

# CO mag

N° 118 - août/sept 2013

Le magazine de la Course d'Orientation

Pédestre • Raid • VTT • O-Pré • Ski

## Champions du monde !

**Thierry Gueorgiou**  
champion du monde  
Longue Distance

**Cédric Beill**  
quadruple champion  
du monde CO VTT



→ La lutte anti-dopage p. 6 .....



→ Les WOC en Finlande p. 10 .....



→ Les JWOC 2013 p. 16 .....

» Le fabricant textile de votre club «

**ARE YOU READY**

**FOR THE CHALLENGE ?**

Athlétisme

Course d'orientation

Ski



tél. 03 24 32 83 03

» frederic@nonamesport.com

**www.nonamesport.com**





p. 9



p. 10



p. 16



p. 20

## EDITO

## Merci Marie-France !

Marie-France Charles, Présidente d'honneur de la Fédération Française de Course d'Orientation, faisant partie du comité de pilotage avec Jacques Charles et assumant la coordination de COMag souhaite tirer sa révérence à COMag.

Ce numéro 118 est donc le passage de relais à la nouvelle équipe. Il a été élaboré avec elle pour que la passation soit la plus sereine possible.

Après une rencontre en tête à tête à Narbonne, des prises de notes, passer de la théorie à la pratique fut plus complexe. « Sieur Skype » nous le permettant, il nous a fallu bien nous comprendre et harmoniser nos points de vue ce qui a pris un certain temps.

Etant novice, nous avons eu à cœur d'enregistrer l'expérience de Marie-France pour lui permettre de nous quitter dans les meilleures conditions possibles. Il va s'en dire que si malgré le relais en main nous avons encore pour le n° 119 quelques points obscurs, elle sera là pour nous éclairer afin que nous parvenions à une totale autonomie et qu'elle puisse prendre une retraite COMag bien méritée.

Un grand merci à toutes celles et à tous ceux qui ont collaboré à ce numéro 118. Une pensée particulière à Isia et à Antoine pour leur article et leur performance sportive.

Dans l'attente de vos prochains articles qui seront à envoyer avant le 15 décembre 2013.

Nous renouvelons tous nos remerciements à Marie-France.  
Sportivement

*L'équipe COMag  
Chantal Burbaud*



Marie-France Charles  
et Chantal Burbaud



**CO Magazine** est édité par la Fédération Française de Course d'Orientation (FFCO) :  
15, passage des Mauxins - 75019 Paris  
Tél. 01 47 97 11 91 - [www.ffcoorientation.fr](http://www.ffcoorientation.fr)  
Courriel : [contact@ffcoorientation.fr](mailto:contact@ffcoorientation.fr)

Directeur de la publication : Michel Ediar  
Comité de pilotage : Chantal Burbaud, Hélène Ediar, Marie-France Charles.  
Coordination / SR : Chantal Burbaud, Marie-France Charles  
Ont collaboré à ce numéro : Michel Ediar, Mireille Savornin, Catherine Chalopin, Valérie Berger-Capbern, Marc Ammerich, Odile Hervé-Jousse, Marie-Violaine Palcau, Sandra Olivier, Simon Leroy, Isia Basset, Antoine Vercauteren, Mathilde Bonneau, Miguel Tirbois, Chantal Lenfant, Guillaume Renard.  
Réalisation et impression : [www.oskarpresse.com](http://www.oskarpresse.com)  
Tél. 04 72 56 15 92 - [s.duval@oskarpresse.com](mailto:s.duval@oskarpresse.com)  
Dépôt légal à parution

## SOMMAIRE

Actualités	p.4	JWOC 2013 : bilan et analyse de course	p.16
Projet fédéral 2014-2017	p.5	Coupe d'Europe Jeunes CO à VTT en Pologne	p.19
La lutte anti-dopage Lettre de l'AFLD	p.6 p.8	Championnats du monde vétérans : 5 médailles, dont 2 en or	p.20
Jeunes : stage de perfectionnement en Midi-Pyrénées	p.9	1 <sup>ers</sup> Championnats de France des clubs CO à VTT	p.21
Les WOC en Finlande : 6 jours de compétition	p.10	Raid O'Bivwak 2013 : une 32 <sup>ème</sup> édition dantesque	p.22
Le bilan de la semaine Médias et FFCO	p.14 p.15		



## → Nouveau rebondissement lors des Jeux Mondiaux Militaires d'Hiver à Annecy

La russe Tomilova (grande favorite en orientation à ski) a été contrôlée positive lors d'un test anti-dopage lors de ces JMMH 2013. Un produit stimulant "*4-phenylpiracetam (carphedon)*" a été détecté par un laboratoire parisien accrédité par l'agence WADA. Il s'agit d'une molécule interdite dans la liste des produits dopants.

Le Comité International du Sport Militaire dans un premier temps puis la Fédération Internationale d'orientation ont confirmé cette violation et ont sanctionné l'athlète russe pour une durée de deux ans. Elle se voit destituée du même coup de sa médaille d'or attribuée à l'issue de l'épreuve individuelle de moyenne distance d'orientation à ski au Semnoz.

Et c'est le **caporal-chef Elodie BOURGEOIS PIN** (ancienne athlète de haut niveau en ski de fond) qui monte d'un cran en obtenant ainsi la médaille d'argent et décroche du même coup le titre de vice championne du monde de la discipline. Rappel : elle avait obtenu lors de ces jeux, le titre suprême lors de l'épreuve de relais, en battant justement l'équipe russe.

*Patrick DESBREST (FR)*

## → Lutte contre le Dopage

Lors de votre lecture, vous lirez une décision de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage – A.F.L.D. sur un cas qui s'est produit lors du C.F. de C.O. à skis en janvier 2013 :

*Nous vous rappelons lors de compétitions (quelque soit leur niveau) que tous les licenciés compétition peuvent être soumis à un contrôle de lutte contre le dopage.*

*De plus, les athlètes sur listes ministérielles ou fédérales peuvent être soumis à ces mêmes contrôles lors de stages.*

*Un refus de votre part, ou la non présentation à ce contrôle sont considérés comme.... étant positifs !*

*Bernard Mortellier*

## → Cédric Beill quadruple champion du monde CO VTT 4 courses, 4 titres ! Cédric BEILL IMPERIAL !



Cédric Beill aura été impérial sur ces championnats du monde junior en Estonie. Sur toutes les courses, Cédric a su gérer le mental, la technique et le physique pour performer au plus haut niveau, 4 fois en 4 jours de course.

## → O'Camp 2013



Un article à paraître dans le prochain numéro sur l'édition O'Camp 2013 !

**SACHA** est né le 15.06.2013 chez **Juliette et Guillaume BARTHEL** du Club sportif de Montagne de Rilleux la Pape (69111RA) Félicitations de la Rédaction.

**Information de la rédaction**  
Les articles rédigés sur les différents championnats qui se sont déroulés durant l'été 2013 seront publiés à partir des prochains numéros.

# Projet fédéral 2014-2017 : 4 axes prioritaires, 1 grande finalité

## Haut-niveau

Fer de lance de la Fédération depuis plusieurs années, les résultats probants du HN ont placé la France parmi les nations fortes de notre discipline. Pour rester dans cette dynamique, il est essentiel de conforter le travail des pôles, d'élargir la détection et développer les regroupements HN. Toutes ces démarches en parfaite relation avec les projets déjà en place.

## Jeunes

Le projet O+ est techniquement en place, il dispose toutefois encore d'un grand potentiel de déploiement.

La pratique de qualité doit être encore accompagnée grâce à nos outils spécifiques : les Ecoles de CO, les conventions avec le sport scolaire, la formation des enseignants et la facilité d'accès aux équipements.

## 10 000 licenciés

Simplifier la perception de notre activité est indispensable pour capter et fidéliser de nouveaux pratiquants. Notre référentiel couleur (balises couleur) est simple et tout à fait adapté à la compréhension du novice. Son adaptation (limitée) en « circuits couleurs » et la création d'une licence « loisir-santé », viendraient avantageusement compléter notre offre « compétition ».

## Formation

Boussole de nos projets, en adéquation avec l'évolution technique de la Course d'Orient, la formation doit être proche du licencié.

Développons son maillage territorial pour déployer les bienfaits de la réforme réalisée durant la précédente olympiade.

## Promotion et événementiel

Donnons à l'événementiel une place importante dans notre stratégie de promotion et de développement de la Course d'Orient en accueillant chaque année une course internationale et en valorisant davantage notre calendrier.

La cohésion entre les orienteurs et la notoriété de la CO en seront stimulées.

# La lutte anti-dopage



Par Dr Nathalie LAUER, médecin conseiller DRJSCS de Bourgogne

## Qu'est-ce qu'un contrôle antidopage ?

Un contrôle antidopage consiste à soumettre des sportifs à des prélèvements d'urine, de sang ou de phanères (cheveux, ongles, poils, cils) dans lesquels on recherche les substances ou méthodes interdites répertoriées par la liste des interdictions établie par l'Agence mondiale antidopage. Cette liste est mise à jour annuellement.

## Qui décide des contrôles à faire ?

Pour les compétitions nationales, c'est l'Agence française de lutte contre le dopage (AFLD) qui décide des contrôles à effectuer. Cela peut se faire à la demande d'une fédération.

En ce qui concerne les compétitions internationales, c'est la fédération internationale qui assure l'organisation des contrôles (elle peut demander à l'AFLD d'assurer cette prestation pour les compétitions ayant lieu sur notre territoire).

