



de poste en poste...



Chers adhérents orienteurs,

L'**Assemblée Générale** de la **section** et à laquelle vous êtes tous conviés aura lieu :

Samedi 7 Décembre

à 18h00

12 allée Galia à Lambersart.

Elle sera suivie par une soirée crêpes pour célébrer cette fin d'année. Venez nombreux et pensez à nous annoncer votre présence.

L'Assemblée Générale de la Ligue aura lieu le 11 Janvier à 15h00 à Lille, 37 rue de Wazemmes (salle ASPTT); elle sera éventuellement précédée de l'AG de création du comité départemental du Nord de CO à 14H00.

Celle ou celui qui souhaiterait aider et intégrer l'un des deux conseils d'administration (section ou ligue) est prié de nous le faire savoir pour le 7 Décembre.

Nous vous rappelons bien sûr la **course de nuit à Olhain le 23 Novembre** prochain (dernière course du challenge ligue) à laquelle peut s'adjoindre un stage ligue le samedi après-midi et le dimanche matin, avec nuit sur place (inscription urgente 10^E, nous appeler dès réception du bulletin).

Au calendrier, se rajoutent également :

- en Picardie, 17/11, une régionale à la Neuville en Hez (forêt de Hez-Froidmont, près de Beauvais).
- la funathlon le 1/12 à Olhain (inscrire d'avance)
- une course régionale organisée par le TA Douai le 8/12 prochain en forêt de St Amand-les-eaux (stade N D d'Amour).
- une régionale FRSO à Stambruges (en Belgique, près de Valenciennes) le 15/12
- un stage de dessin cartographique sur ordinateur (OCAD) à Lumbres le 15/12

Le **CMIS course d'orientation** (destiné aux enfants lillois et extérieurs de 9 à 12 ans), a débuté le Mercredi matin 6 Novembre à la

Citadelle de Lille; animé par Pierre Deiana pour l'ASPTT, Benjamin Deceuninck pour la ligue et Cédric pour la ville de Lille, il aura lieu tous les Mercredis jusqu'à Noël, puis entre Février et Pâques et de l'Ascension aux grandes vacances. 12 enfants étaient présents à la première séance.

Le **premier stage du club** a été organisé en commun avec les espoirs belges FRSO et le pôle régional de la Ligue dans le cadre des 3 jours de la forêt de Soignes (voir reportage ci-après), réunissant Isabelle, Odile, Fabien, Philippe, Jean-Marc et Joël.

Pierre et Joël ont suivi un stage de traçage de grande qualité organisé par André Hermet à dans le centre d'accueil complètement achevé de la base d'Olhain.

Nous recevrons à Lille Mardi 19 (après-midi) et Mercredi 20 (matin) Marie-France Charles, Présidente de la FFCO, et Michel Devrieux, DTN, afin de projeter l'avenir de la ligue et de nos clubs. Toutes propositions sont les bienvenues d'ici-là.

2003 devrait voir la naissance du **Parcours Permanent d'Orientation de la Citadelle**, qui servira entre autres aux scolaires. L'accueil fait par la Mairie de Lille est très favorable

En 2003, la section sera partenaire de la **2^e semaine de pleine nature de Lille**, du 6 au 12 Avril; notre **régionale du 6 Avril à la Citadelle** sera une courte distance avec finale.

Jean Ejsmont fait de la cartographie en forêt de Nieppe où nous ferons de **l'initiation**, à l'initiative de Capucine, **le 28 Juin**.



"Les trois jours de la Forêt de Soignes"
par Isabelle Ben Khaled

Et un et deux et trois.... novembre 2002, ce n'était pas un score de football mais la date de notre premier stage de course d'orientation.

Nous sommes donc partis le premier au matin, plein d'enthousiasme à l'idée de découvrir cette superbe forêt des environs de Bruxelles. La météo ne nous semblait pas très favorable mais il aurait fallu plus que ça pour nous décourager.

Le premier circuit joutait notre centre d'hébergement. La pluie avait cessé et nous nous élançâmes vers dix heures confiants dans cette nouvelle aventure. D'après la carte, le relief ne semblait pas trop accidenté et la végétation plutôt aérée, sympa quoi! Nos résultats furent malheureusement inversement proportionnels à notre bonheur, mais il restait encore deux jours pour nous rattraper!

