

ESPACE SPORTS ORIENTATION

PARC DE BEAUSEJOUR



Livret d'accompagnement



Bienvenue au Conquet

Située à la pointe du Finistère, Le Conquet est une charmante cité maritime qui marque l'extrémité occidentale de la France continentale.

Le Conquet bénéficie d'une position géographique stratégique et spectaculaire, bordée par la mer d'Iroise.

- *Bout du monde : La commune abrite la pointe de Kermorvan, l'un des points les plus à l'ouest du continent français.*
- *Façade maritime double : Elle est encadrée par une ria (un estonier ou bras de mer) qui s'enfonce dans les terres et par de hautes falaises sculptées par l'océan.*
- *Proximité insulaire : C'est le principal point de départ et la porte d'entrée naturelle vers l'archipel de Molène et l'île d'Ouessant.*

Le Conquet compte une population permanente d'environ 2 800 habitants (les Conquetois). La population locale quadruple durant la période estivale, malgré cette saisonnalité, la ville conserve un cœur actif toute l'année grâce à ses commerces et à son économie maritime.



Le Conquet – Ville Sportive

Le patrimoine naturel du Conquet est exceptionnel et largement préservé, protégé en grande partie par le Parc Naturel Marin d'Iroise, La Pointe de Kermorvan, Les Plages de caractère, La Ria du Conquet.

La commune du Conquet a franchi une nouvelle étape dans son engagement en faveur du sport. Pour la première fois, elle a obtenu le label national « Ville active et sportive », niveau deux lauriers

*La mise à disposition d'un **Espace Sports Orientation (ESO)** dans le Parc de Beauséjour, en partenariat avec le Comité Départemental de Course d'Orientation du Finistère, contribue ainsi à la politique d'accueil des familles et des enfants mais plus largement offre la possibilité à toutes et tous de découvrir gratuitement une activité de pleine nature dans un cadre sécurisé.*

Ville
Active & Sportive



Qu'est-ce qu'un ESO ?

Un Espace Sports d'Orientation (ESO) est un site naturel ou urbain équipé en permanence pour pratiquer la course d'orientation librement, à tout moment, sans organisation spécifique.

L'idée centrale : offrir un terrain de jeu cartographié, sécurisé et accessible à tous – scolaires, familles, sportifs – pour apprendre à s'orienter ou s'entraîner.

Un ESO est :

- *un réseau permanent de balises installées sur des éléments caractéristiques du terrain (rochers, arbres, bâtiments, intersections...) ;*
- *associé à une carte d'orientation dédiée, disponible sur un panneau ou en téléchargement ;*
- *conçu pour permettre toutes les formes de pratique : découverte, entraînement, loisirs, sport.*

Les ESO sont pensés pour :

- *les écoles, collèges, lycées*
- *les centres de loisirs*
- *les familles et touristes*
- *les sportifs souhaitant s'entraîner*



La course d'orientation, une activité pour tous

La course d'orientation est une activité passionnante qui allie sport et nature. Elle est accessible à tous les âges et niveaux, offrant des parcours variés qui s'adaptent aux débutants comme aux compétiteurs aguerris.

Les participants doivent faire preuve d'habileté pour lire la carte, planifier leur itinéraire et s'adapter au terrain imprévisible tout en maintenant un bon rythme de course.

Grâce à la carte fournie et aux balises semi-permanentes, les participants peuvent explorer différents parcours tout au long de l'année.

Les balises sont constituées d'un support métallique et d'un câble attaché à un objet représentatif, support sur lequel est fixé une pince avec des poinçons ainsi qu'un autocollant portant le n° de la balise.

Ces balises sont conçues pour être respectueuses de l'environnement, étant déplacées annuellement afin de préserver les lieux et la végétation.



ALERTE
MÉTÉO



Attention : afin de garantir la sécurité de tous, l'accès à l'ESO est interdit en cas d'alerte orange ou rouge de Météo France.

Comment lire une carte d'orientation ?

Les symboles de base utilisés sur les cartes d'orientation sont essentiels pour interpréter correctement le terrain et planifier un itinéraire efficace.