## Qui peut être contrôlé ?

N'importe quel sportif peut être contrôlé, quel que soit :

- son niveau sportif,
- son âge,
- son statut (professionnel ou amateur),
- sa pratique (en entraînement ou en compétition),
- qu'il soit titulaire d'une licence sportive ou non.

La seule condition est qu'il participe à une compétition sportive ou qu'il s'entraîne en vue de participer à une compétition du calendrier de la fédération (nationale ou internationale).

## Qui est chargé d'effectuer les contrôles ?

Les préleveurs anti-dopage de l'AFLD sont des professionnels de santé formés spécifiquement, assermentés, porteurs d'une carte de contrôleur antidopage et d'un ordre de mission précisant les lieu(x), date(s) et conditions des prélèvements.

## Qui peut accompagner le sportif ?

**L'escorte** (ou **chaperon**) est une personne prévue par l'organisateur d'une compétition, majeure et de même sexe que le sportif à accompagner, qui l'escortera depuis la notification jusqu'à la fin des prélèvements.

L'accompagnateur est une personne choisie par le sportif contrôlé pour l'assister lors de la majeure partie du contrôle antidopage.

En France aucun **accompagnateur** n'est légalement prévu en dehors du cas du sportif mineur ou handicapé qui sera accompagné, sauf opposition de sa part, par le majeur de son choix qui participera au contrôle selon une procédure bien codifiée. Le préleveur assermenté a la responsabilité d'accepter des accompagnateurs selon une règle de bonne conduite : interprète, entraîneur, parents, etc.

En général, dans les contrôles internationaux, la présence d'un accompagnateur devient un droit auquel le préleveur pourra s'opposer en se justifiant (pas de photographe par exemple).

Le **délégué fédéral** est nommé par l'organisateur, il est chargé de faciliter la mise en place du contrôle, notamment au stade de la notification des sportifs. Si le sportif ou si le préleveur le demande, le délégué fédéral peut être présent durant certaines étapes du contrôle.



## Fin du contrôle

Le préleveur et le sportif signent le PV (après y a voir indiqué toute observation jugée utile). Un exemplaire est donné au sportif.

### Et après le contrôle ?

- Les flacons sont envoyés au laboratoire de dépistage de l'AFLD, le flacon A est analysé, le flacon B est conservé.
- Le sportif sera prévenu par sa fédération en cas de contrôle positif.
- Il peut demander une contre-expertise sur le flacon B.
- La fédération est chargée de mettre en œuvre la procédure disciplinaire.

## Comment se déroule le contrôle ?

L'organisateur est tenu de préparer pour toute compétition un local équipé (table et chaises) avec des sanitaires et une salle d'attente.

Le sportif est désigné soit par tirage au sort, soit en fonction du classement, soit par désignation (homologation d'un record, libre choix du préleveur, ...)

Le sportif doit signer le document de notification et se présenter le plus rapidement possible au poste de contrôle, avec une pièce d'identité. Des délais supplémentaires sont prévus dans certains cas après l'accord du préleveur.

**Entretien :** le sportif et le préleveur remplissent conjointement le procès-verbal (PV), au fur et à mesure des opérations de contrôle. Le sportif précise s'il prend ou pas des médicaments ou d'autres produits, déclare une AUT (autorisation d'usage à des fins thérapeutiques) s'il en a obtenu une.

### Prélèvement urinaire :

- en compétition nationale, le préleveur doit être de même sexe que le sportif, car il va regarder l'émission d'urine. En compétition internationale, les règlements peuvent prévoir que la visualisation de la miction soit effectuée par un assistant, qui sera donc de même sexe que le sportif si le préleveur ne l'est pas,
- le sportif choisit un kit de recueil parmi ceux qui sont proposés,
- la quantité d'urine nécessaire est au minimum de 90 ml (des boissons sans alcool sont fournies par l'organisateur si le sportif n'a pas envie d'uriner),
- le sportif choisit un kit de prélèvement, vérifie les correspondances d'étiquetage des emballages et flacons, et répartit l'urine dans les 2 flacons A et B. Puis le sportif scelle hermétiquement les flacons.

### Prélèvement sanguin :

- si le sportif est mineur, il doit présenter l'autorisation de prélèvement signée par l'autorité parentale ou le tuteur légal.

**Attention : l'absence d'autorisation correspond à un refus de se soumettre aux mesures de contrôle.**

- le sportif choisit un kit de prélèvement parmi ceux qui sont proposés,
- le préleveur procède à la répartition et à la fermeture des échantillons sanguins.

## AUTRES INFORMATIONS

### Qu'est-ce qu'une AUT ?

- C'est l'autorisation d'utiliser pour se soigner des médicaments inscrits sur la liste des substances et méthodes interdites. Ce document est à remplir par le médecin traitant et à adresser à l'AFLD, pour les compétitions nationales, ou à la fédération internationale, pour les compétitions internationales.

3 experts vont juger si le traitement prescrit est légitime pour la maladie du sportif, et s'il est nécessaire. L'AUT est accordée en principe, pour une année.

### Quelles sont les sanctions ?

Elles peuvent être :

- **d'ordre disciplinaire** (sanction allant de l'avertissement à l'interdiction définitive de participer aux compétitions ; sanction pécuniaire pouvant aller jusqu'à 45000 euros ; sanction sportive de l'annulation des résultats, avec toutes les conséquences en résultant – retrait de médailles, de titres, de points, etc.) ;
- **d'ordre pénal** (peines d'emprisonnement et amendes en cas de détention, sans raison médicale justifiée d'une ou plusieurs substances ou méthodes interdites ; de trafic ; d'opposition à un contrôle antidopage ; de non-respect des décisions de sanction, etc.).

## RESSOURCES

- Code du sport : articles L. 230-1 à L. 232-31 et R. 231-1 à D. 232-103 ;
- Liste des substances et méthodes interdites, établie et actualisée chaque année par l'AMA et introduite en droit français par voie de décret ; pour 2012, voir le décret n° 2012-1426 du 19 décembre 2012 : <http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000026805024>
- Agence mondiale antidopage (AMA) : [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)
- Agence française de lutte contre le dopage (AFLD) : [www.aflf.fr](http://www.aflf.fr)



## Lettre de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD)

En application des dispositions du 3<sup>e</sup> alinéa de l'article R. 232-97 du code du sport, l'Agence française de lutte contre le dopage a décidé de faire publier, dans « CO Mag », publication de la Fédération française de course d'orientation, le résumé suivant de sa décision:

### Résumé de la décision relative à Mme Blandine PIERSON :

*« Un préleveur agréé et assermenté a été chargé de procéder à un contrôle antidopage, le 5 janvier 2013, à Prémamanon (Jura), sur la personne de six participants au championnat de France « Longue distance » de course d'orientation à ski. Mme Blandine PIERSON, titulaire d'une licence délivrée par la Fédération française de course d'orientation, figurait au nombre des sportives devant être soumises à un contrôle. L'intéressée a signé le procès-verbal de contrôle lui notifiant cette obligation, s'est rendue au local de prélèvement, mais a refusé de se soumettre aux opérations de contrôle. En conséquence, le préleveur a dressé un procès-verbal, constatant le refus de cette sportive.*

*Par une décision du 11 mars 2013, l'organe disciplinaire de première instance de lutte contre le dopage de la Fédération française de course d'orientation a décidé d'infliger à Mme PIERSON la sanction de l'interdiction de participer pendant un an aux compétitions et manifestations sportives organisées ou autorisées par cette fédération. Par un courrier enregistré le 10 avril 2013 à la Fédération française de course d'orientation, cette sportive a interjeté appel de cette décision.*

*L'organe disciplinaire d'appel de lutte contre le dopage de la Fédération française de course d'orientation n'ayant pas statué dans les délais qui lui étaient impartis par les dispositions de l'article L. 232-21 du code du sport, l'AFLD a été saisie d'office sur le fondement des dispositions du 2<sup>e</sup> de l'article L. 232-22 du code du sport.*

*Par une décision du 4 juillet 2013, l'Agence française de lutte contre le dopage a décidé de prononcer à l'encontre de Mme PIERSON la sanction de l'interdiction de participer pendant six mois aux compétitions et manifestations sportives organisées ou autorisées par la Fédération française de course d'orientation et de réformer la décision fédérale du 11 mars 2013.*

*L'Agence faisant application de l'article L. 232-23-2 du code du sport, il est demandé à la Fédération française de course d'orientation d'annuler les résultats individuels obtenus par l'intéressée le 5 janvier 2013, lors du championnat de France « Longue distance » de course d'orientation à ski, avec toutes les conséquences en découlant, y compris le retrait de médailles, points et prix.*

*La décision prend effet à compter de la date de sa notification à l'intéressée. »*

**N.B. :** la décision a été notifiée par lettre recommandée à la sportive le 22 juillet 2013, cette dernière ayant accusé réception de ce courrier le **6 août 2013**. Déduction faite de la période déjà purgée par l'intéressée, depuis le 8 avril 2013, en application de la sanction prise à son encontre le 11 mars 2013 par l'organe disciplinaire de première instance de lutte contre le dopage de la Fédération française de course d'orientation, Mme PIERSON sera suspendue jusqu'au **7 octobre 2013 inclus**.