L'après-midi ne fut pas, contrairement à ce qu'on pourrait penser, réservée à une sieste bien méritée mais le fut à une promenade "digestive". Munis d'une carte où seuls le relief et les balises figuraient, nous partîmes à nouveau à l'assaut de la forêt, plus boisée et un peu plus accidentée que la précédente. Je devais y apprendre une grande nouveauté: en course d'orientation il faut parfois se diriger vers une fausse destination pour trouver sa balise! Et en plus ça marche ! C'est l'erreur volontaire et depuis je regarde ça de près !!!

Le soir: repos? Et bien non: "ballade" au clair de lune dans le parc de Woluwe. Malgré la pluie qui s'était mise à tomber, nous trouvâmes sans trop de difficultés les balises et trempés mais heureux nous regagnâmes notre lit avec bonheur.

Le lendemain, il valait mieux avoir passé une bonne nuit car le circuit choisi à Groënendael se rapprochait davantage des montagnes russes que d'une morne plaine. Certes les balises n'étaient pas très difficiles à repérer mais le physique était soumis à rude épreuve! En reprenant son souffle, on profitait du paysage sous un soleil radieux.

L'après-midi, nouvel exercice: suivi d'itinéraire, puis traçage du chemin et carte blanche. Pour nous, novices, la carte ne fut pas blanche et après avoir repéré les balises le long du chemin, nous effectuâmes le deuxième circuit

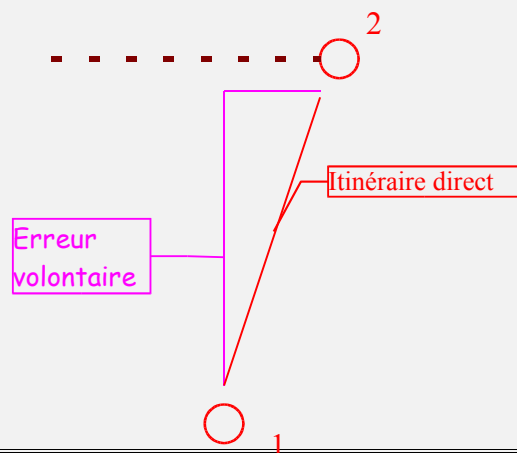
en observant de plus près les indications du relevé et la réalité du bois. Le soir, un repos bien mérité nous attendait et nous ne nous fîmes pas bercer pour nous endormir.

Le dernier jour, déjà le dernier jour! Le tracé fut le plus beau. Les paysages furent les plus variés au niveau végétation, relief et ce fut la course la plus plaisante (au point que certains jouèrent une heure à cache-cache avec une balise!). Tout était fini, les résultats étaient affichés. Nous n'étions pas les meilleurs mais en tout cas ces trois jours passés en forêt de Soignes furent pour nous une grande joie et nous espérons beaucoup pouvoir renouveler cette aventure l'année prochaine.

L'erreur volontaire:

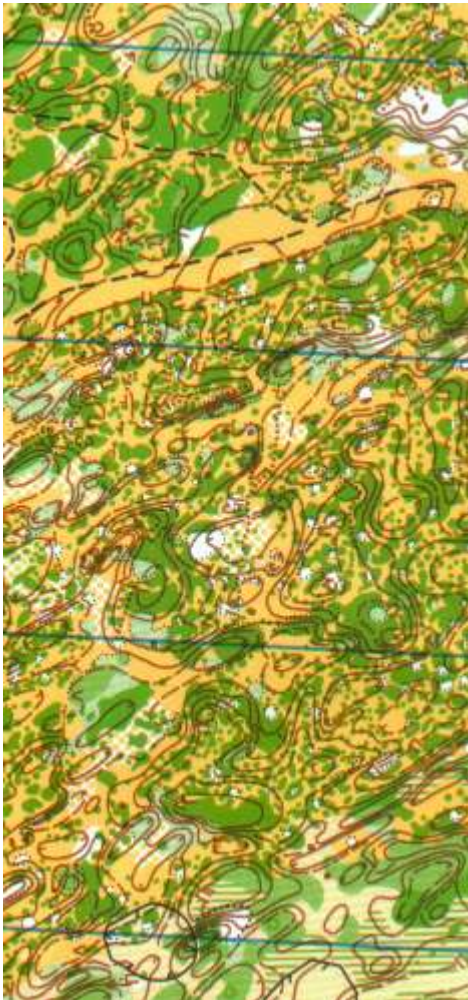
Dans les zones techniques et pour simplifier le problème posé par le traceur il peut être intéressant de bâtir son itinéraire à partir d'une erreur volontaire. Il s'agira de dévier volontairement de l'itinéraire direct pour venir buter sur une main courante qu'on longera ensuite pour se rapprocher du poste. On choisira alors souvent un point d'attaque situé sur cette main courante.

