



*Pour tous renseignements  
sur les activités du club,  
entraînements, courses,  
initiations :*

[www.quimper-orientation.fr](http://www.quimper-orientation.fr)

# Vallon St Laurent

## Carte de course d'orientation équipée de balises permanentes

Le club de course d'orientation Quimper Orientation et la ville de Quimper vous proposent de pratiquer la course d'orientation dans le parc du vallon St Laurent grâce à la carte ci-jointe et aux balises permanentes installées.

Ces balises sont en bois et sont fixées aux arbres par des cables. Elles sont semi-permanentes car déplacées chaque année, d'une part pour permettre de renouveler les possibilités de parcours d'orientation, d'autre part pour préserver les arbres et ne pas gêner leur croissance.

**Attention :** en cas d'alerte orange Météo France, pour des raisons de sécurité liées à la chute de branches, l'accès à la forêt est interdit.

Vous trouverez dans les pages suivantes :

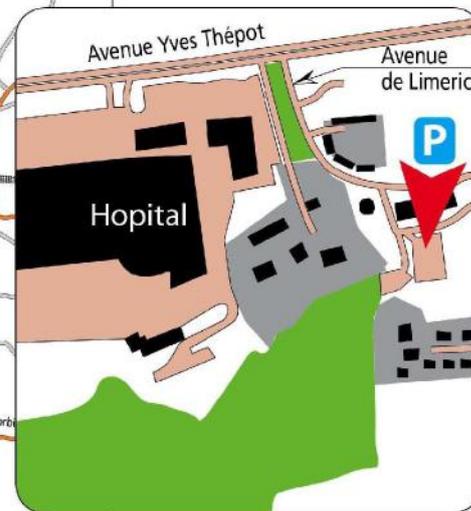
**Page 2 :** la carte à imprimer avec les postes et leur numéro.

**Page 3 :** la carte vierge à imprimer sur laquelle vous pouvez tracer les postes et les itinéraires de votre choix.

**Page 4 :** Définitions

**Page 5 :** le plan d'accès

# Accès à la carte du Vallon St Laurent

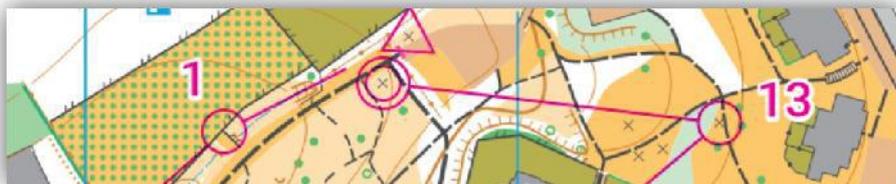




# GUIDE APPLICATION VIK'AZIMUT



## LE VALLON DE ST LAURENT - QUIMPER (29)



## 1 Télécharger l'application Android sur Google Play : VikAzimut (désolé pas de version IOS).



Sur cette application, vous allez retrouver tous les parcours posés qui vous attendent. L'application vous fournit la carte, la boussole et en fonction du mode (sport ou promenade) un chronométrage ou positionnement GPS. Vous pourrez 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. Il y a une aide sur l'application. Un bouton vous permet de signaler un poste manquant. Ce poste sera compté dans votre parcours si vous le signalez dans un rayon de 15m du poste.

## 2 Sélection du circuit

D'abord, vous devez choisir votre mode de pratique (**SPORT** ou **PROMENADE**). L'écran de sélection des parcours apparaît. Les parcours sont classés en fonction de la distance qui vous sépare des départs. Vous devez télécharger sur le smartphone les cartes (WIFI ou GSM)



À partir de maintenant, plus besoin d'avoir du réseau. Un écran d'étalonnage de la boussole apparaît (figure 4.a). Inutile de le faire à chaque fois. Vous pouvez choisir de parcourir le circuit en ordre libre ou imposé. Seul l'ordre imposé permet d'avoir une comparaison des performances sur le site. Une fois validé, vous arrivez sur l'écran du départ (figure 4.b).



Figure 4.a : étalonnage boussole



Figure 4.b : écran départ

### 3 Scanner le départ

C'est parti... Le chrono démarre lorsque vous pointez la balise départ. Actuellement, seuls les parcours ordre imposé sont programmés (papillon possible). La possibilité de proposer des parcours ordre libre va être proposée très prochainement.



