault BANON-SELVES.

---

---

***Photos souvenirs de Loches, extraites de l'album à visionner sur le site de la ligue M.P***



l'équipe Toulousaine à Loches





## LES 5 JOURS DE L'AVEYRON

L'enlèvement du Larzac est programmé du 9 au 14 Juillet !!!!!

Propos échangés tard un soir post-réunion, alors que je découvrais le listing des engagés :

« Vincent, tu me montres un total de plus de 1100 inscrits, mais comment se répartissent-ils ? »

V.H : « regarde, il suffit de cacher tous les français, un clic et hop !, on obtient 446 étrangers ! »

« Tant que ça ? Mais pour quelles langues me faudra-t-il trouver des traductrices à l'accueil ? »

V.H : « Voyons voir.... Portugal, Espagne, Italie, Suisse, Suède, Belgique, Danemark, Autriche, Brésil, Irlande, Nouvelle Zélande, Ecosse, Angleterre, Norvège, Finlande, Pays-bas, Lettonie, Ukraine, USA..... Mouais... Je pense qu'anglais et espagnol, ça devrait faire... »

« Quoi ? Tous ces pays ? Mais... tu crois que le Lettonien parle anglais ? »

V.H : « ba, s'il vient jusqu'ici, c'est qu'il voyage ! Donc, se débrouillant ailleurs, il se débrouillera bien sur le Larzac !!! »

Peu convaincu, et légèrement inquiet pour la gestion de l'accueil, je continue mon enquête : « Tu m'as dit, durant la réunion, que des équipes nationales seraient représentées, lesquelles ? »

V.H : « D'abord les membres de l'équipe de France, avec notre parrain Thierry Gueorgiou, champion du monde ; puis 1 membre de l'équipe nationale Finlandaise et 2 équipiers de l'équipe nationale Norvégienne. »

Il se dit que le Larzac et ses cartes sont techniquement et qualitativement forts réputés, mais à ce point là, je n'aurais pas cru. Depuis, je me pose la question et je crois que je la poserai aux participants des 5 jours, au moins pour savoir si c'est le Viaduc, José ou bien nos terrains de course qui ont motivé autant de monde de venir d'aussi loin !

En attendant, le programme est inchangé :

- ✓ Samedi 9 Juillet après-midi : Potensac : I.R moyenne distance comptant pour la coupe de France.
- ✓ Dimanche 10 Juillet matin : La Couvertoirade Ouest : une distance classique
- ✓ Lundi 11 Juillet matin : la Couvertoirade Nord : une longue distance
- ✓ Mardi 12 Juillet matin : La Couvertoirade Est : une moyenne distance
- ✓ Mercredi 13 Juillet matin : Ste Eulalie de Cernon Sud-Ouest : longue distance
- ✓ Jeudi 14 Juillet matin : Ste Eulalie Sud-Est : distance classique.

Le staff est cordialement accueilli par le camp militaire, à la Cavalerie, où sera installé le P.C.

Vous y trouverez l'accueil général, les remises des prix, les animations et toute l'équipe à votre disposition qui pourra vous proposer les parcours d'entraînement et les circuits randonnées si vous avez fait l'erreur de ne pas vous inscrire et si vous avez des remords.

N'hésitez pas à venir vivre des moments inoubliables ; Vous trouverez toutes les infos sur le site du CDCO12 :