# Stage de perfectionnement jeunes en Midi-Pyrénées



Par Valérie BERGER-CAPBERN  
et Frédéric RAMBLIERE

**La Ligue Midi-Pyrénées organise chaque année durant les vacances de pâques un stage de 3-4 jours à destination des jeunes de la Ligue.**

Son succès est croissant ces dernières années en passant de 20 à 40 stagiaires. L'objectif de cet article n'est pas de vous raconter les 4 jours passés début mai sur le Larzac, mais plutôt de ce qui fait le succès et les difficultés de ce genre de regroupement.

40 stagiaires sur 5 niveaux de couleur (de balise), près d'une vingtaine d'accompagnants et organisateurs, une telle rencontre nécessite une grosse préparation. Il convient donc d'avoir une équipe d'organisation conséquente et compétente. Par exemple il est appréciable qu'un moniteur coordonne la partie sportive (entraînements) et une autre personne la logistique (hébergement, invitations, information aux stagiaires, finances...).

Nous réservons l'hébergement 4 à 5 mois avant, soit dès que le calendrier nous permet de positionner le stage et de décider du lieu avec l'accord du club hôte. Une invitation très tôt, permet aussi que les familles intéressées prévoient leurs congés de pâques en fonction des dates du stage.

Avec 6 séances (demi-journées) d'entraînements et 5 niveaux, difficile pour le moniteur bénévole de préparer tous les exercices. Chaque demi-journée a pu être prise en charge par un animateur différent, en prenant en compte une bonne coordination sur le choix des zones de cartes, le type et l'alternance des exercices (physique/technique, court/long, seul/à plusieurs...), tout en limitant les déplacements dans la journée.

5 Niveaux cela demande aussi au moins 2 groupes (et donc 2 animateurs) pour expliquer et lancer les exercices. L'idéal serait d'avoir en plus un référent par niveau qui gérerait les jeunes tout au long du stage et pourrait prodiguer des conseils plus personnalisés sur la durée, idéal que nous n'avons pas encore atteint !

Un débriefing des exercices, sur site ou au calme à l'hébergement est aussi à prendre en compte.

Cette année nous avons fait passer les épreuves des balises de couleur pendant les deux derniers jours du stage. Cette formule nous a économisé un déplacement spécifique.

Pour les jeunes, le succès d'un tel stage vient aussi du dépaysement et de la vie en collectivité : des périodes de farniente, et du temps libre sur le lieu d'hébergement sont les meilleurs moyens de resserrer les liens entre eux (y compris grâce à la bataille de polochon !), gage de leur participation aux futures activités C.O. où ils se retrouveront.

Ce stage est aussi un excellent moyen de tisser des liens et partager des expériences entre les bénévoles des clubs de notre ligue.

Au final, les progrès sont réels pour nos jeunes, et 4 jours ne sont pas trop longs quand les séances sont bien préparées et adaptées, et que l'ambiance est bonne, ce qui fut indéniablement le cas cette année sur les superbes terrains du Larzac.



*Exercice suivi balise jaune*



*La CO sur le Larzac, c'est le pied*



# Les WOC en Finlande



Dès le plus jeune âge, avec la carte en main...



Par Marc Ammerich  
et Odile Hervé-Jousse

C'est presque 1 finlandais sur 10 (1/13) qui a eu au doigt une boussole. A comparer à nos chiffres (8 000 licenciés), environ 25 000 pratiquants pour 65,8 millions habitants.

## Première journée WOC - Dimanche 7 juillet 2013 Qualification Longue distance

Contrat rempli pour les membres de l'équipe de France : **Amélie CHATAING**, **Philippe ADAMSKI** et **Thierry GUEORGIOU** ont passé sans encombre les qualifications de la LD.

Après deux stages d'une semaine en Finlande, organisés par la fédération, sur des terrains équivalents à ceux des championnats du monde, nos athlètes étaient confiants. Notre DTN Marie-Violaine Palcau confirmait que les terrains seraient relativement propres et donc rapides.

Amélie confiait qu'après une bonne entame de course, elle pensait avoir fait un mauvais choix d'itinéraire sur un long inter-poste du poste 130 au poste 132 dans sa série, ce qui l'a un peu déstabilisée.

Elle est passée par le nord de Heinisuo, alors que la majorité des concurrents a pris par le sud. Elle termine 9<sup>ème</sup> de sa série.

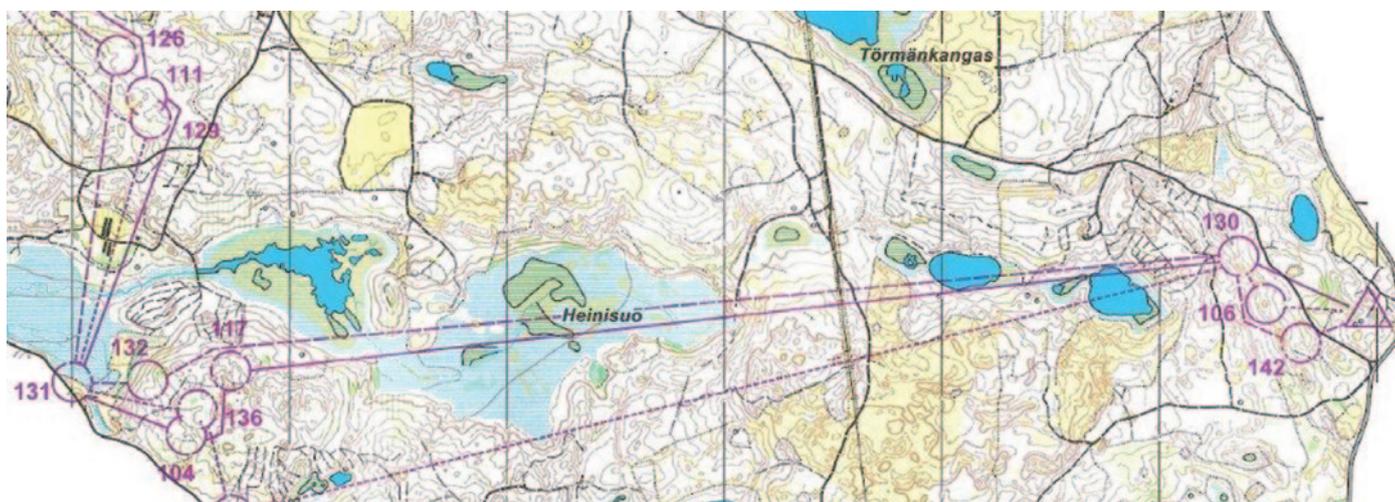
En Finlande depuis 2 mois, Philippe est entré prudemment dans la carte. Sur ce terrain rapide, il fallait rester très concentré. Une option payante puisqu'il terminait 5<sup>ème</sup> de sa série.

Thierry, quant à lui, est 2<sup>ème</sup> de sa série, sans forcer son talent. Il a d'ailleurs trouvé le terrain assez peu technique.



Amélie Chataing :  
Analyse à chaud  
de la course  
avec le staff

Ici, Thierry est une star que tous les enfants, filles et garçons, pleins d'admiration pourchassent pour les autographes.



Extrait carte Qualification LD Dame - Tipasoja Törmänkangas, Sotkamo - 1/15 000

## Deuxième journée WOC - Lundi 8 juillet 2013 matin - Qualification Sprint

4/5 pour les prétendants à la qualification. Chez les Dames : Céline Dodin et Léa Verceletti. Chez les Hommes : Vincent Coupat et Frédéric Tranchand

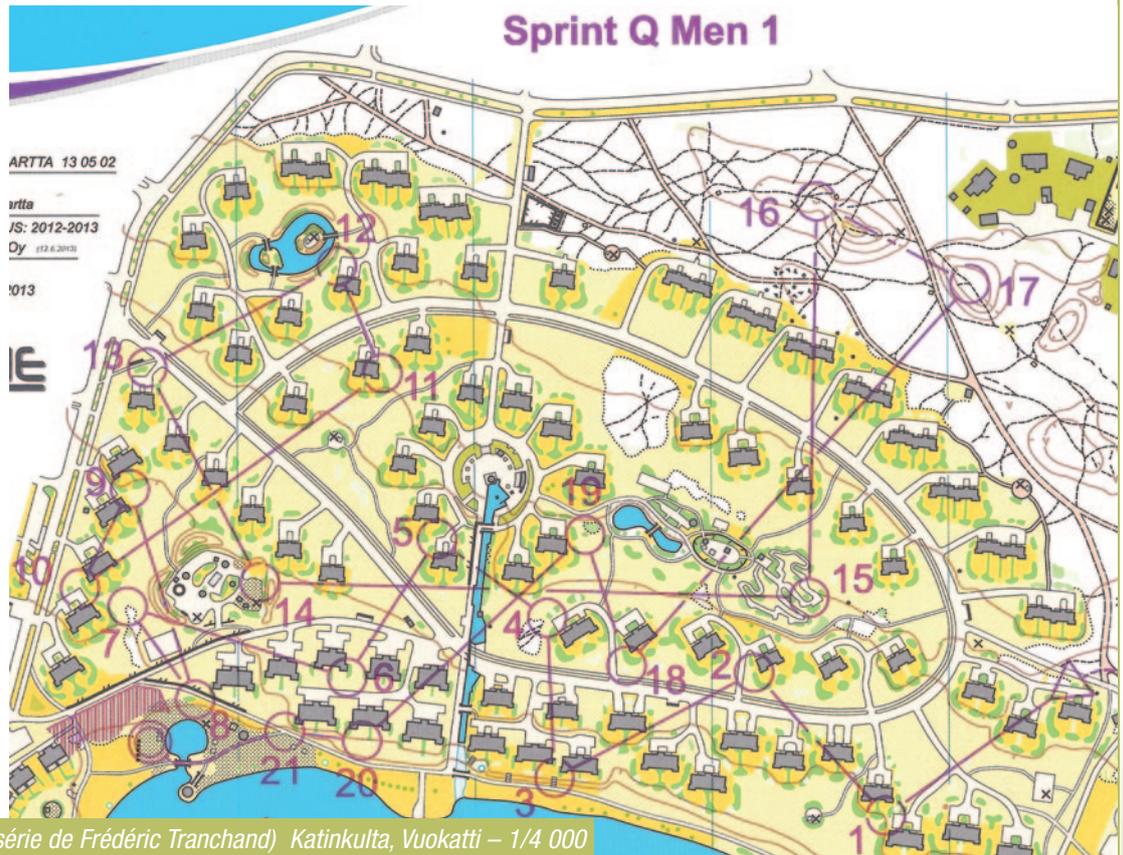
Lucas, mécontent de sa course, n'a pu franchir la barre des 15 qualifiés.