### 4 Scanner l'arrivée

Une fois la balise « Arrivée » pointée, le parcours est terminé. Vous arrivez sur l'écran résultats (figure 6). On retrouve les informations suivantes :

**Les splits : avec la distance interposte réelle (théorique)**

Numéro poste	Temps Inter	Distance Inter	Réduc. kilo.	Temps cumulé
1	0:01:04	166m (52m)	20:49 / 0:01:04	
2	0:00:39	84m (74m)	08:47 / 0:01:44	
3	0:02:05	282m (78m)	26:49 / 0:03:49	
4	0:04:18	718m (659m)	06:32 / 0:08:08	
5	0:01:24	180m (177m)	07:55 / 0:09:32	
6	0:02:19	267m (247m)	09:25 / 0:11:52	
7	0:01:31	197m (108m)	14:03 / 0:13:23	
8	0:02:34	373m (250m)	10:18 / 0:15:57	
9	0:01:44	287m (278m)	06:17 / 0:17:42	
10	0:00:49	113m (112m)	07:18 / 0:18:31	
Arrivée	0:02:37	424m (413m)	06:21 / 0:21:09	

Bravo ! Vous avez réussi le parcours.

**Durée du parcours**  
0:21:09  
dont pénalités : 0:00:00

**Distance parcourue**  
3096 m  
Longueur théorique : 2460 m

**Réduction kilométrique**  
08:36 / km

DÉTAIL
TRACE
PARTAGE

La trace GPS avec affichage de l'allure :

Envoi des résultats sur le site. Un pseudo est demandé. Si vous entrez votre nom, la trace ne sera plus anonyme.

Vous êtes prévenu en cas d'échec du téléchargement (absence de réseau). Dans ce cas, il suffit de refaire une tentative plus tard à partir de la bibliothèque des parcours (figure 2).

Figure 6 : L'écran des résultats

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
	Élément 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
	Verger
	Vignes ou similaires
	Limite franche de cultures
	Limites franches de végétation
	Gros arbre remarquable
	Arbre ou buisson remarquable
	Élément 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
	Élément 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
	Élément linéaire significatif
	Élément linéaire significatif infranchissable
	o x Éléments significatifs dus à l'homme
	Escalier
SYMBOLES DE SURIMPRESSIION	
	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

VILLE DE  
QUIMPER



# LE VALLON SAINT-LAURENT

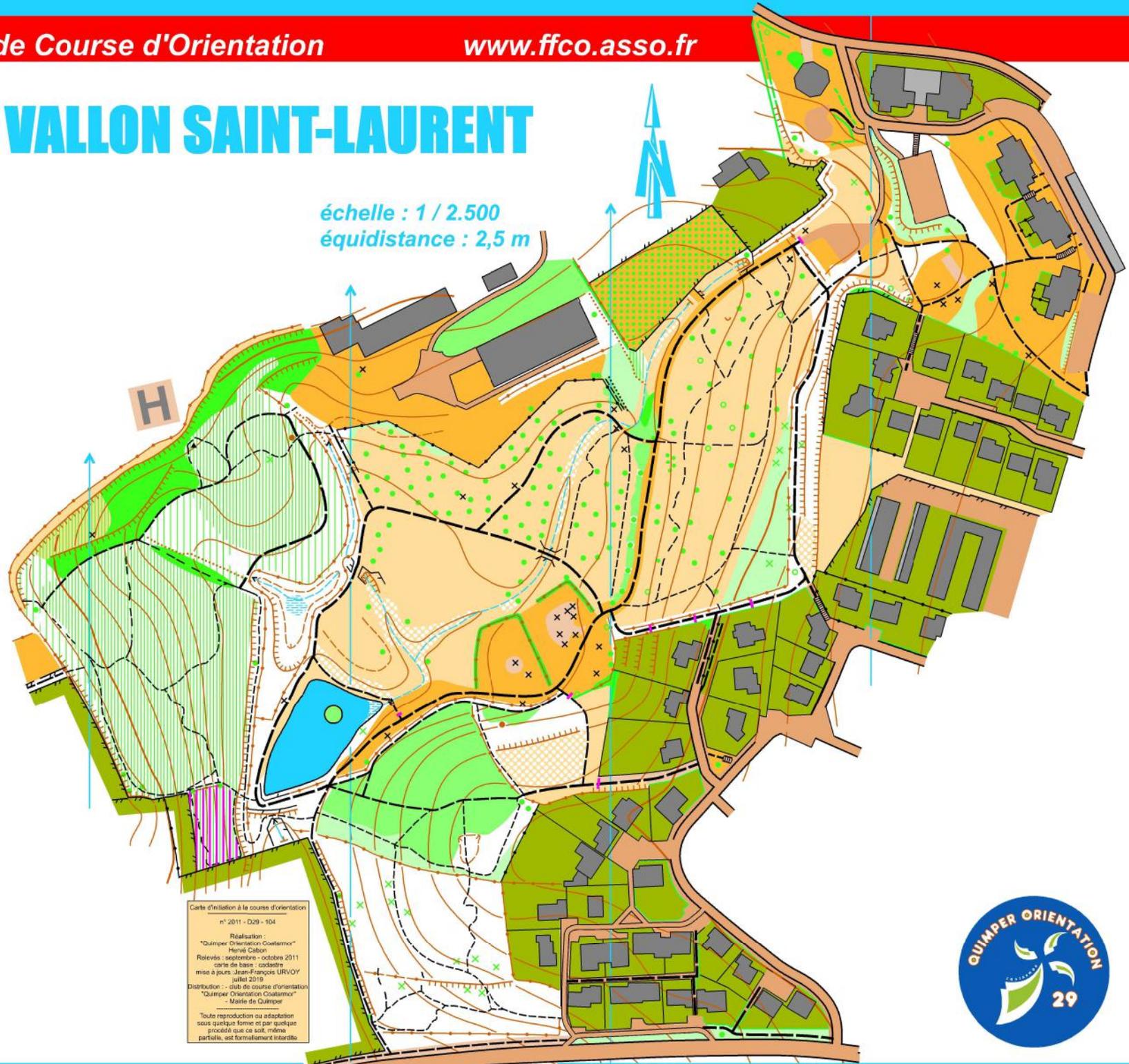
échelle : 1 / 2.500  
équidistance : 2,5 m