Parmi ces symboles, on trouve les courbes de niveau (couleur bistre ou marron), qui représentent les variations d'altitude et aident à visualiser le relief du terrain.

Les autres couleurs significatives sont le blanc qui indique généralement une forêt praticable, le vert une végétation dense, et le jaune des espaces ouverts comme des prairies. Les symboles bleus représentent l'eau, tels que rivières et lacs, tandis que les symboles noirs indiquent des caractéristiques artificielles ou rocheuses, comme les chemins, les murs et les falaises.



Ci-après la légende ISOM 2017-2, téléchargeable sur le site officiel de la Fédération Française de Course d'Orientation.



RELIEF	
	Courbe de niveau et tiret de pente
	Courbe de niveau maîtresse et cote d'altitude
	Courbe de niveau de forme
	Collines
	Petites buttes
	Petites buttes allongées
	Dépressions
	Petite dépression
	Trou
	Abrupt de terre
	Levée de terre
	Levée de terre en ruine
	Ravine
	Petite ravine
	Terrain accidenté
	Terrain très accidenté
	Elément particulier du relief
VEGETATION	
	Terrain découvert
	Terrain découvert avec arbres dispersés
	Terrain découvert avec buissons dispersés
	Terrain découvert encombré
	Terrain découvert encombré avec arbres dispersés
	Terrain découvert encombré avec buissons dispersés
	Forêt
	Végétation, course lente
	Végétation, course lente meilleure dans une direction
	Végétation, course lente, bonne visibilité
	Végétation, marche
	Végétation, marche, meilleure dans une direction
	Végétation, marche, bonne visibilité
	Végétation, progression difficile
	Végétation, progression difficile, meilleure dans une direction
	Terrain cultivé
	Vergers
	Vignes ou similaires
	Limite franche de cultures
	Limites franches de végétation
	Gros arbre remarquable
	Arbre ou buisson remarquable
	Elément particulier de végétation
ROCHERS ET BLOCS ROCHEUX	
	Falaise infranchissable
	Falaise
	Trou rocheux
	Caverne/Grotte
	Bloc rocheux
	Gros bloc rocheux
	Blocs rocheux gigantesques
	Groupe de blocs rocheux
	Zone de blocs rocheux
	Zone de blocs rocheux dense
	Sol pierreux, course ralentie
	Sol pierreux, marche
	Sol pierreux, progression difficile
	Sol sablonneux découvert
	Affleurement rocheux
	Tranchée
SYMBOLES TECHNIQUES	
	Ligne du nord magnétique
	Croix de calage
	.219 Point d'altitude

EAU ET MARAIS	
	Etendue d'eau infranchissable
	Etendue d'eau de faible profondeur
	Trou d'eau
	Cours d'eau franchissable
	Petit cours d'eau franchissable
	Cours d'eau secondaire ou saisonnier
	Marais infranchissable
	Marais
	Marais étroit
	Marais peu visible
	Puits, fontaine, ou réservoir d'eau
	Source
	Elément d'eau particulier
ELEMENTS DUS A L'HOMME	
	Zone pavée
	Route large
	Route à 2 voies
	Route
	Chemin carrossable
	Chemin
	Sentier
	Sentier peu visible
	Jonction visible / peu visible
	Trace étroite ou layon
	Trace étroite ou layon, course aisée
	Trace étroite ou layon, course ralentie
	Trace étroite ou layon, marche
	Trace étroite ou layon, course normale
	Voie de chemin de fer
	Voie de chemin de fer, traversée interdite
	Ligne électrique, câble porteur ou télésiège
	Ligne à haute tension
	Ligne à haute tension, pylone de grandes dimensions
	Pont / tunnel
	Passerelle / petit pont
	Mur
	Mur en ruine
	Mur infranchissable
	Clôture
	Clôture en ruine
	Clôture infranchissable / point de passage
	Zone interdite d'accès
	Zone interdite d'accès
	Bâtiments
	Bâtiment / passage couvert
	Ruine
	Tour de grande hauteur / Petite tour
	Cairn
	Mangeoire
	Elément linéaire significatif
	Elément linéaire significatif infranchissable
	Eléments significatifs dus à l'homme
	Escalier
SYMBOLES DE SURIMPRESSION	
	Prise de carte, itinéraire balisé, départ, ligne de parcours, poste et son numéro
	Ligne de parcours, itinéraire balisé, arrivée
	Limite interdite
	Zone interdite d'accès
	Points de passage
	Route interdite
	Poste de secours
	Poste boisson

Comment réaliser son parcours ?