Le parcours était organisé sur la presque île de Katinkulta dans une résidence hôtelière de pavillons.

C'est une zone ouverte qui ne comporte aucune interdiction de passage. Cependant les coureurs l'ont jugée piègeuse du fait des bâtiments identiques qui obligeaient à vérifier constamment la boussole.

Sur les allées de galets, il fallait aussi être attentif pour ne pas risquer la blessure.

Vincent était mécontent de sa forme. Frédéric a admis une erreur d'anticipation qui lui a fait perdre quelques secondes. Frédéric terminait 7<sup>ème</sup> de son groupe (le plus rapide) et Vincent 14<sup>ème</sup>.



Extrait carte Qualification Sprint (série de Frédéric Tranchand) Katinkulta, Vuokatti – 1/4 000

## Deuxième journée WOC Lundi 8 juillet 2013 après-midi Finale Sprint

### Sprint Women

Léa Verceletti a terminé dans le Top 20 à la 17<sup>ème</sup> place. Elle a apprécié le tracé pour les choix d'itinéraires proposés en début de course mais les postes de fin de parcours lui ont paru trop proches les uns des autres.

Céline Dodin, d'abord disqualifiée pour avoir traversé une zone infranchissable, théoriquement matérialisée sur le terrain, a été reclassée : la rubalise ayant été temporairement déplacée lors de son passage, les organisateurs ont admis leur responsabilité. Au final, elle termine 35<sup>ème</sup>.



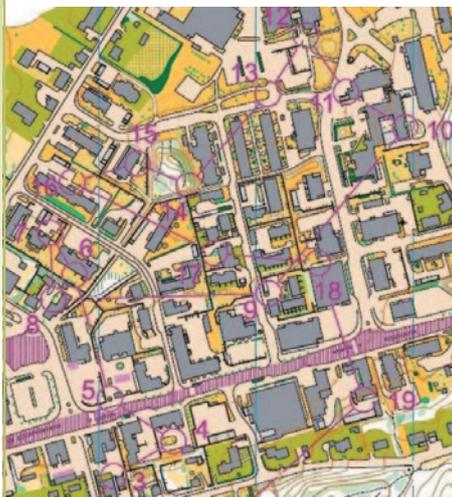
Toutes les participantes ont été surpassées par l'indéboulonnable Simone Niggli qui fête ainsi son 21<sup>ème</sup> titre mondial. La Finlandaise Venla Niemi prend la troisième place pour le grand bonheur du public.

### Sprint Men

Alors que Vincent Coupat conservait le meilleur temps pendant une vingtaine de minutes et que Frédéric Tranchand était annoncé comme l'un des favoris, c'est la Finlande qui a triomphé aujourd'hui.

Frédéric a malheureusement fait une erreur de lecture, passant directement du poste 5 au poste 7, ayant pris le 6 pour un 9 dans un enchaînement d'ailleurs un peu insolite (5,6,7,8). Ce mauvais gag lui coûte plus de 2 minutes pour reprendre le fil du parcours. Sa déception est à la hauteur de ses espérances et il compte bien se rattraper sur le relais.

Vincent termine en 27<sup>ème</sup> position et Frédéric est relégué à la 43<sup>ème</sup> place. Le Finlandais Marten Boström a pu, lui, profiter pleinement de sa victoire devant ses fans.



Extrait carte finale sprint Homme  
Sotkamo – 1/4 000

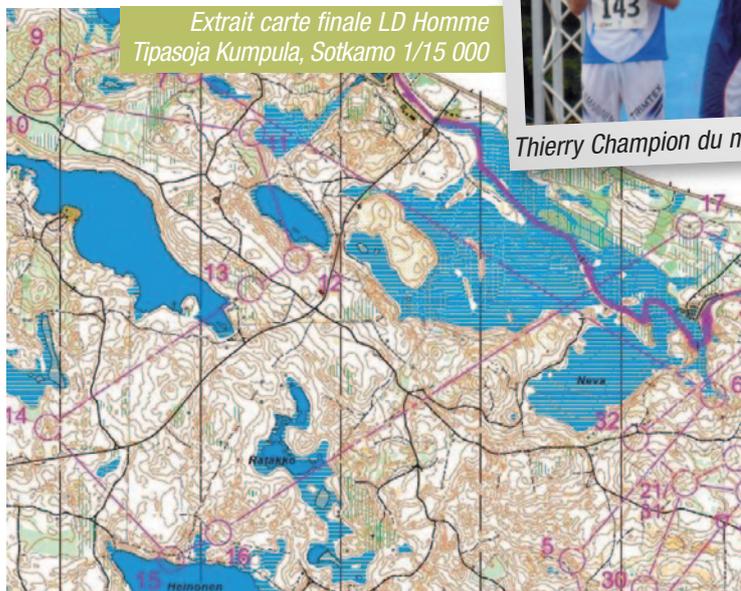
## Troisième journée des WOC Mardi 9 juillet 2013 - Finale Longue distance

### Thierry Gueorgiou champion du monde

« *Thierry Gueorgiou, le meilleur orienteur de tous les temps* » commentait le présentateur avant même son départ. Il l'a confirmé 1h41mn39 plus tard, devant une foule d'autant plus enthousiaste que le Finlandais, Jani LAKANEN remporte l'argent à 1:18 derrière.

Sur ce parcours de 19,8 km et 610 m D+, Philippe ADAMSKI réalise aussi une belle performance française en terminant à la 12<sup>ème</sup> place, content de sa course.

Thierry, lui, n'a pas caché une certaine déception quant au terrain, trop courant pour différencier les choix d'itinéraires : « *prendre l'un ou l'autre ne devait pas changer grand-chose* ». Il reste impatient de retrouver sa distance de prédilection, la Moyenne distance, jeudi.



Extrait carte finale LD Homme  
Tipasoja Kumpula, Sotkamo 1/15 000

Chez les Dames, partie avec le dossard 20, Amélie CHATAING a animé le spectacle en gardant la tête pendant la première partie de la course. Elle termine très honorablement à la 14<sup>ème</sup> place. Simone NIGGLI, phénoménale, remporte une deuxième médaille d'or, dès le lendemain du sprint. La star Finlandaise, Minna KAUPPI, très déçue, n'a pas pu contenter ses fans et rate le podium pour 36 secondes.



Philippe Adamski est également une star en Finlande



Amélie Chataing à l'arrivée



Philippe Adamski au départ pour la longue distance

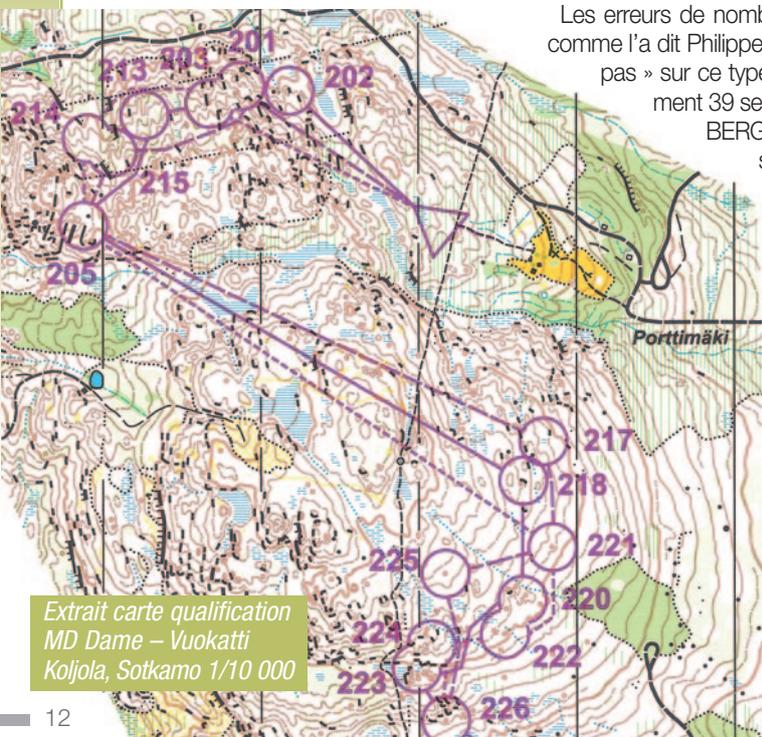


Thierry Champion du monde longue distance

## Quatrième journée des WOC - Jeudi 11 juillet 2013 matin - Qualification moyenne distance

Sous le soleil revenu après une journée pluvieuse qui correspondait heureusement avec la journée de repos des athlètes, les qualifications de la Moyenne Distance ont eu lieu sur un terrain plus complexe que les précédents : des micro-reliefs, des falaises et des marais sur de larges flancs de collines.