**Légende (lignes, points)**

	routes
	chemin carrossable - chemin
	sentier - sentier peu visible
	clôture franchissable - infranchissable
	mur franchissable - infranchissable
	courbes de niveau
	courbe de forme - tiret de pente
	talus - talus interrompu ou peu visible
	abrupt de terre
	fossé - ruisseau intermittent
	barrière - objet du à l'homme
	butte - butte allongée
	rochers (petit - gros - groupés)
	dépression - colline
	petite dépression - trou
	petit tunnel - escalier
	route et zone interdites

**Légende (surfaces, végétation)**

	zones de passage
	construction, construction traversable
	petite construction - zone habitée
	limite de végétation nette - souche
	arbre isolé ou remarquable - arbuste
	petit buisson - arbuste buisson
	forêt - course normale
	forêt - course ralentie
	forêt - course difficile
	végétation impénétrable
	arbres dispersés
	terrain découvert - et encombré
	terrain sablonneux - verger
	végétation basse - course ralentie
	végétation basse - course difficile
	étendue d'eau - zone marécageuse
	haies (traversable - non traversable)



Carte d'initiation à la course d'orientation  
n° 2011 - D29 - 104  
Réalisation :  
"Quimper Orientation CoasteMor"  
Hervé Cabon  
Relèves : septembre - octobre 2011  
carte de base : cadastre  
mise à jour : Jean-François URVOY  
juillet 2019  
Distribution : club de course d'orientation  
"Quimper Orientation CoasteMor"  
- Mairie de Quimper  
Toute reproduction ou adaptation  
sous quelque forme et par quelque  
procédé que ce soit, même  
partielle, est formellement interdite



VILLE DE  
QUIMPER



# LE VALLON SAINT-LAURENT

Vallon St-Laurent 2024-25			
▷ STA1			
31	+++ / \ y	45	△
32	⊗	46	+++
33	↗	47	▲
34	↘ / \ y	48	↗ / \ y
35	⊗	50	⊗
36	↗ / \ \ v	51	△
37	+++	52	△ ⊕
38	↗ / \ X	53	⊗
39	+++	54	⊗
40	⊗	55	⊗
41	↘	56	+++
42	△	57	↗ / ++ y
43	↗	58	+++
44	↗	59	↗
		60	△