Exemple: pour trouver le poste n°2 situé à l'extrémité du fossé, plutôt que d'utiliser un azimut direct où une légère erreur risque de nous faire dépasser cette extrémité, il est préférable de se dévier volontairement à gauche et de remonter le long du fossé que l'on est sûr de croiser.

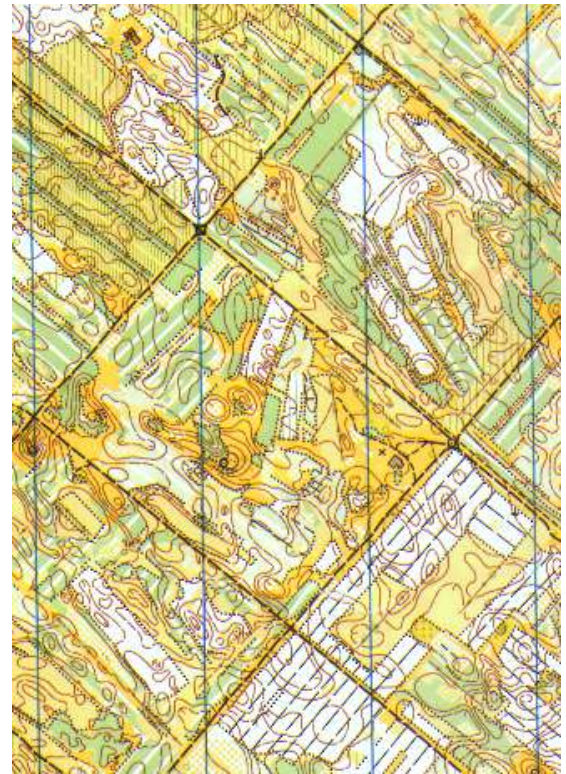


Les 6 Jours de Hongrie Kiskunmajsa

Cet été Joël, Odile, Yannick et Gaël ont participé aux 6 jours de Hongrie en compagnie de nos amis belges de l'ASUB. Kiskunmajsa est une ville de cure située dans la puzta : la grande plaine hongroise au sud du pays, initialement peuplée de bergers et de cavaliers. Le terrain plat et sablonneux a été par la suite exploité pour l'agriculture et on y trouve des champs, des pâturages, des zones d'élevage en plein air d'oies et de canards. A priori l'idée de courir sur des terrains complètement plats nous décevait un peu car nous pensions que les circuits seraient peu intéressants. Dès le premier jour, nous avons été agréablement surpris (et surtout très désorientés) par la haute technicité des terrains qui présentaient de nombreux microreliefs. Il s'agissait soit de zones jamais exploitées avec du sable et des buissons de génévrier (voir ci-dessous).....



....soit de zones d'exploitation récentes avec des travées régulières très espacées et un boisement de résineux plus ou moins ancien (blanc et hachuré vert). Ce terrain était entrecoupé de zones en friche envahies par des plantes d'1m de haut inconnues ici, qui non seulement masquaient les balises mais dont la sève collante enduisait nos pantalons.



Nous avons donc quand même beaucoup tourné, la moindre erreur étant fatale étant donné la difficulté à trouver rapidement un point d'appui fiable. L'organisation de ces 6 jours était impeccable avec beaucoup d'animations (pour les enfants, orientation avec une carriole à cheval, triathlon d'orientation ... etc). L'après-midi était dévolue à une visite à la piscine du centre thermal avec ses bassins intérieurs et extérieurs à vagues, à toboggan, d'eau froide, d'eau chaude, sauna,....Quant aux soirées nous les avons passées autour d'une bière en compagnie de nos amis belges, de la famille Torz, ou de la délégation du TAF (Tout Azimut Fameck).