Les erreurs de nombreux compétiteurs ont montré que, comme l'a dit Philippe ADAMSKI, il faut progresser « pas à pas » sur ce type de carte, qu'il affectionne. A seulement 39 secondes derrière le Norvégien NORDBERG, content de sa course avec une seule erreur minimale au poste 8, il était assuré de la qualification dès le passage de la ligne d'arrivée.



Extrait carte qualification  
MD Dame - Vuokatti  
Koljola, Sotkamo 1/10 000



Thierry sur la qualification de la moyenne distance

### MQ WOMEN

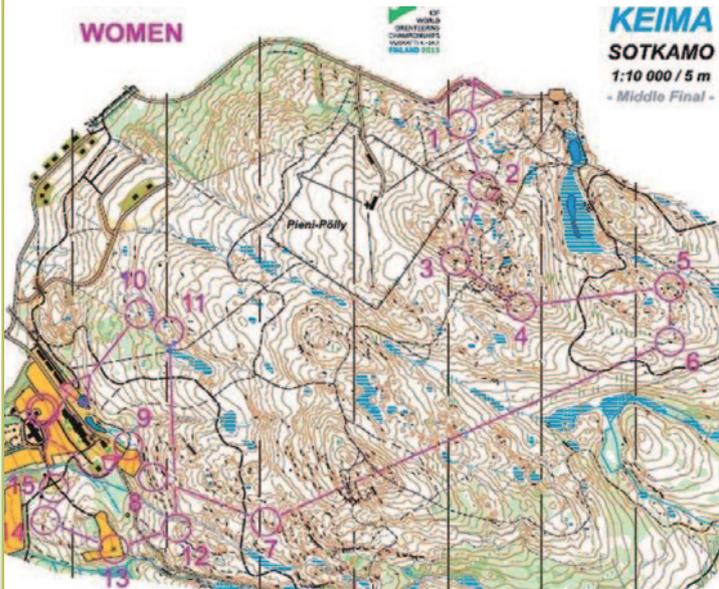
Women 1	Women 2	Women 3
3,6 km	3,6 km	3,6 km
1 202	1 201	1 203
2 213	2 215	2 214
3 205	3 205	3 205
4 218	4 217	4 221
5 220	5 221	5 222
6 223	6 225	6 224
7 226	7 226	7 226
8 230	8 227	8 231
9 232	9 232	9 232
10 200	10 200	10 200

A 15 secondes de Daniel HUBMANN, Thierry GUEORGIOU signait le second temps des trois séries confondues. Il a terminé son parcours dans la décontraction, avouant qu'il s'était enfin régalé sur cette carte et que, ayant bien récupéré de la Longue Distance d'avant-hier, il était très optimiste et confiant pour la finale.

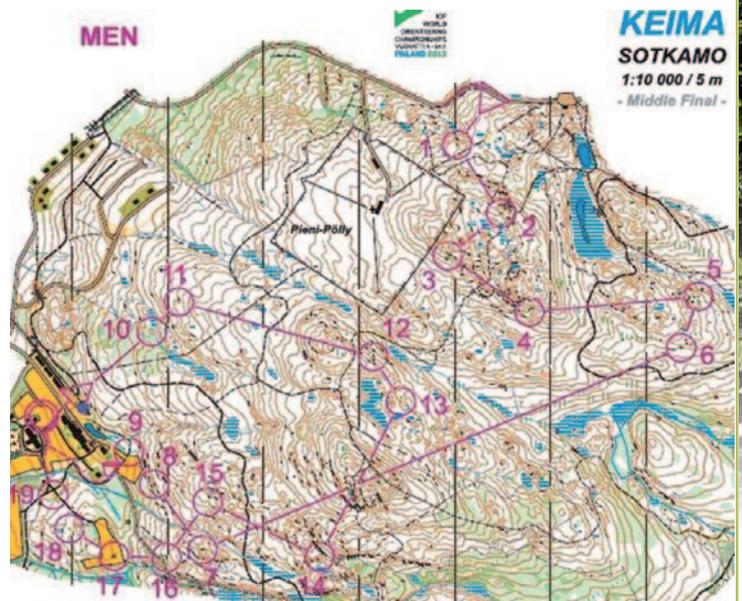
## Cinquième journée des WOC Vendredi 12 juillet 2013 Finale moyenne distance

Sur un parcours moins sélectif que celui de la qualification, l'or aujourd'hui a échappé à Thierry GUEORGIOU qui doit se contenter de l'argent pour 9 petites secondes. La faute à quelques erreurs (trop loin, trop vite, trop haut) notamment en début de course. A la balise spectacle (9), il avait rattrapé les 47" comptabilisées au contrôle précédant le long inter-poste mais un manque de précision dans l'approche du n° 14 a permis au Russe Leonid NOVIKOV de subtiliser la première place.

A la conférence de presse, à la question « *Que ressentez-vous avec cette médaille d'argent ?* », Thierry n'a pas voulu céder à la morosité et a répondu avec humour « *Oh, great ! it's my first !* ». Toujours lors de cette entrevue, le russe était encore tout surpris de sa victoire et répondait en toute timidité aux questions de la presse.



Extrait carte finale MD Dame – Vuokatti Keima, Sotkamo – 1/10 000



Extrait carte finale MD Homme – Vuokatti Keima, Sotkamo – 1/10 000

Philippe ADAMSKI, lui aussi, a malheureusement mal débuté son circuit, en particulier sur l'inter-poste 3-4 en suivant une ligne de falaise au lieu d'une autre, parallèle. Il termine à la 28<sup>ème</sup> place, à 5'39. Les Suisses se sont attribués les 4<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> places.

Quant à Charlotte BOUCHET, elle n'a pas véritablement réussi à entrer dans la course. En mal de jambes – peut-être la fatigue de sa bonne qualification de la veille, elle doit se contenter de la 32<sup>ème</sup> place, à 11'11.

On peut féliciter Amélie CHATAING pour sa belle 7<sup>ème</sup> place, à seulement 3'25 de Simone NIGGLI qui remporte ici sa 3<sup>ème</sup> médaille d'or cette semaine !!! Et à moins d'une minute de Minna KAUPPI qui rate de nouveau la marche du podium (2<sup>ème</sup> quatrième place !) et à 1 seconde de la 6<sup>ème</sup> place, petit podium pour les orienteurs ! Amélie a ainsi brillamment atteint son objectif de figurer dans le Top 10.

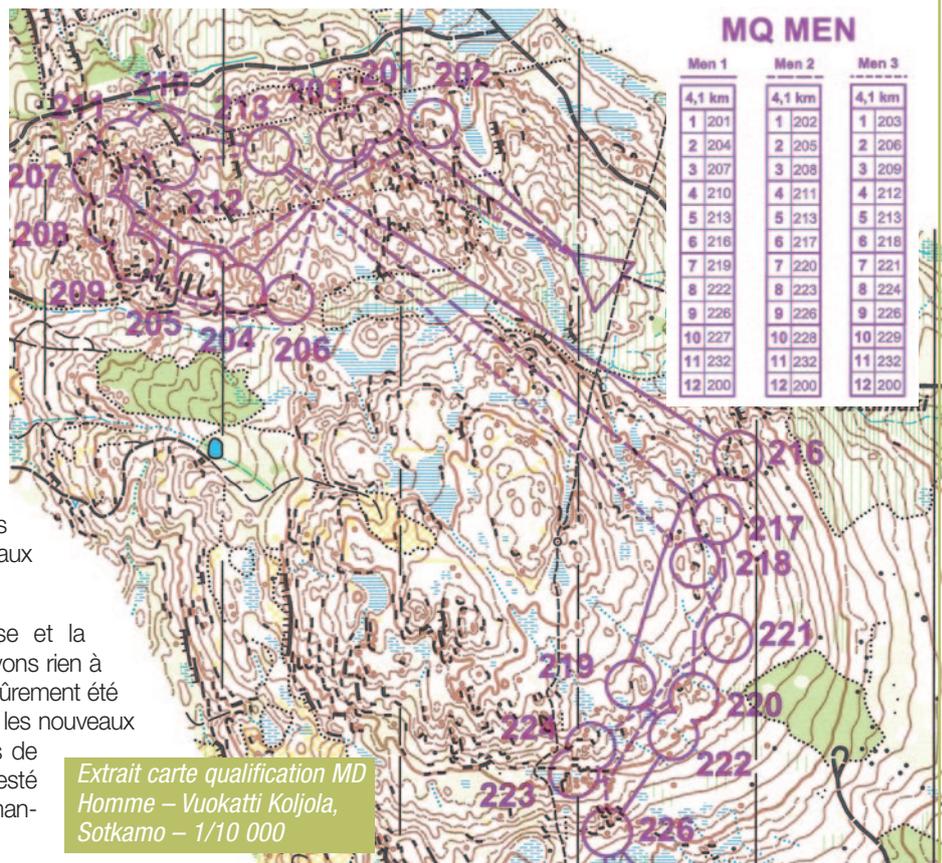
Lucas BASSET, au contraire, n'était pas en forme et quelques erreurs lui ont coûté une rétrogradation à la 19<sup>ème</sup> place de sa série. Il ne sera donc pas au départ de la finale vendredi. Même chose pour Céline DODIN qui devra se contenter d'encourager ses camarades de l'équipe de France.