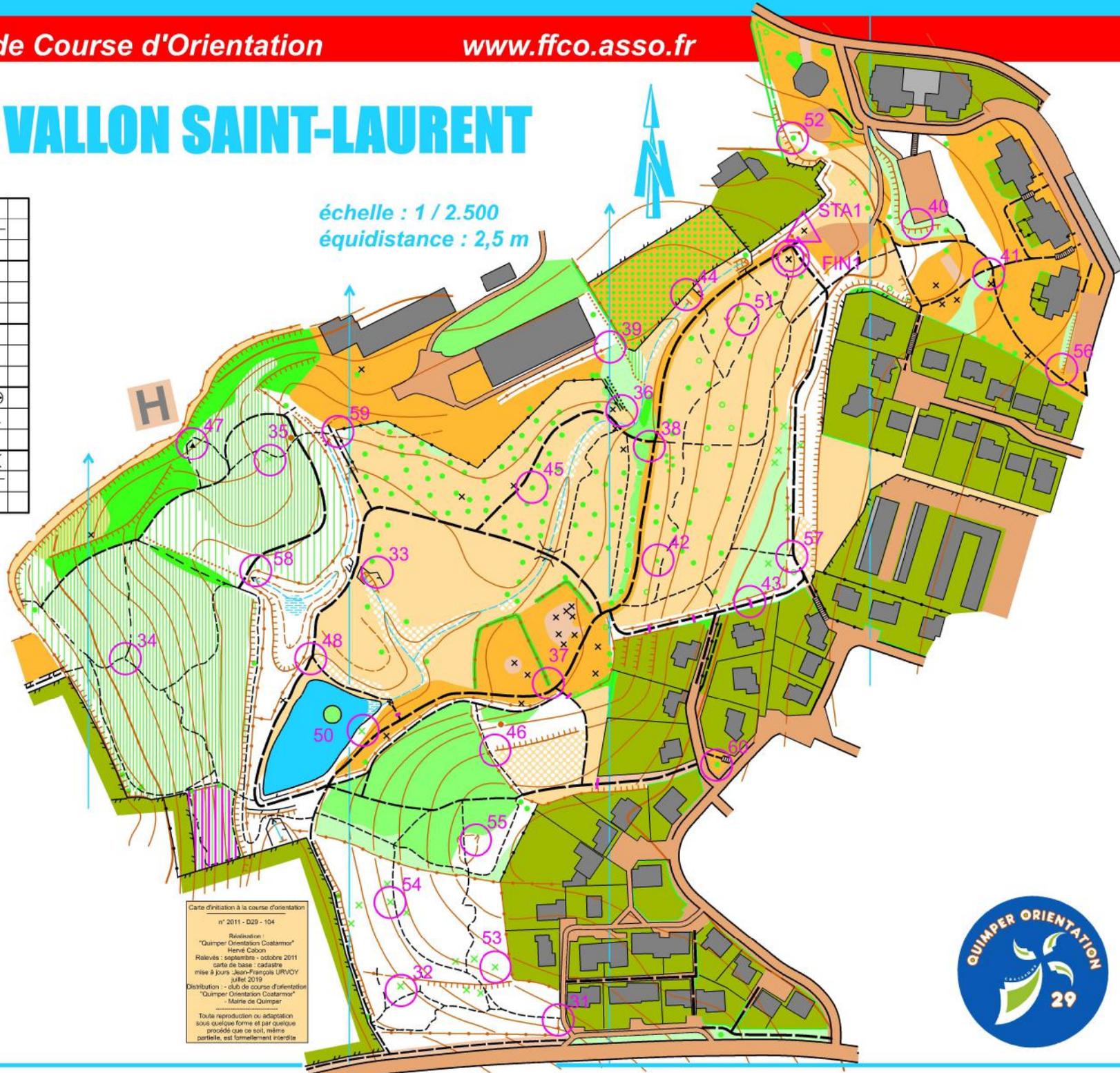
échelle : 1 / 2.500  
équidistance : 2,5 m

**Légende (lignes, points)**

- routes
- chemin carrossable - chemin
- sentier - sentier peu visible
- clôture franchissable - infranchissable
- mur franchissable - infranchissable
- courbes de niveau
- courbe de forme - tiret de pente
- talus - talus interrompu ou peu visible
- abrupt de terre
- fossé - ruisseau intermittent
- barrière - objet du à l'homme
- butte - butte allongée
- rochers (petit - gros - groupés)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- petit tunnel - escalier
- route et zone interdites

**Légende (surfaces, végétation)**

- zones de passage
- construction, construction traversable
- petite construction - zone habitée
- limite de végétation nette - souche
- arbre isolé ou remarquable - arbuste
- petit buisson - arbuste buisson
- forêt - course normale
- forêt - course ralentie
- forêt - course difficile
- végétation impénétrable
- arbres dispersés
- terrain découvert - et encombré
- terrain sablonneux - verger
- végétation basse - course ralentie
- végétation basse - course difficile
- étendue d'eau - zone marécageuse
- haies (traversable - non traversable)



Carte d'initiation à la course d'orientation  
n° 2011 - D29 - 104  
Réalisation :  
"Quimper Orientation Coastarmor"  
Hervé Cabon  
Relièvements : septembre - octobre 2011  
carte de base - cadastre  
mise à jours - Jean-François URVOY  
juillet 2019  
Distribution - club de course d'orientation  
"Quimper Orientation Coastarmor"  
Mairie de Quimper  
Toute reproduction ou adaptation  
sous quelque forme et par quelque  
procédé que ce soit, même  
partielle, est formellement interdite