Nous gardons un excellent souvenir de cette semaine en Hongrie et nous vous invitons à participer également à ces rencontres de 4,5 ou 6 Jours qui sont organisées un peu partout en

Europe durant l'été. C'est une excellente façon de découvrir de nouveaux terrains et de nouveaux amis.

Après la Hongrie, nous avons filé vers les Pyrénées pour participer aux **Championnats de France organisés à Oloron Ste Marie**. Le dépaysement fut total: après le sable de Hongrie, les chemins des sous-bois humides étaient transformés en boue collante et le relief important comportait de nombreux petits rentrants. Ayant oublié mon porte-carte (avec l'habitude de la Hongrie où les définitions étaient toujours imprimées sur les cartes), j'ai terminé le parcours sans définitions car elles se sont décollées à mi-parcours à cause de l'humidité.



Les résultats des différentes courses de ces derniers mois.

Interrégionale ABOS (64) 21 Août 2002

HV1L

1. LALEVEE J-Charles	2104	59:10
54. POULAIN Joël	5908	92:53

DVC

1. JAVORONKOVA Elena	RUS	46:34
16. POULAIN Odile	5908	68:06

JAL

POULAIN Yannick
POULAIN Gaël

Championnat de France Longue Distance

Le Bager (64) 25 Août 2002

HV1L

1. MONSCHEIN Robert	7701	54:23
121. POULAIN Joël	5908	1:47:10 (eh oui, il a raté le départ de 42' !)

DVC

1. JAVORONKOVA Elena	RUS	40:00
14. POULAIN Odile	5908	1:11:03

JAL

POULAIN Yannick
POULAIN Gaël

Interrégionale du 15 Septembre Olhain

HBe

1. AVEDIKIAN Vincent	6008PI	44:07
3 GAUDIN Fabien 5908NO	54:23	

DSeL

1 IMBERT Adeline 2606RA	1:00:59
12 DEVILLERS Capucine 5908NO	1:31:29
14 DEVILLERS Constance 5908NO	1:37:30

HV2

1 LEMARCHAND Philippe 7509IF	55:23
12 DEIANA Pierre 5908NO	1:42:11

HVC

1 BESBOT Francois 0203PI	42:21
6 RIGOLLE Dominique 5908NO	1:30:59

Régionale du 22 Septembre Hesdin

Circuit C

1. ROUSSEL Clément	Ind	1:42:42
2. DEIANA Pierre	ASPTT	1:49:19

Circuit D

1. JOLY Hélène	AFA	44:32"
4. TURKAWSKI	Delphine	ASPTT 1:33:37



Championnat régional 29 Septembre StAmand

DSe

1 ROBIN LAURENCE	EN	2:16:45
2. TURKAWSKI DELPHINE	ASPTT	2:35:40
<u>DV1</u>		
1. POULAIN ODILE	ASPTT	1:03:41
<u>HV2</u>		
1. LUTZ JM	9502	1:22:08
3. DEIANA PIERRE	ASPTT	2:17:31
<u>Jal</u>		
1. BENOIT GUILLAUME	AFA	35:28
3. POULAIN YANNICK	ASPTT	49:40
4. POULAIN GAEL	ASPTT	55:16

Par équipe:

- 1. TAD1 (Philippe Adamski, Marie Darrieus, Simon Raout) 2H27'10"
- 7. ASPTT 1 - O. Caen (Pierre Deiana, Fabien Gaudin, François Calandot) 3H15'07"
- NC. ASPTT 2 (Delphine Turkawski, Isabelle Ben Khaled, Jean-Marc Ketels)