Chez les Dames, Charlotte BOUCHET a bien tiré son épingle du jeu : 8<sup>ème</sup> de sa série qui comptait quand même Merja RANTANEN et Minna KAUPPI dont on notera qu'elle n'est qu'à 2mn33.

Amélie CHATAING était contente de sa course, avec une seule erreur qui ne devait pas porter à conséquence puisqu'elle termine à la 6<sup>ème</sup> place de sa série.

A titre anecdotique deux d'entre nous ont eu droit lors de la troisième épreuve des courses grand public aux balises de la série 201 à 209.

Autant vous dire que la cartographie finlandaise et la cartographie française n'ont rien à voir. Mais nous n'avons rien à apprendre aux nombreux lecteurs de COMag qui ont sûrement été nombreux à fréquenter ce genre de terrain. Alors pour les nouveaux adhérents de la FFCO sachez que seuls les éléments de relief les plus significatifs sont mentionnés. Je suis resté perplexe assez longtemps devant une falaise me demandant si c'était celle-là qui était reportée ou pas.



Extrait carte qualification MD Homme – Vuokatti Keima, Sotkamo – 1/10 000

## Bilan des médailles et du rang des pays des WOC 2013

### Sixième et dernière journée des WOC Samedi 13 juillet 2013 Finale des relais

C'est de nouveau la Russie qui a obtenu l'or, devant la Suède (avec un troisième jeune relayeur très prometteur, Gustav Bergman, déjà médaillé de bronze sur la MD). Puis les Ukrainiens chassent les Suisses du podium pour 44<sup>e</sup>.

**Et la France ?** Frédéric TRANCHAND a parfaitement assuré le premier poste mais, sur le second, une erreur lui coûte près de 3 minutes. Lorsqu'il passe la main à Philippe ADAMSKI, celui-ci a déjà 4'22 de retard sur le premier, en 13<sup>ème</sup> position.

Sur son circuit, Philippe aggrave l'écart jusqu'à 8'01 mais n'a perdu qu'une place lorsqu'il rejoint Thierry GUEORGIU dans la zone de relais.

Thierry ne peut évidemment pas remonter ce retard mais sur l'écran, sa progression est sensationnelle. A l'issue d'une course sans erreur, il termine à la 8<sup>ème</sup> place, à 4'33 des premiers. BRAVO !

L'équipe de France féminine se composait de Léa VERCELLOTTI, qui a bien géré son parcours avec un écart de 4'06 sur la Finlandaise. Le jeu des combinaisons fait que tant que le relais n'est pas terminé les écarts ne sont pas forcément significatifs de « fautes » mais peuvent se justifier simplement par des postes de longueurs différentes.

Mais Charlotte BOUCHET fait une erreur importante. De la balise 2, elle se rend directement à la 4<sup>ème</sup>, long choix, s'en rend compte à mi-chemin, fait demi-tour pour ne pas disqualifier l'équipe, puis poursuit son parcours bien loin derrière la tête. Elle ne peut passer la main à Amélie CHATAING qu'à la 19<sup>ème</sup> place, accusant alors un retard de 21'19. Les Françaises termineront les trois relais en 2h02'16, à la 14<sup>ème</sup> place, loin derrière les Norvégiennes qui remportent la médaille d'or en 1h37'53.

Les Finlandaises ont enfin permis à Minna KAUPPI de monter sur le podium (elle a fait le meilleur temps de son circuit) en damant le pion aux Suissesses. Simone NIGGLI a d'ailleurs été fortement menacée par la jeune Suédoise Tove ALEXANDERSSON qui l'a talonnée dans le couloir d'arrivée.

En ce qui concerne la Suisse, c'est Simone NIGGLI qui a repris ses couronnes. Ayant été en congé maternité et n'ayant pu courir en 2011, après 3 médailles en 2012, la voilà championne du monde dans tous les formats.

Thierry n'a peut-être pas eu le titre qu'il souhaitait mais il reste le phare,

le guide de l'orientation dans l'équipe de France. Et grâce à lui, la France, en obtenant 1 médaille d'or et 1 d'argent, se classe au 4<sup>ème</sup> rang des nations dans le classement par médailles. L'ambiance a d'ailleurs été excellente toute cette semaine entre les membres de notre équipe.

Pays	Or	Argent	Bronze	Total
SUISSE	3		1	4
RUSSIE	2			2
FINLANDE	1	2	2	5
FRANCE	1	1		2
NORVEGE	1			1
SUEDE		3	3	6
GRANDE-BRETAGNE		1		1
LETTONIE			1	1
UKRAINE			1	1

#### On retiendra également les TOP 20 :

- De Léa VERCELLOTTI (17<sup>ème</sup> place) sur le sprint dames
- De Philippe ADAMSKI (12<sup>ème</sup> place) sur le longue distance
- D'Amélie CHATAING (7<sup>ème</sup> place) sur la moyenne distance

Il faut souligner que pour les françaises ce sont leurs meilleures places jamais atteintes.

## La semaine KOW

**23 amateurs français** avaient fait le déplacement pour courir cette Kainuun Rastiviikko. Autant dire que nous n'étions que quelques « fiers gaulois » parmi tous les vikings. Il y avait par ailleurs 5 jeunes orienteurs français (H20E et H21E), inscrits par leurs clubs finlandais. Difficile de briller parmi tous ces « sportifs » !

A noter la belle 7<sup>ème</sup> place sur 119 de Kylian WYMER dans sa catégorie d'âge en H12 à 10 minutes du premier seulement ; la 5<sup>ème</sup> place de Daria NIGGLI sur 23 dans la catégorie D35B. Et puis un podium pour Alyssia WYMER qui prend la deuxième place sur 77 dans sa catégorie D8RR. Il y a donc de la relève !

Ce qui confirme que c'est très bien que les jeunes générations apprennent immédiatement différents types de cartographie car du côté vétérans, au moins pour certains d'entre nous, l'apprentissage de la C.O s'étant fait trop tardivement, nous avons moins de facilités quand notre « environnement cartographique » change. Il faut noter une excellente organisation avec des bénévoles très attentionnés, à l'écoute des éventuels petits soucis.

Entre les courses de 2011 (O'Festival à la Féclaz) et celles-ci, nous retiendrons **quelques petits points moins réussis :**

- la remise des dossards, un peu moins bien organisée à notre sens : chacun se sert,
- la même heure sur les pendules entre celle d'entrée dans la zone - 4 minutes et le départ,
- l'absence de remise de ticket des temps intermédiaires à l'arrivée de la course,
- la difficulté à utiliser les plaquettes émit (pas de bip, pas de led) par rapport à nos puces sportident,
- la circulation des véhicules à la sortie des courses.



Retrait des dossards où chacun se sert !

**Par contre des points plus par rapport à nos organisations :**

- des toilettes en quantité importante pour éviter l'attente,
- des douches à l'eau chaude
- point d'eau pour le lavage des chaussures

## La couverture médiatique des WOC

Là où les finlandais sont dans une autre dimension par rapport à la France, c'est bien la couverture médiatique. Le centre de presse a été occupé tous les jours par au moins 150 journalistes venus de tous les pays européens. Il y avait là aussi bien la presse écrite que la presse audiovisuelle. Nous n'étions seulement que deux courageux français bénévoles avec un matériel un peu succinct pour couvrir l'événement.

Les connexions en ligne étaient assurées et les articles pouvaient être quasiment mis en ligne une demi-heure après la course, photos à l'appui par les plus rapides.

La première chaîne de télévision finlandaise YLE 1 a couvert tout l'événement. Les commentateurs avaient leur cabine sur la ligne d'arrivée. Elle a même pu imposer des changements par rapport aux règles internationales entre les intervalles de départ. A La Féclaz les coureurs parlaient avec 3 minutes d'écart. Dans la majorité des courses sur ces WOC, la télévision a demandé d'avoir soit 2 minutes (longue distance) soit 1 minute 30 d'écart entre les coureurs pour pouvoir inscrire les courses dans la grille des programmes.



Mais, en Finlande, la course d'orientation est un sport national vous l'aurez compris.

Le Ministre des Sports est même venu sur l'événement répondre aux questions des médias en toute décontraction.

Tout comme à La Féclaz deux grands écrans vidéo permettaient au public de suivre la progression des orienteurs.

Les résultats des courses étaient quasiment disponibles immédiatement au centre de presse. Cela nous a d'ailleurs valu une déconvenue lors de la qualification des sprints, puisque les résultats communiqués étaient faux. L'organisation était capable, dans la nuit, d'éditer un journal quotidien d'une dizaine de pages, en couleur, avec les résultats les analyses et les commentaires sur les courses de la veille, et de le distribuer dans les hôtels locaux pour que les orienteurs puissent le lire au petit déjeuner. Et bien sûr le programme pour la journée qui démarrait. C'est cette couverture médiatique majeure pour un sport considéré comme un des plus important en Finlande qui restera (au moins pour l'un de nous) comme un point très fort de ces championnats du monde.