VILLE DE  
QUIMPER



# LE VALLON SAINT-LAURENT

Vallon St-Laurent 2024-25			
court	0,9 km		
1	41	↙	
2	57	↘	Y
3	43	↗	T
4	37	↖	Y
5	48	↘	Y
6	59	↗	F
7	45	↖	
8	38	↘	X
9	44	↗	

50 m

échelle : 1 / 2.500  
équidistance : 2,5 m

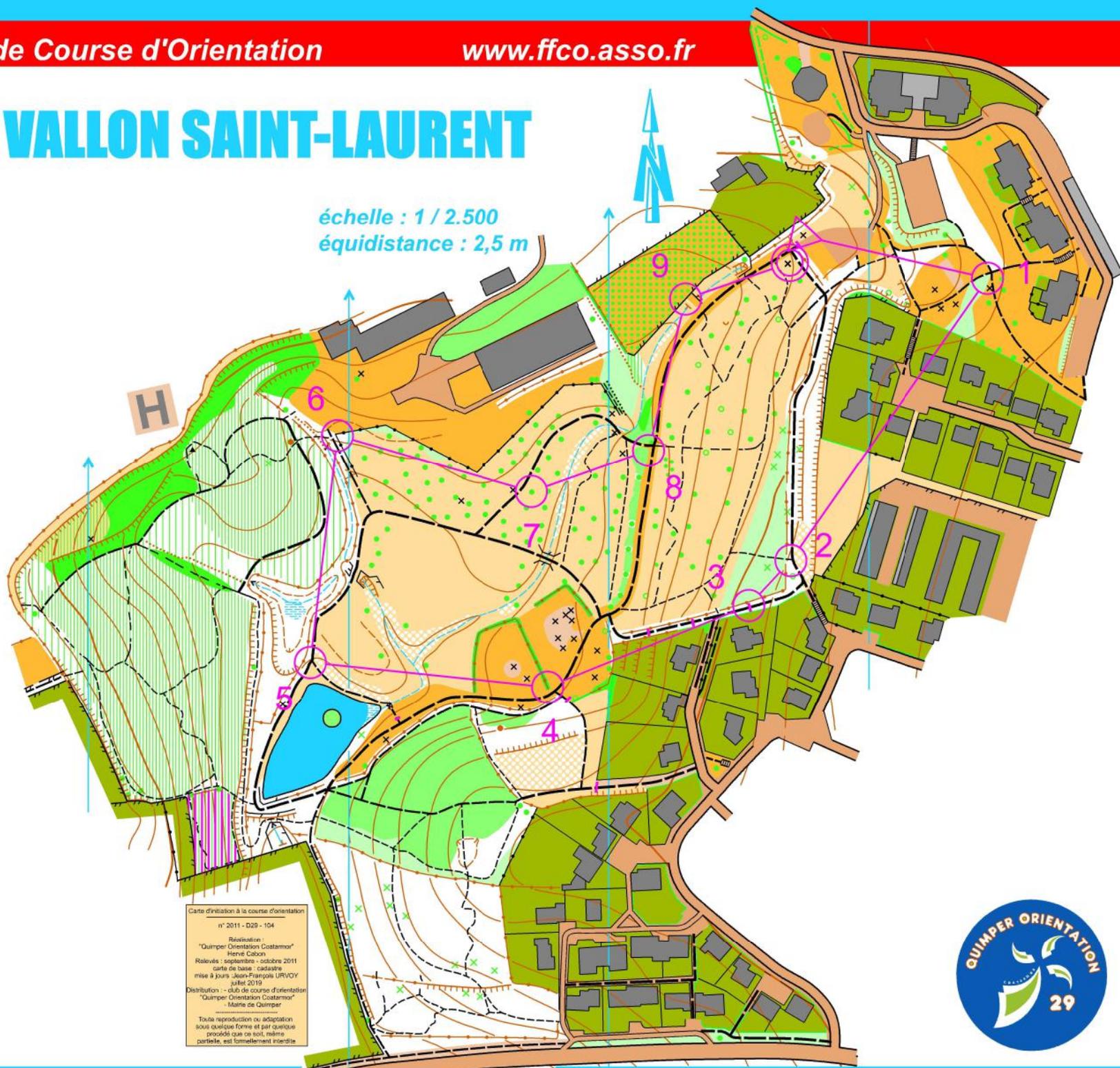
**Légende (lignes, points)**

- routes
- chemin carrossable - chemin
- sentier - sentier peu visible
- clôture franchissable - infranchissable
- mur franchissable - infranchissable
- courbes de niveau
- courbe de forme - tiret de pente
- talus - talus interrompu ou peu visible
- abrupt de terre
- fossé - ruisseau intermittent
- barrière - objet du à l'homme
- butte - butte allongée
- rochers (petit - gros - groupés)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- petit tunnel - escalier
- route et zone interdites