Le principe est simple : vous réalisez votre parcours en recherchant et en poinçonnant dans l'ordre les balises indiquées par un cercle sur votre carte.

L'enjeu est d'allier la course avec la lecture de carte et la prise d'initiative pour choisir le meilleur itinéraire.

Pour une utilisation interactive de l'ESO, vous pouvez également recourir à l'application mobile Vikazimut.



Grâce à cette application, vous pouvez retrouver tous les parcours présents sur l'ESO. L'application vous fournit les cartes, la boussole et en fonction du mode (sport ou promenade) un chronométrage ou positionnement GPS.

Vous pouvez analyser votre itinéraire. Si vous partagez votre parcours (écran des résultats) après l'arrivée, vous permettez aux autres participants de visualiser vos choix et temps.

Tutoriel application Vikazimut



Plan d'accès



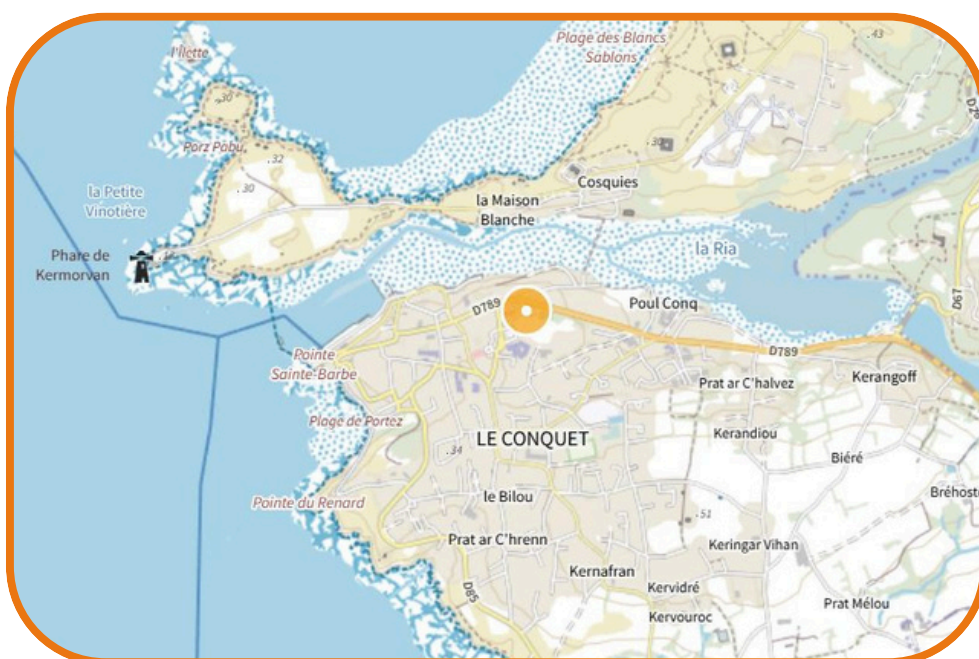
ESO

Parc de Beauséjour

**Parking Tessier,
29217 Le Conquet**

**Coordonnées GPS pour
vous rendre au départ :**

48.3607,-4.7702



Le Parc Beauséjour :

Le Parc Beauséjour (ou Domaine de Beauséjour) est un espace verdoyant, historique et central de la commune du Conquet. S'étendant sur environ 8 hectares, il combine harmonieusement patrimoine bâti, nature et infrastructures d'accueil.

- *Le site possède une histoire riche intimement liée au passé industriel et social du Conquet*
- *Un grand parc arboré en plein cœur de ville*
- *Le Village Vacances "Rêves de Mer"*
- *Des Equipements et loisirs*

Le parc est conçu comme un lieu convivial et de partage. Le Parc Beauséjour incarne parfaitement l'esprit du Conquet : un pont entre la nature préservée, l'histoire patrimoniale et la douceur de vivre maritime.

