

Présentation école co

A qui s'adresse l'école de C.O. ?

L'école de course d'orientation s'adresse à tous les jeunes entre 6 et 18 ans et à tout débutant

Deux ou trois groupes peuvent être intégrés :

- les débutants : les plus jeunes ou les grands débutants
- les débrouillards : une année de pratique, débrouillés mais pas encore autonomes en forêt
- les confirmés : les plus grands, expérimentés et autonomes sur parcours en forêt

L'objectif est de proposer une pratique progressive de la course d'orientation: connaissance des fondamentaux, des techniques d'orientation, lecture et compréhension de la carte, de la technique de course en forêt.

Un entraînement « adultes » en autonomie est généralement couplé avec celui des enfants afin de permettre aux parents accompagnant les enfants de découvrir et pratiquer l'activité. L'approche se veut avant tout ludique et sportive pour que tous, petits et grands, passent un bon moment ensemble.

L'encadrement :

L'encadrement est assuré par des bénévoles du club, avec brevets fédéraux ou d'état.

Horaires et lieux d'entraînements :

Les entraînements ont généralement lieu le samedi après-midi. Le lieu et horaire de rendez-vous vous seront précisés par un mail d'information ou seront consultables sur le site du club.

Les déplacements sur les courses:

Les enfants ont également la possibilité de participer à des compétitions dans le département ou la région. Tout en privilégiant le covoiturage, les parents dans la mesure de leur disponibilité, accompagnent les enfants avec les autres membres du club.

Validation des acquis:

Durant l'année les enfants ont la possibilité de participer à différentes manifestations :

-Le passage de balise de couleur, examen fédéral qui permet de concrétiser et vérifier l'acquis de l'année

- Le challenge des écoles d'orientation, épreuve par équipe permettant la confrontation avec les écoles d'orientation de l'ensemble de la région « Grand Est »
- Des stages peuvent être organisés au niveau du club, comité départemental ou de la ligue. Les jeunes les plus expérimentés accompagnés de leur encadrement de l'école de CO peuvent y participer

Le matériel

Le matériel à prévoir : Le jeune doit avoir une tenue adaptée à la pratique sportive d'extérieur quelques soient les conditions météo.

Un pantalon de sport LONG est indispensable, des guêtres sont souhaitables pour les plus grands.

La boussole sera très vite nécessaire même si, dans un premier temps, le club prête ce matériel.