2014 Italie : Nos amis transalpins ont un gros défi à relever.

## Emploi du temps chargé pour le Président de la FFCO en marge des WOC

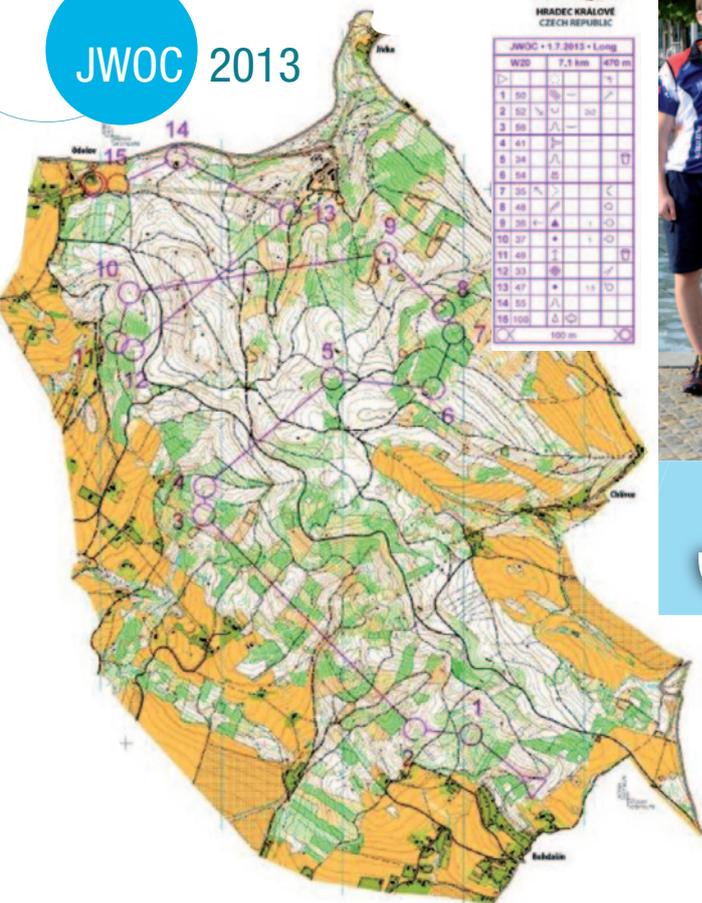
Les WOC sont l'occasion pour les représentants des fédérations nationales de se rencontrer et d'échanger sur le développement international de la course d'orientation. Aussi, lors de cette semaine, les rendez-vous du président de la FFCO, se sont succédés :

- **Le 9/7/13 : AG de l'OFE** (Orienteering Federations in Europe) c'est la Fédération Européenne d'Orientation. Ses missions ont pour but de bâtir et de gérer le calendrier européen ainsi que de préparer les règlements spécifiques des compétitions européennes).
- **Le 10/07/13 : Rencontre avec Peter Ivars**, PDG de Noname, partenaire équipementier de la FFCO 2013-2017
- **Le 11/07/13 : President's Conference** : c'est la réunion annuelle des présidents des fédérations nationales, présentation par le council de l'IOF de l'avancement de son projet et des orientations politiques à venir, des sujets comme l'Adventure Racing ou la possibilité de voir la course d'orientation à ski devenir prochainement olympique y ont été développés.
- **Le 11/07/13 Réunion du COMOF** (Confederation Mediterranean Orienteering Federations). Avancement des adhésions au COMOF et le calendrier du challenge du COMOF. Les travaux du COMOF sont destinés à faire du lobbying en vue de faire réintégrer la course d'orientation aux Jeux Méditerranéens, dans le but de devenir olympique. A ce jour la France n'est pas adhérente du COMOF mais invitée aux réunions.

Nombreux échanges informels avec les élus de l'IOF, dont Eivind TONA, responsable de la commission Orientation à ski avec peut-être de nouveaux éléments à venir pour cette spécialité en France, et Brian PORTEOÛS, président de l'IOF.



Le Président de la FFCO (Michel EDIAR) avec le Président de l'IOF (Brian PORTEOÛS)



JWOC 2013		HRADEC KRALOVÉ CZECH REPUBLIC	
JWOC - 17.2013 - Long		7,5 km	470 m
WZD			
1	52		
2	52		
3	56		
4	41		
5	34		
6	54		
7	35		
8	48		
9	36		
10	37		
11	48		
12	33		
13	47		
14	55		
15	100		



# JWOC 2013

C'est avec ambition et sérieux que l'équipe de France junior la plus nombreuse depuis 2005 (5 filles, 6 garçons) a participé aux championnats du monde juniors à Hradec Kralove, en République Tchèque.

Le challenge que proposait cette édition résidait en la grande variété entre tous les terrains proposés et l'adaptation nécessaire entre chacune de ces courses. Il est d'ailleurs intéressant de noter que contrairement aux JWOC précédents, aucun athlète, toutes nations confondues, n'a été performant sur les 3 formats individuels, et que seuls 2 ont récolté deux médailles individuelles.

## Des résultats satisfaisants

Le JWOC a réellement commencé pour l'équipe de France en mai avec le stage de préparation, qui, ponctué d'analyses fréquentes, a permis d'éliminer un maximum d'incertitudes pour les athlètes et d'avoir des idées claires sur les problématiques rencontrées sur chacune des courses et les stratégies à mettre en place pour être performant. Préparer ces courses de cette manière est sans doute dommageable pour ceux qui aiment la découverte et la nouveauté dans leur pratique, mais la performance à haut niveau passe nécessairement par cette préparation.

Une fois n'est pas coutume, la longue distance ouvrait ce championnat. Une vraie longue distance, sur un terrain parfaitement adapté, avec des choix sur presque tous les postes. Une analyse détaillée est effectuée par Isia Basset sur sa magnifique 4<sup>ème</sup> place. Les autres français réalisent des résultats globalement satisfaisants. Certains manquent d'expérience du 1/15000<sup>ème</sup> trop rare en France, et n'ont pas réussi à absorber le dénivelé positif total. Aucun Français ne passe toutefois complètement à côté de sa course, et la confiance est

meilleure qu'en 2012 après un début de JWOC raté après le sprint.

Avec deux courses à profil descendant, dans un terrain détaillé et avec un temps de course ne permettant presque pas de revenir après une erreur, la moyenne distance allait sacrer des coureurs stables et propres dans leur orientation. Après la décision logique de l'IOF de qualifier Rémi Baudot (qui s'est arrêté en forêt pour porter assistance à une athlète blessée) pour la finale, alors qu'il était largement en position pour se qualifier, le taux de finaliste français est l'un des plus élevés des dernières années (7/11). Une course propre permet aux français de passer en finale A. Des erreurs compromettent la qualification et malheureusement Lauriane Beauvisage et Emilie Bakscheider ratent de peu celle-ci.

En finale, les résultats globaux sont là aussi satisfaisants. Nicolas Rio et Loïc Capbern avaient le potentiel pour entrer dans le top 15 mais effectuent tous deux la même erreur avec une sortie de poste trop rapide. Les caméras placées en forêt pour une course retransmise à la télévision ont perturbé plus d'un coureur, malgré les mises en garde. Là aussi, il s'agit d'un paramètre nouveau au niveau international qu'il faut maîtriser et anticiper pour maintenir sa concentration et continuer à mettre en place ses routines. Evidemment, nous attendions Isia sur ce type de course qui semblait convenir à ses qualités. Elle aussi, et l'approche de la course en a été moins habituelle que prévue. A quelques minutes d'entrer dans la zone d'appel, elle se tord la cheville et la tension emmagasinée

s'effondre. En résulte une erreur au premier poste et quelques approximations ensuite. L'expérience emmagasinée lors de cette course lui servira certainement dans les futures années ! La moyenne distance reste pour l'encadrement la course la plus satisfaisante de la semaine avec une maîtrise globale de la part des athlètes.

Le sprint, bête noire des juniors les dernières années malgré le titre de Lucas Basset, devait cette année mieux correspondre à nos athlètes. Les traceurs tchèques ont proposé un tracé complexe, où toutes les qualités d'un bon sprinteur devaient être réunies pour réussir. Les français s'en sortent mieux que d'habitude, grâce à une bonne préparation tout au long de la saison, et des routines de sprint mieux intégrées. Le travail sur le sprint effectué en Groupe France moins de 18 ans porte ses fruits, bien que nous ayons toujours à progresser en France sur la maîtrise de l'ISSOM et le nombre de sprints de qualité inscrits aux calendriers nationaux et régionaux. Nous pouvons également noter la victoire d'Heidi Mårtensson, fille de la légende de la CO Jörgen, qui réalisera 2 semaines plus tard 10'16 au 3000m steeple des championnats d'Europe jeunes d'athlétisme. Sa tactique était simple : « faire les détours et courir ».

Le relais reste le point noir de la semaine. Malgré le travail effectué, nous n'avons pas réussi à trouver des relais stables pour les 3 coureurs de l'équipe. Le terrain vert et à faible visibilité malgré la vitesse de déplacement



élevée se prêtait idéalement à ce format, et les tchèques ont maîtrisé ce format, après une course pleine de rebondissements chez les filles (disqualification de la Suède, en tête à la 2<sup>ème</sup> relais, et de la Norvège, en tête... à l'avant dernier poste !), et plus impressionnant chez les hommes, où l'équipe 2 tchèque l'emporte largement.

Les relais marquent la force d'une nation, et les objectifs fixés pour les français n'ont pas été atteints. Le relais sera particulièrement travaillé dans le futur, pour retrouver le haut des classements sur ce format.