A suivre, les cartes de l'ESO du Parc de Beauséjour...

- *Trois parcours proposant plusieurs niveaux de difficulté :*
 - *court*
 - *moyen*
 - *long*
- *La carte vierge*
- *La carte Tous postes*

... et d'autres ESO à découvrir !

Pour accéder à d'autres Espaces Sports Orientation présents sur le Finistère, rendez-vous sur le site du Comité Départemental de Course d'orientation.

De nombreux parcours sont téléchargeables gratuitement pour explorer bouger, découvrir !

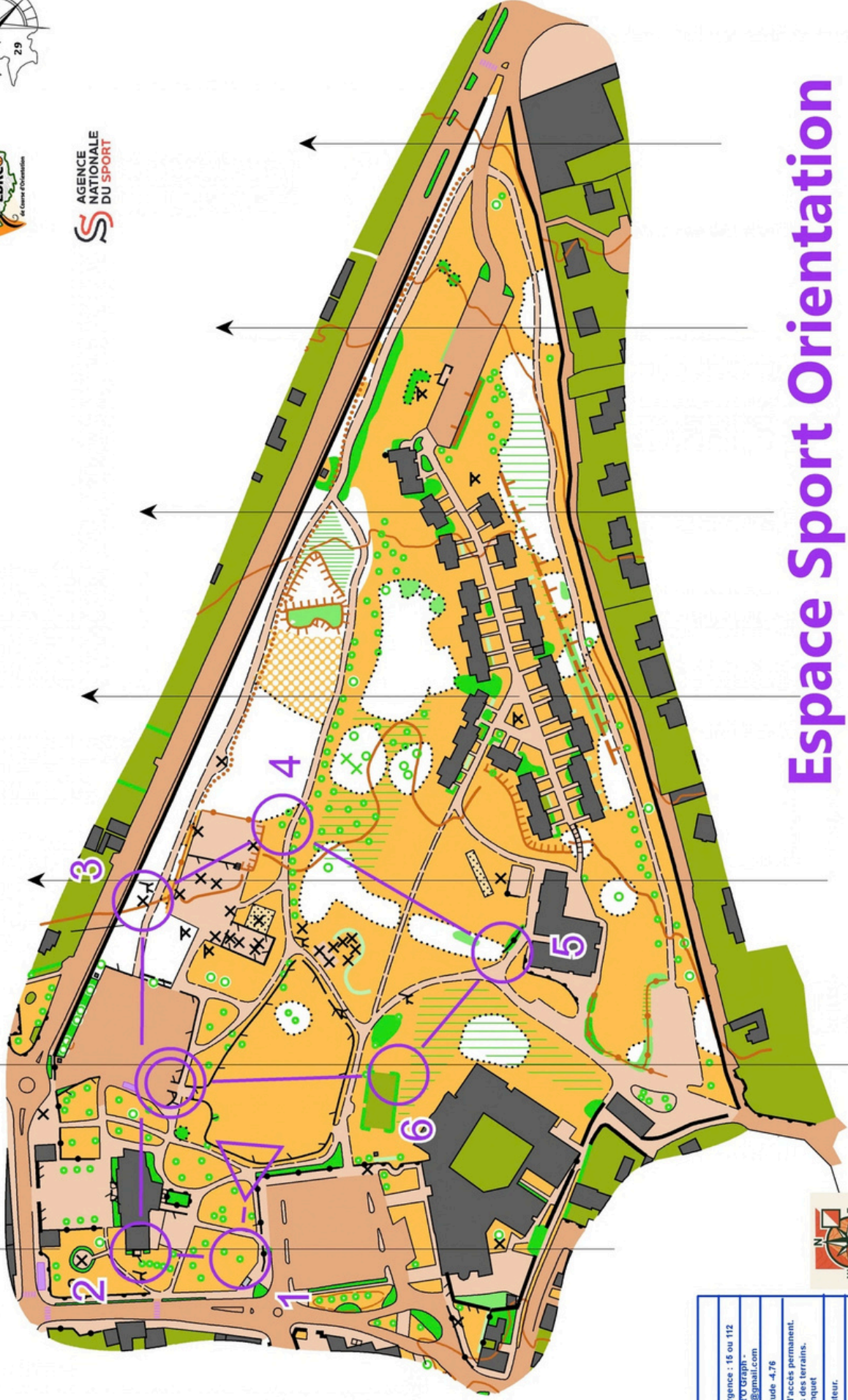


Court

Parc Beauséjour
Echelle : 1 / 2500
Equidistance: 5m



ESO Le Conquet 2026									
Court		0,5 km							
1	62	↓	Δ						
2	73	↗							
3	70	×							
4	80	↖	Δ						
5	66	↘							
6	60	↙							