**Légende (surfaces, végétation)**

- zones de passage
- construction, construction traversable
- petite construction - zone habitée
- limite de végétation nette - souche
- arbre isolé ou remarquable - arbuste
- petit buisson - arbuste buisson
- forêt - course normale
- forêt - course ralentie
- forêt - course difficile
- végétation impénétrable
- arbres dispersés
- terrain découvert - et encombré
- terrain sablonneux - verger
- végétation basse - course ralentie
- végétation basse - course difficile
- étendue d'eau - zone marécageuse
- haies (traversable - non traversable)

Carte d'initiation à la course d'orientation  
n° 2011 - D29 - 104  
Réalisation :  
"Quimper Orientation Costarmor"  
Hervé Cabon  
Reliefs : septembre - octobre 2011  
carte de base - cadastre  
mise à jour - Jean-François URVOY  
juillet 2019  
Distribution - club de course d'orientation  
"Quimper Orientation Costarmor"  
Mairie de Quimper  
Toute reproduction ou adaptation  
sous quelque forme et par quelque  
procédé que ce soit, même  
partielle, est formellement interdite



VILLE DE  
QUIMPER



# LE VALLON SAINT-LAURENT

Vallon St-Laurent 2024-25

	moyen	1,4 km		
▷				
1	42	△		
2	57	↘	+++	Y
3	60	△		
4	53	⊗		
5	54	⊗		
6	32	⊗		
7	55	⊙		⊙
8	46	+++		T
9	50	⊗		
10	58	+++		<
11	34	↗	↗	Y
12	47	▲		
13	59	↗		F

14	39	+++		T
15	36	↗		Y
16	51	△		

○ 40 m ○

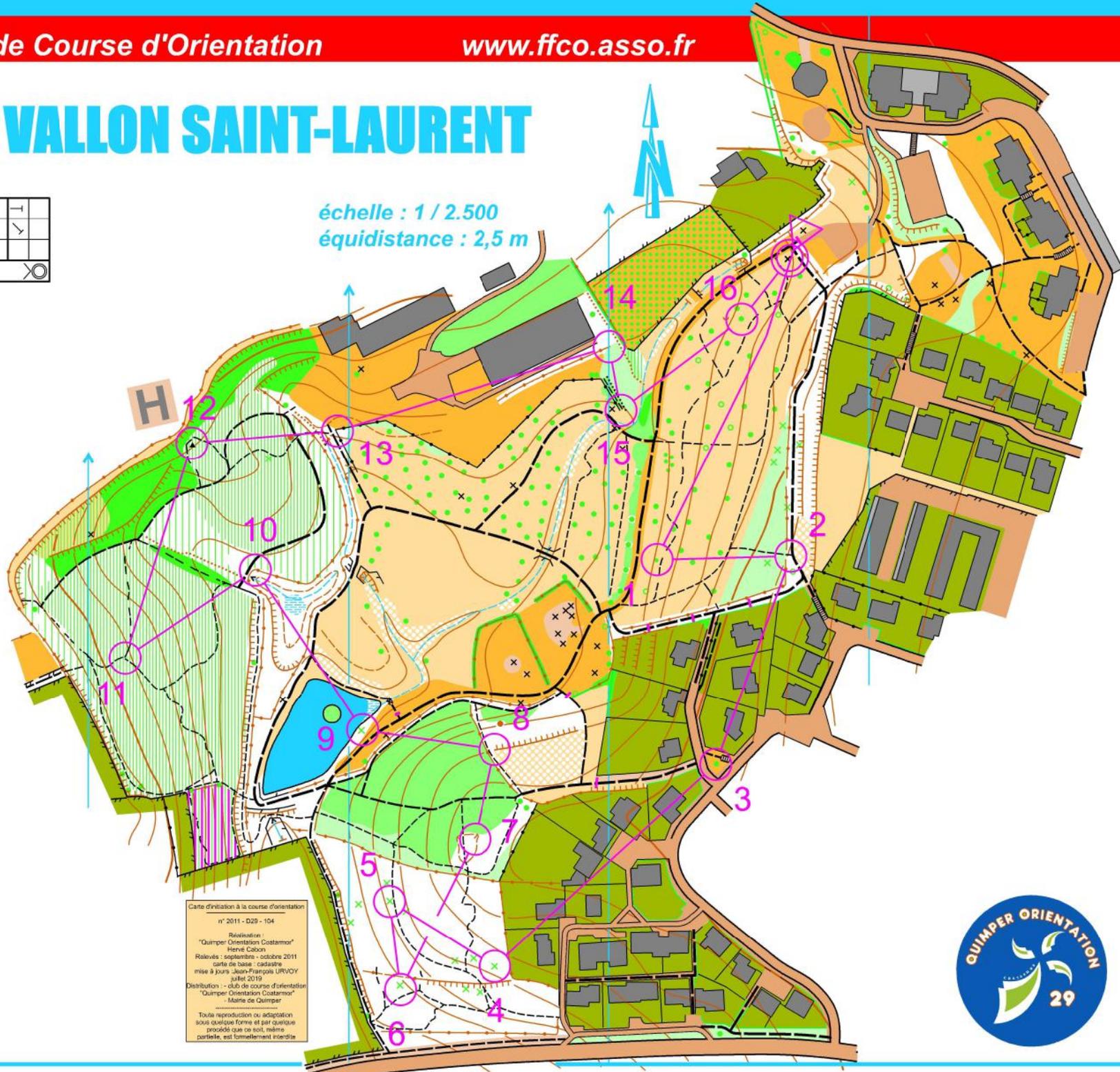
échelle : 1 / 2.500  
équidistance : 2,5 m