Nationale du 13 Octobre à Orléans

<u>HBe</u>		
1 BASSET Lucas	6911RA	23:31
28 GAUDIN Fabien	5908NO	68:35
<u>DSeL</u>		
1. LAROSE Sabrina	5906NO	53:48
43 TURKAWSKI Delphine	5908NO	87:25
<u>DV1L</u>		
1. PREVOST Pascale	7707IF	38:17
42 POULAIN Odile	5908NO	64:50
<u>HV1L</u>		
1. GROSHENS Didier	9202IF	52:13
21 POULAIN Joel	5908NO	60:36
<u>HV2L</u>		
1. BOUSSER Etienne	7701IF	44:47
88 DEIANA Pierre	5908NO	78:28
<u>IJ</u>		
1. GODFRIN Aurélin	5702LO	17:01
10 POULAIN Yannick	5908NO	24:49
<u>IJ accompagné</u>		
1. BILLET Manon	3705CE	26:00
13 POULAIN Gael	5908NO	45:25

3 Jours de la forêt de Soignes

1-2-3 Novembre

(Classement/ Nom/ Temps/ Réduction Kilométrique)

1^{er} Novembre

<u>Circuit A</u>			
1. SILLIEN Nicolas	0:54:37	5'46"	
PICOT Philippe. not classified			
<u>Circuit B</u>			
1. STOFFELS Christian	0:56:33	6'56"	
15. POULAIN Joël	1:13:55	9'04"	
<u>Circuit C</u>			
1. SILLIEN Freddy	0:39:58	6'16"	
46. POULAIN Odile	1:32:29	14'30"	
KETELS Jean marc. not classified			
<u>Circuit D</u>			
1. DENEYER Quentin	0:48:23	8'57"	
40. BEN KHALED Isabelle	2:21:17	26'09"	
<u>Circuit E</u>			
1. HOFMANS Benjamin	0:43:56	10'59"	
GAUDIN Fabien not classified			

2 Novembre

<u>Circuit B</u>			
1. HERMANS Aline	0:57:13	7'08"	
7. POULAIN Joël	1:08:07	8'29"	
<u>Circuit C</u>			
1. SILLIEN Freddy	0:44:59	7'05"	
43. POULAIN Odile	1:40:05	15'47"	
<u>Circuit D</u>			
1. CLAPUYT Vincent	0:50:18	9'33"	
27. BEN KHALED Isabelle	1:50:53	21'04"	
<u>Circuit E</u>			
1. HOFMANS Benjamin	0:44:01	10'53"	
23. PICOT Philippe.	1:23:51	20'45"	
25. GAUDIN Fabien.	1:30:32	22'24"	
30. KETELS Jean-Marc	1:57:40	29'07"	

3 Novembre

<u>Circuit B</u>			
1. ADAMSKI Philippe	0:42:49	6'20"	
4. POULAIN Joël	0:46:57	6'56"	
<u>Circuit C</u>			
1. SILLIEN Freddy	0:38:21	6'42"	
62. POULAIN Odile	1:21:49	14'18"	
KETELS Jean-Marc. disqualified			

Championnat régional de relais à Marchiennes 20 Octobre

Circuit A = 3 km 8 postes			
clt		temps	club RK
1	Adamski Philippe	00:20:00	TAD 06:40
20	Deiana Pierre	01:02:00	ASPTT 20:40
24	Turkawski Delphine	01:33:41	ASPTT 31:14
Circuit B = 3,4 km 8 postes			
1	Smirnov Konstantin	00:27:04	EN 07:58
NC	Ketels Jean-Marc	NC	ASPTT
Circuit C = 3,2 km 8 postes			
1	Adamski Philippe	00:22:02	TAD 06:53
12	Deiana Pierre	00:40:18	ASPTT 12:36
27	Turkawski Delphine	01:20:40	ASPTT 25:13
Circuit D = 3 km 8 postes			
1	Calandot François	00:23:37	O. Caen 07:52
17	Ketels Jean-Marc	01:12:00	ASPTT 24:00
Circuit E = 2,8 km 8 postes			
1	Dewerd Franck	00:20:20	TAD 07:16
19	Gaudin Fabien	00:41:20	ASPTT 14:46
NC	Benkhaled Isabelle	NC	ASPTT

PICOT Philippe. disqualified

Circuit D

1. VANDEMEULEBROEK Félix 0:32:18 7'32"
45. BEN KHALED Isabelle 1:11:43 16'45"

Circuit E

1. LERICHE Camille 0:32:57 9'38"
14. GAUDIN Fabien 0:49:58 14'36"

NEWS

Bienvenue à nos 2 nouveaux licenciés de Septembre: Fabien GAUDIN, qui se découvre un authentique sens de l'orientation et Philippe PICOT, emploi-jeune du siège de l'ASPTT, spécialiste de course sur route.