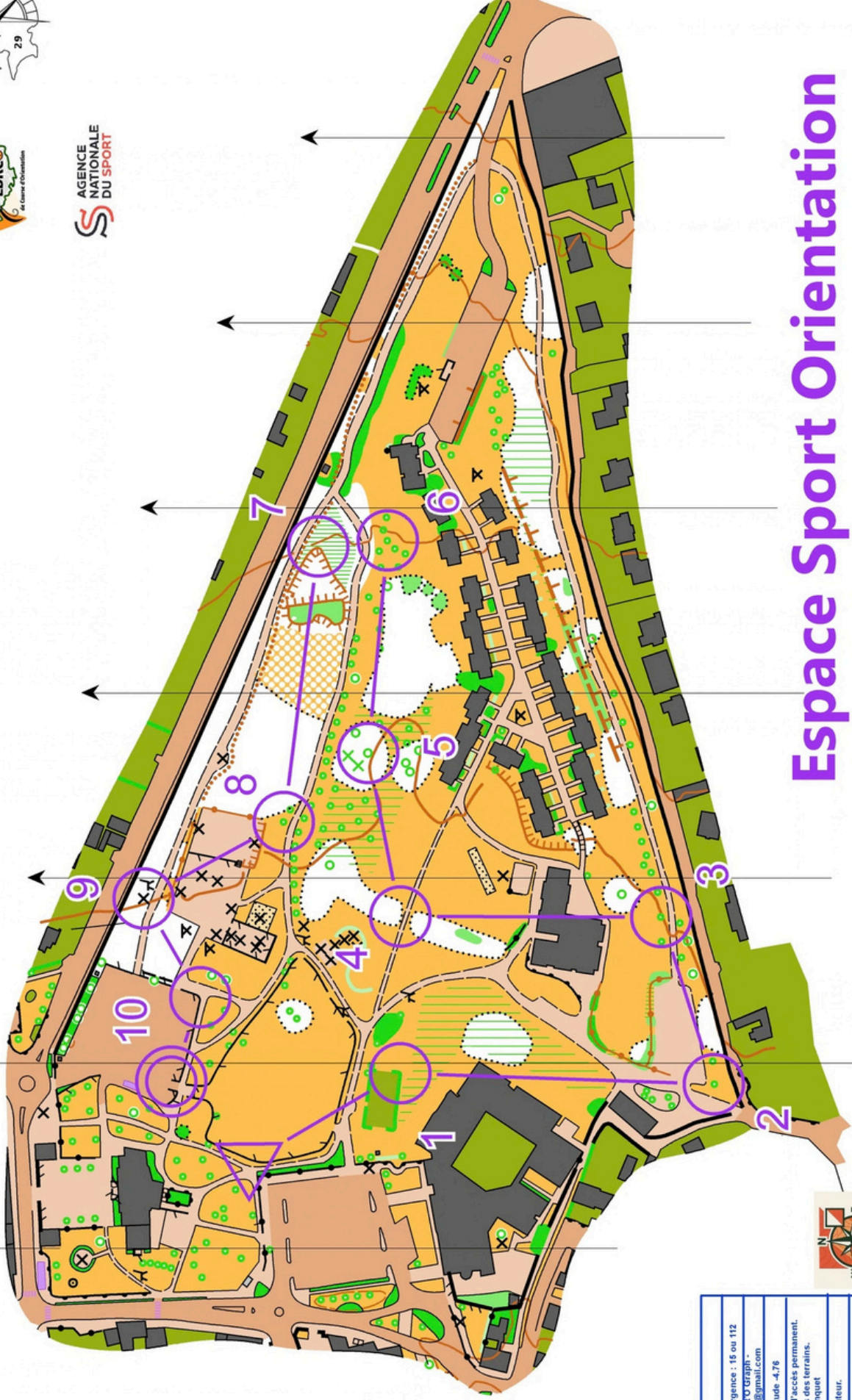


Espace Sport Orientation 2026

Carte de course d'orientation N°2025-D28-225			
Carte de base : Ortho + Cadastre	N°2025-D28-225	N°2025-D28-225	N°2025-D28-225
Relevés : CARTO GRAPH -	carto.graph.ap@gmail.com	carto.graph@gmail.com	carto.graph@gmail.com
Coordonnées Géographiques : Latitude 48.35, Longitude -4.76			
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent.			
Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains.			
Une autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.) : Mairie Le Conquet			
Toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur.			
Distribution : CDCO 28			
Coordonnées CDCO : contact.cdc28@gmail.com			