**Légende (lignes, points)**

- routes
- - - chemin carrossable - chemin
- · - · sentier - sentier peu visible
- · - · - · clôture franchissable - infranchissable
- · - · - · mur franchissable - infranchissable
- courbes de niveau
- · - · courbe de forme - tiret de pente
- · - · talus - talus interrompu ou peu visible
- · - · abrupt de terre
- · - · fossé - ruisseau intermittent
- × barrière - objet du à l'homme
- butte - butte allongée
- rochers (petit - gros - groupés)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- petit tunnel - escalier
- ⊗ route et zone interdites

**Légende (surfaces, végétation)**

- zones de passage
- construction, construction traversable
- petite construction - zone habitée
- · · limite de végétation nette - souche
- · · arbre isolé ou remarquable - arbuste
- petit buisson - arbuste buisson
- forêt - course normale
- forêt - course ralentie
- forêt - course difficile
- végétation impénétrable
- arbres dispersés
- terrain découvert - et encombré
- terrain sablonneux - verger
- végétation basse - course ralentie
- végétation basse - course difficile
- étendue d'eau - zone marécageuse
- haies (traversable - non traversable)



Carte d'initiation à la course d'orientation  
n° 2011 - D29 - 104  
Réalisation :  
"Quimper Orientation Coastarmor"  
Hervé Cabon  
Reliefs : septembre - octobre 2011  
carte de base - cadastre  
mise à jours - Jean-François URVOY  
juillet 2019  
Distribution - club de course d'orientation  
"Quimper Orientation Coastarmor"  
Mairie de Quimper  
Toute reproduction ou adaptation  
sous quelque forme et par quelque  
procédé que ce soit, même  
partielle, est formellement interdite



VILLE DE  
QUIMPER



# LE VALLON SAINT-LAURENT

Vallon St-Laurent 2024-25

long	1,9 km				
1	39	+++			→
2	33	↗			
3	59	↘			F
4	47	▲			
5	35	⊗			
6	58	+++			<
7	34	↗	↘	↙	
8	31	+++	↗	↙	
9	32	⊗			
10	54	⊗			
11	60	▲			
12	46	+++			→
13	36	↘			↘