**<http://www.cdco12.org>**

---

<b>C.O en parc et</b>
-----------------------



juillet	s 2 & d 3	<i>moy.dist.+ IR</i>	<i>Brive (19)</i>	<i>ligue</i>	5 jours de C.O sur le Larzac Aveyronnais
	S 9	<i>Interrégionale d'été</i>	Potensac (12)	CDCO 12	
	D 10 au J 14	classiques, longues & moyennes distances	Plateau du Larzac		
	s 16 & D 17	classiques & sprint	Le Caylar (34)	ligue LR	
Août	Mer 17	<i>Interrégionale</i>	Le Bessat (42)	CDCO 42	Championnat de France de C.O
	V 19	courte dist. (élite)			
	S 20	Longue distance			
	D 21	Relais			
Septembre	S 3	chpt départemental	Bruniquel (82)	SCOR	
	D 4	CO en parc + entraînement VTTO	Rodez (12)	CDCO 12	poss. logement
	dim 11	<i>Interrégionale 5</i>	<i>Lège Cap Ferret (33)</i>	<i>MOM</i>	<i>Aquitaine</i>
	dim 18	VTTO	Bénéjacq (64)	COOL	
	24 - 25	CO/VTT	Rhône	6911	Champ.France
Octobre	dim 2	<b>Régionale 5</b>	<b>Tarn</b>	<b>CDCO 81</b>	
	dim 9	Régionale	Aude	RDPA	
	dim 16	<b>Régionale 6</b>	<b>Larzac</b>	<b>SAO12</b>	
Nov.	dim 6	VTTO	Lot	FINO	
	dim 13	inter-entreprises	Buzet ou Bouconne (31)	CD 31	
	dim 20	<b>Régionale 7</b>	<b>Villefranche de Rgue (12)</b>	<b>VO12</b>	
	sam 26	chpt départemental	Caylus camp (82)	SCOR	
Déc.	dim 4	champ. S.O relais	Pouydesseaux	CD 40	Landes
	dim 11	<b>Régionale 8</b>	<b>Terrides (82)</b>	<b>CD82</b>	

**Info de dernière minute lors du bouclage : La fédération accepterait d'octroyer le championnat de France 2007 à Midi-Pyrénées. Cette annonce sera officielle après vérification des cartes proposées. Affaire à suivre....**

**Annuaire des clubs de Course d'orientation en Midi Pyrénées:**

**mise à jour: 27.01.05**

AOC (8104)	Azimut Orientation Castres	05.63.74.72.02	05.63.74.13.45	betty.segonne@ch.novartis.com
ASSGC (1205)	Ass Sportive Grands Causses	05.65.60.49.39	05.65.61.17.30	a.s.grandscausses@caramail.com
AUCH (3201)	Auch Orientation	05.62.65.51.35		combeannie@wanadoo.fr
TOAC (3102)	Toulouse Olympique Aéronautique Club	05.61.85.87.36	05.61.76.81.24	patrick.cabern@free.fr
BOA (8105)	Balaise Orientation Albi 81	05.63.40.69.98	05.61.09.40.28	boa81@voila.fr
FINO (4601)	Figéac Nature Orientation	05.65.34.16.12	05.65.34.18.80	baillv.phil@wanadoo.fr
FLOC (3203)	Fleurance Loisir Orientation Club	05.62.06.81.43		jean-louis.bien@wanadoo.fr
MO (3104)	Muret Orientation	05.61.51.54.19		alex.chenu@wanadoo.fr
MOLO (8202)	Montauban Loisir Orientation	05.63.63.89.25	05.63.67.83.44	RochPmf@aol.com
SAO12 (1206)	Sud Aveyron Orientation 12	05.65.75.92.61	06.77.13.08.51	sao12@netcourrier.com
SCOR (8203)	Sport Caussade Orientation	05.63.31.02.15		fdavaud@wanadoo.fr
VO12 (1202)	Villefranche de Rgqe Orientation 12	05.65.29.53.88	05.65.81.22.00	robert.tenedos@libertysurf.fr

**Les sites à visiter:**

Fédération Française de course d' Orientation

<http://www.ffco.asso.fr>

LIGUE Midi Pyrénées de course d' orientation

<http://membres.lycos.fr/ilmipyco>

Comité Départemental de C. O de l'Aveyron

<http://www.cdoco12.org>

Azimut Orientation Castres (AOC)

<http://azimut.oc.free.fr>

Balaise Orientation Albi (BOA)

<http://www.boa81.org>

Figéac Nature Orientation (FINO)

<http://fino46.site.voila.fr/>

Fleurance Loisir Orientation Club (FLOC)

<http://fleurance.orientation.free.fr>

Muret Orientation ( MO)

<http://perso.wanadoo.fr/muret.orie>

Villefranche de Rouergue Orientation (VO12)

<http://VO12.free.fr>