

BULLETIN D'INSCRIPTION

à renvoyer à **Fédération Foyers Ruraux 13**
4 cours de la République - 13350 CHARLEVAL

Prénom & Nom :
Adresse : Ville :
FOYER RURAL ou Association :
N° carte d'Adhérent :
Date de naissance : Profession :
Tél : Courriel :

Je m'inscris à la journée **Cartographie & Orientation** à CHARLEVAL

02 Octobre 2025

Cartographie & Orientation

Des clés pour ne pas perdre la boussole en rando !

Tarif : **40 €** adhérents Foyers Ruraux - **55 €** non adhérents

• Je joins la somme de : €, chèque à l'ordre de la **FDFR 13**

REPAS : Pique Nique tiré du sac, en colline (Chaque participant amène son pique-nique).

Merci de **PARTAGER l'INFO**, à moins de 6 personnes une formation ne peut pas démarrer.



Fédérant 25 Foyers Ruraux & Associations d'Animation Rurale et d'Éducation Populaire, soit près de 6 000 adhérents, le réseau **FOYERS RURAUX 13** fédère un tissu dynamique d'acteurs associatifs de proximité et mène tout au long de l'année une mission de "**Tête de Réseau**" et bénéficie d'**Agréments** Ministériels : **Jeunesse Éducation Populaire - Formation Professionnelle**
Merci à nos **Partenaires** Institutionnels et Territoriaux



FDVA



La FORMATION pour Tous avec les **FOYERS RURAUX 13**

Cycles de formation de proximité pour les acteurs associatifs et les individus

**Jeudi
02
Octobre
2025**

Stage d'initiation " **CARTOGRAPHIE & ORIENTATION** "

Des clés pour ne pas perdre la boussole en rando !



À CHARLEVAL
AU SIÈGE FÉDÉRAL DES FOYERS RURAUX 13



Réseau **FOYERS RURAUX 13**

4, Cours de la République - 13350 CHARLEVAL en Provence
Tél : 04 42 28 50 18 - courriel : foyersruraux13@gmail.com

Organisme Formation Professionnelle - Association agréée Jeunesse Éducation Populaire

Stage d'initiation "CARTOGRAPHIE & ORIENTATION"

Journée de formation alliant apports théoriques (2h30 en intérieur) et apports pratiques et techniques (2h30 en extérieur). A destination de toute personne désireuse de s'initier à la cartographie et à l'orientation en randonnée : randonneurs occasionnels ou confirmés, acteurs associatifs, animateurs randonnée...

Les apports seront adaptés en fonction du niveau des participants et de leurs connaissances préalables : proposition d'exercices pratiques et théoriques, ludiques et pédagogiques, permettant de s'approprier les techniques d'orientation.



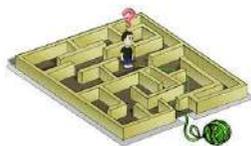
- Objectifs :

Savoir correctement interpréter et se servir des cartes IGN, de la boussole et de l'altimètre
Apprendre à maîtriser les techniques d'orientation et de progression en terrain naturel
Etre en mesure de planifier un itinéraire cohérent et sûr, et être capable de le suivre

- Déroulement de la formation

Séance en salle

- . La randonnée : les points de sécurité (équipement, météo, itinéraire, s'autoévaluer, points de repli)
- . Présentation et utilisation de la boussole par des exercices pratiques : cap, orientation de la carte...
- . Utilisation de l'altimètre
- . La carte au 1/25000 ème : comprendre les légendes, les éléments artificiels et le fond de carte, les courbes de niveaux, l'interprétation carte / terrain, les points de repères utiles (point d'appui, point d'attaque, point d'arrêt, déviation volontaire, relocalisation...).



Exercices pratiques en extérieur (Collines de Charleval)

En individuel ou en petits groupes, ateliers ludiques avec des apports personnalisés : travail sur les itinéraires, la correspondance carte/terrain, l'estimation des distances, la prise de décision

- Matériel / équipement :

Tenue de randonnée, bonnes chaussures de marche, chapeau et lunettes de soleil, eau et pique-nique. Carnet de notes, boussole, carte IGN et altimètre, si vous avez.
Merci de penser à votre pique-nique ;-)

- Intervenant :

Marc AYNIE - Accompagnateur Moyenne Montagne DE
Partenaire Parc National du Mercantour. Agréé Merveilles, animateur Sciences techniques Environnement & Astro

- Public :

- Groupe :

mini 6 pers, maxi 12
CE STAGE NE POURRA PAS DÉMARRER À MOINS DE 6 PERSONNES.

- Cout :

- Date :

- Site :

- Rdv au Siège fédéral des Foyers Ruraux 13 à Charleval en Provence



"Carto & Orientation - Jeudi 02 Oct 2025
CHARLEVAL SIÈGE FÉDÉRAL **FOYERS RURAUX 13**