14	43	↗			T
15	56	+++			↓
16	40	▨			L
17	52	▲	☼		

60 m

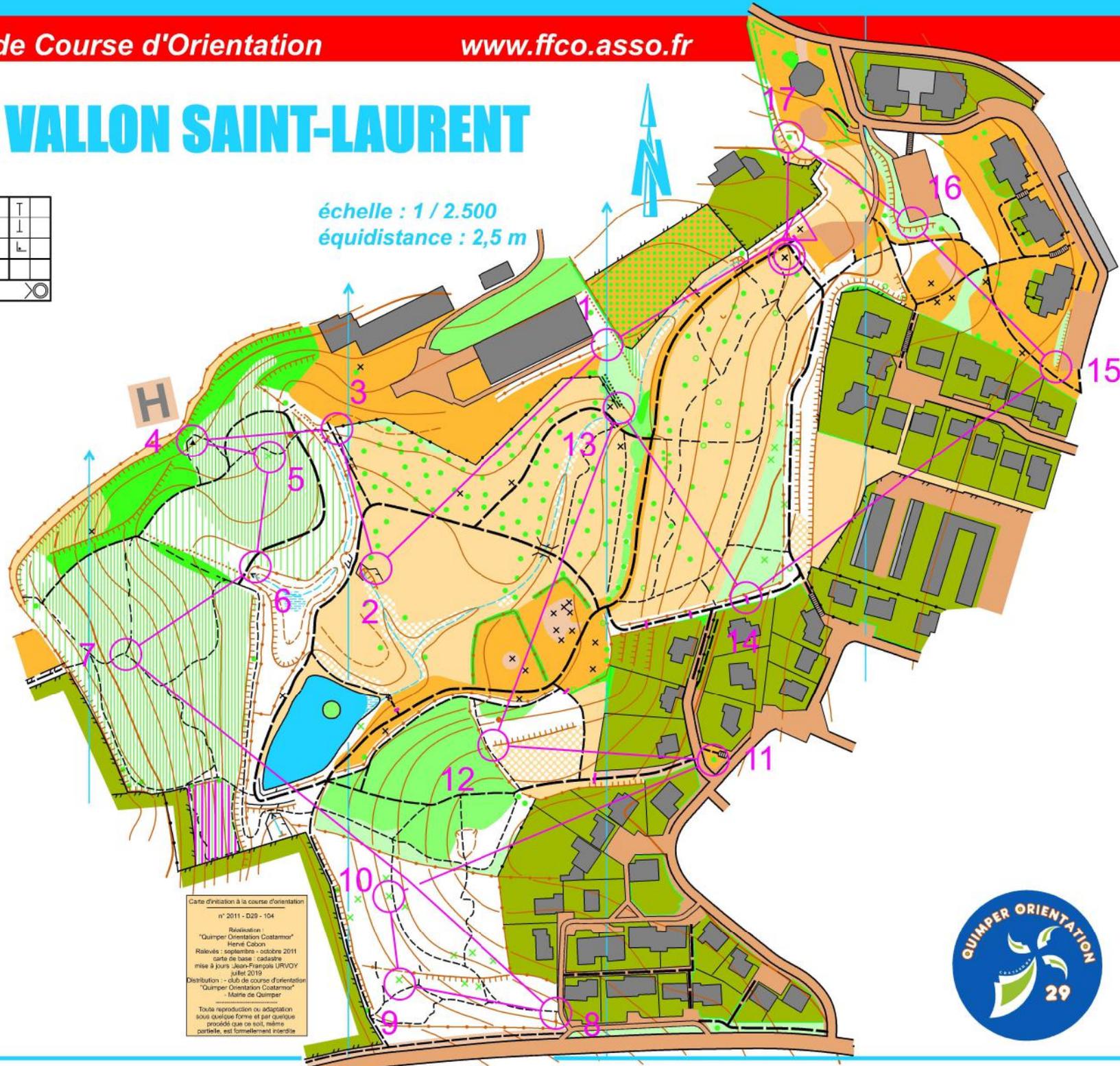
échelle : 1 / 2.500  
équidistance : 2,5 m

**Légende (lignes, points)**

- routes
- - - chemin carrossable - chemin
- ⋯ sentier - sentier peu visible
- ▨ clôture franchissable - infranchissable
- ▩ mur franchissable - infranchissable
- courbes de niveau
- courbe de forme - tiret de pente
- talus - talus interrompu ou peu visible
- abrupt de terre
- fossé - ruisseau intermittent
- × barrière - objet du à l'homme
- butte - butte allongée
- rochers (petit - gros - groupés)
- dépression - colline
- petite dépression - trou
- ▩ petit tunnel - escalier
- ⊗ route et zone interdites

**Légende (surfaces, végétation)**

- zones de passage
- construction, construction traversable
- petite construction - zone habitée
- × limite de végétation nette - souche
- arbre isolé ou remarquable - arbuste
- petit buisson - arbuste buisson
- forêt - course normale
- forêt - course ralentie
- forêt - course difficile
- végétation impénétrable
- arbres dispersés
- terrain découvert - et encombré
- terrain sablonneux - verger
- végétation basse - course ralentie
- végétation basse - course difficile
- étendue d'eau - zone marécageuse
- haies (traversable - non traversable)



Carte d'initiation à la course d'orientation  
n° 2011 - 020 - 104  
Réalisation :  
"Quimper Orientation Coatsarmor"  
Hervé Cabon  
Reliefs : septembre - octobre 2011  
carte de base - cadastre  
mise à jours - Jean-François URVOY  
juillet 2019  
Distribution - club de course d'orientation  
"Quimper Orientation Coatsarmor"  
Mairie de Quimper  
Toute reproduction ou adaptation  
sous quelque forme et par quelque  
procédé que ce soit, même  
partielle, est formellement interdite