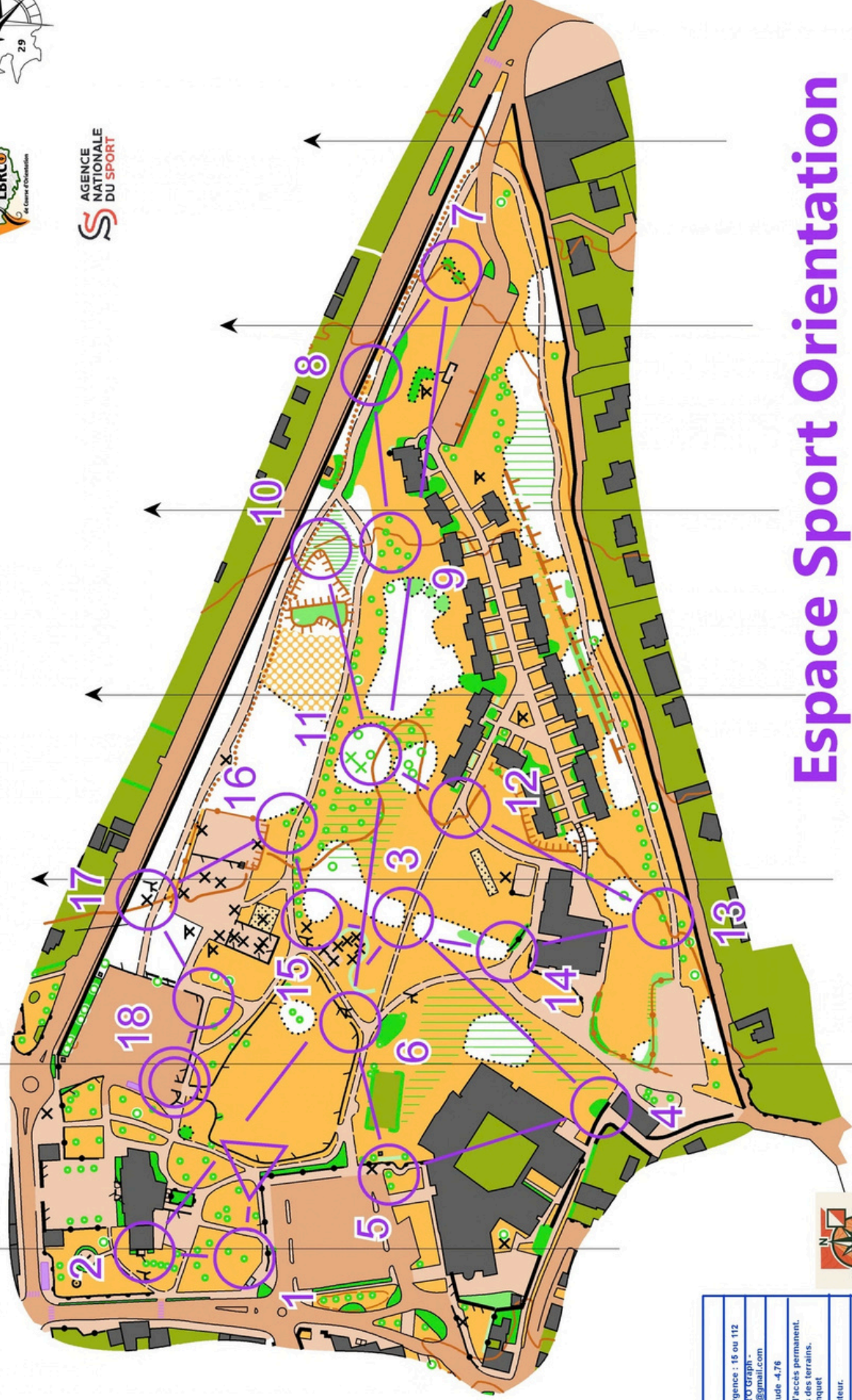


ESO Le Conquet 2026									
Moyen		0,8 km							
△		1	2	3	4	5	6	7	8
1	60								
2	74								
3	61								
4	67								
5	63								
6	64								
7	72								
8	80								
9	70								
10	79								
OX									
40 m									



Carte de course d'orientation N°2025-D28-225			
Carte de base : Ortho + Cadastre	N°2025-D28-225	N°15 ou 112	
Relevés : CARTO GRAPH -	DESIGN : CARTO GRAPH -		
cart.o.graph.ap@gmail.com	cart.o.graph@gmail.com		
Coordonnées Géographiques : Latitude 48.35, Longitude -4.76			
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent.			
Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains.			
Autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.) : Mairie Le Conquet			
Toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur.			
Distribution : CDCO 29			
Coordonnées CDCO : contact.cdc29@gmail.com			

ESO Le Conquet 2026									
Long		1,5 km							
Long		1	2	3	4	5	6	7	8
1	62	↓	Δ						
2	73		Δ						
3	67		Δ						
4	78		Δ						
5	69		Δ						
6	71		Δ						
7	76		Δ						
8	68		Δ						
9	64		Δ						
10	72		Δ						
11	63		Δ						
12	65		Δ						
13	61		Δ						
14	66		Δ						
15	77		Δ						
16	80		Δ						
17	70		Δ						
18	79		Δ						



Carte de course d'orientation N°2025-D28-225			
Carte de base : Ortho + Cadastre	N°2025-D28-225	N°2025-D28-225	N°2025-D28-225
Relevés : CARTO GRAPH -	carto.graph.ap@gmail.com	carto.graph@gmail.com	carto.graph@gmail.com
Coordonnées Géographiques : Latitude 48.35, Longitude -4.76			