Marie Rodier retrouve sa région parisienne; souhaitons-lui une bonne santé et des chevilles solides.

Les championnats de France de **CO à ski** auront lieu dans le Jura pendant la deuxième semaine des vacances de Noël (ouvert à tous; renseignez vous auprès de Joël).



Les tarifs d'adhésion ont été modifiés pour 2003 et figurent ci-dessous, la réaffiliation (et prise éventuelle de licence) devant se faire entre le 7 Décembre et le **10 Janvier** (n'oubliez pas le certificat médical).

- CONDITIONS D'ADHESION -

Pour adhérer envoyez-nous :

* vos coordonnées (nom, prénom, adresse, téléphone, fax ou e-mail éventuel)

* un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course d'orientation en compétition datant de moins de 4 mois (indispensable)

Chèque global (adhésion ou adhésion +licence) à libeller à l'ordre de l'ASPTT-Lille Métropole section course d'orientation

L'adhésion à notre section, vous permettra de recevoir régulièrement des informations sur les différentes manifestations de la région. Les tarifs sont applicables du 1 Septembre 2002 au 31 Décembre 2003. Elle vous permettra également d'accéder à une initiation à la course d'orientation que nous pourrons vous prodiguer soit sur les lieux de course, soit au cours d'entraînements que nous organisons périodiquement plus ou moins "à la carte" en fonction des demandes et des disponibilités des uns et des autres. De plus, le contact avec d'autres orienteurs facilitera l'organisation de déplacements vers des lieux de course plus éloignés. En outre, conditionné à l'obtention de diverses subventions, l'adhésion au club vous permet de bénéficier de certains avantages financiers. Par exemple en 2002: prise en charge de l'inscription aux courses régionales, interrégionales et nationales, participation aux frais de déplacement et d'hébergement, réduction de 50% sur l'achat d'une tenue club....

En sus de cette adhésion, obligatoire pour adhérer à la section, vous pouvez vous licencier à la Fédération Française de Course d'Orientation (FFCO) à laquelle nous sommes affiliés (n°5908). La dernière colonne récapitule les tarifs des licences FFCO qui seront applicables jusqu'au 31 Décembre 2002.

La licence FFCO vous permet de participer aux courses interrégionales, nationales et championnats de France qui sont organisés sous l'égide des clubs et des ligues par l'intermédiaire de la FFCO. Elle permet aussi de recevoir O'mag tous les deux mois, le journal de la FFCO qui comporte des reportages et des informations sur les courses passées et à venir.

Les deux premières colonnes récapitulent les tarifs d'adhésion:

- les membres actifs sont les personnes faisant partie ou ayant fait partie des entreprises "La Poste" ou "France Telecom" ainsi que leur famille. Les membres de France Telecom (dont l'adhésion est prise en charge en partie par cette entreprise) doivent contacter le secrétariat général en raison de modalités d'inscription particulières.

- les membres agréés actifs sont toutes les autres personnes désirant appartenir à la section

- le tarif famille est applicable à partir de 3 personnes: une famille comprend des personnes ayant un lien de parenté et domiciliées à la même adresse.



	ADHESION simple			ADHESION +LICENCE
	Actifs (la Poste)	Agréés actifs	licence FFCO * (tarifs 2002)	Net à Payer
adultes	10 euros	20 euros	45,70 euros	actifs: 55,70 euros agréés actifs: 65,70 euros
- 18 ans	5 euros	10 euros	27,42 euros	actifs: 32,42 euros agréés actifs: 37,42 euros
- 12 ans	5 euros	10 euros	18,28 euros	actifs: 23,28 euros agréés actifs: 28,28 euros
famille	20 euros	40 euros	100,54 euros	actifs: 120,54 euros agréés actifs: 140,54 euros

* les tarifs FFCO 2003 ne sont pas encore connus et sont susceptibles d'être modifiés