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent.			
Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains.			
Une autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.) : Mairie Le Conquet			
Toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur.			
Distribution : CDCO 29			
Coordonnées CDCO : contact.cdc29@gmail.com			

Tous les contrôles

Parc Beauséjour

Echelle: 1 / 2500

Equidistance: 5m

ESO Le Conquêt 2026					
	S1			<	
	60				
	61				
	62				
	63				
	64				
	65				
	66				
	67				
	68				
	69				
	70				
	71				
	72				
	73				
	74				
	76				
	77				
	78				
	79				
	80				



Carte de course d'orientation N°2025-D29-225

Carte de base :Ortho + Cadastre	Numéro d'urgence : 15 ou 112
---------------------------------	------------------------------

Carte de base : Grimo + Graciane	Relevés : Cart'O Graph - cart.o.graph.no@gmail.com	Dessin : Cart'O Graph - cart.o.graph@gmail.com	numéro d'urgence : 16 ou 112
----------------------------------	---	---	------------------------------

Coordonnées Géographiques : Latitude 48.35, Longitude -4.76

à possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent.

Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains.

Autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.) : Mairie Le Conquet

toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur

Distribution : CDO 29

coordonnee CBCC : contact.edcc28@gmail.com

Espace Sport Orientation 2026

ESO Le Conquet 2026									
Carte Vierge		0,0 km							
		</							