Variété des courses, médiatisation, grande qualité technique, organisation millimétrée, les tchèques ont sans doute organisé le meilleur JWOC de l'histoire en 2013. Le JWOC se professionnalise de plus en plus et devient petit à petit un mini WOC où les athlètes forgeront leurs expériences avant de passer chez les séniors, ce qui reste l'objectif de la FFCO. Les JWOC 2014 auront lieu en Bulgarie. Mais la prochaine échéance est la JEC (Junior European Cup) dans le Pilat, où les Français auront à cœur de bien réussir devant leurs supporters.

Par Simon Leroy



# → Analyse de Course Isia Basset

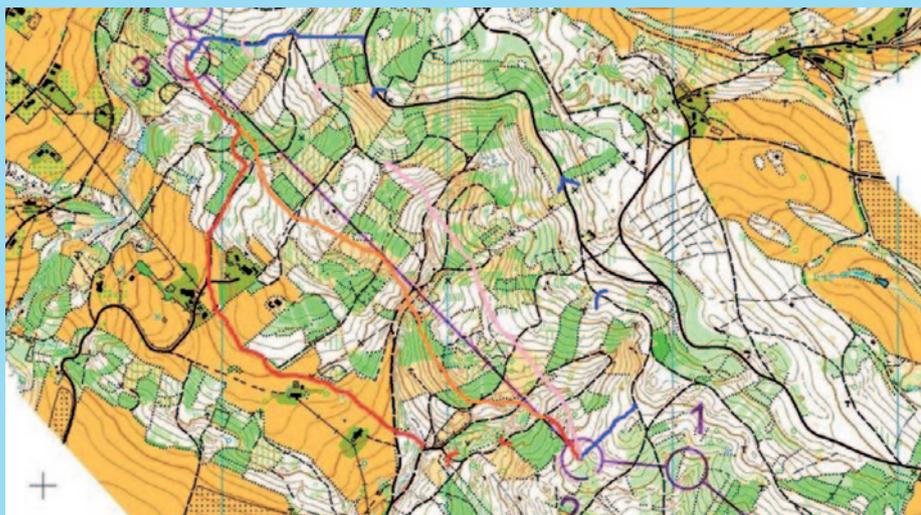
**Cette année, contrairement aux années précédentes ou traditionnellement le sprint ouvrait la semaine des championnats du monde junior, la République Tchèque a proposé de débiter les JWOC par la longue distance. Elle se déroulait non loin de la frontière polonaise à Odolov.**

Préparées lors d'un stage au mois de mai sur des terrains similaires, nous savions que cette longue serait « classique », nécessitant une orientation peu technique mais où les nombreux choix d'itinéraires seraient la plus grande difficulté à cause d'un important dénivelé. Cette course s'annonçait comme un gros défi physique avec pour les féminines 470 m de dénivelé pour une distance de 7,1 km.

La stratégie de course élaborée par l'équipe peut se résumer par quelques consignes qui trottaient dans la tête de chacun au départ : enrouler au maximum le dénivelé lorsque cela est possible et être vigilant dans le vert très dense où il sera facile de perdre beaucoup de temps.

Ces 2 grandes lignes ont guidé mes choix d'itinéraires tout au long de cette longue distance. Voici donc une rapide analyse de ma course et des choix d'itinéraires réalisés en comparaison avec ceux des 3 médaillées : Lisa Risby (Suède) en orange, Sara Hagström (Suède) en bleu et Ekaterine Savkina (Russie) en rose. Ma trace apparaît en rouge.

On peut remarquer que les choix d'itinéraires sur les longs poste à poste sont notablement différents pour ces quatre coureuses, montrant que des stratégies différentes étaient mises en place en fonction des capacités de chacune.



## Postes 1-2

Le premier choix se présentait dès le départ. Le premier poste de la longue était aussi le premier poste de cette semaine de championnat du monde, il était donc important de l'assurer afin de bien lancer cette course et cette semaine. C'est pour cette raison que j'ai opté pour le choix le plus sûr, c'est-à-dire par le bas plutôt que par le trait rouge (en l'occurrence violet !). Le choix par le haut (orange) semblait intéressant mais ici le profil du dénivelé, moins raide par le bas, a été déterminant pour mon choix. A noter que le meilleur temps est réalisé par le tracé bleu.

## Postes 1-2-3

L'itinéraire 2-3 constituait le premier gros challenge de cette course. Le profil du poste à poste et les nombreux rentrants profonds m'ont amené à éliminer rapidement le choix par le milieu (traces orange et rose), j'ai en revanche hésité entre le choix du haut par le chemin (bleu) et celui du bas par les champs mais ayant déjà étudié un choix similaire lors de simulations, j'avais remarqué que l'itinéraire dans les champs présentait une pente plus douce qu'en forêt et que cela me permettrait de garder une vitesse plus importante. J'ai donc rapidement opté pour le choix par le bas et les champs (je partais heureusement vers la fin et les premiers coureurs avaient bien écrasé l'herbe haute). Le meilleur temps est obtenu par la Suédoise Sara Hagström qui fait le choix par le haut. L'autre Suédoise Risby et la Russe Savkina qui ont choisi un

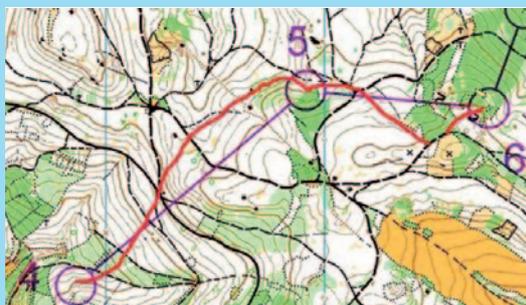


itinéraire proche du trait rouge, plus court mais exigeant, ont un split plus lent que le mien. Malgré ce choix satisfaisant, je perds 30 secondes sur le meilleur temps.

## Postes 4-5-6

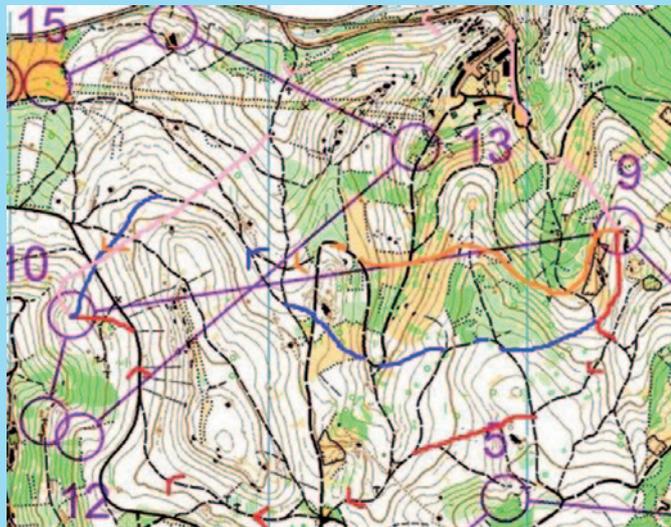
L'inter-poste 4-5 obligeait, quel que soit l'itinéraire, à monter une quinzaine de courbes. Cette observation et la forêt très propre m'ont amenée à affronter l'itinéraire droit dans la pente plutôt que de serpenter avec les chemins.

S'en suivaient plusieurs postes à postes plus courts avec moins de choix. Sur le 6<sup>ème</sup> poste je décide cependant de perdre quelques secondes pour assurer l'approche en l'attaquant par le haut, étant qu'il peut être délicat de trouver une tache de V2 dans du V3. Les 3 autres filles qui le prennent à flanc seront plus rapides.



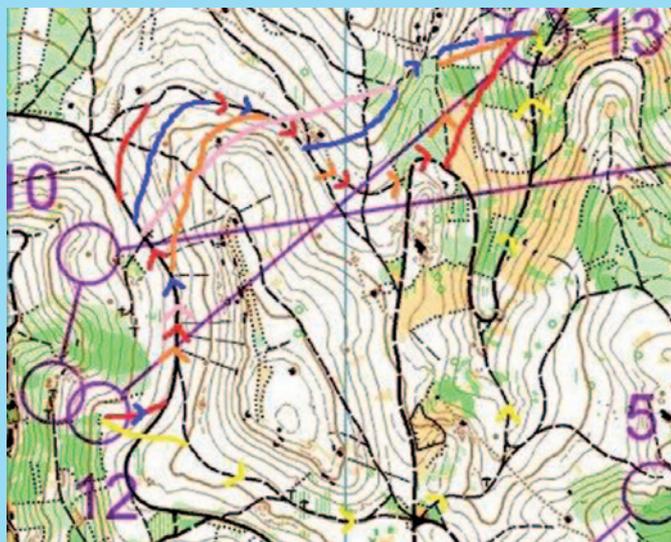
**Postes 9-10**

Le deuxième long inter-poste de ce circuit était l'itinéraire 9-10. Comme pour le poste 3, les nombreux rentrants profonds sous le trait rouge m'obligent à « élargir mon champ de vision » et le choix de passer à gauche s'impose très rapidement. On voit donc une fois de plus que les 2 suédoises (bleu et orange) préfèrent se rapprocher du trait rouge au détriment du dénivelé en choisissant un itinéraire plus vallonné. En revanche l'option que suit la russe (rose) ne m'est pas venue à l'esprit (descendre tout en bas pour tout remonter) et ce choix confirme que les côtes ne l'effraient pas !



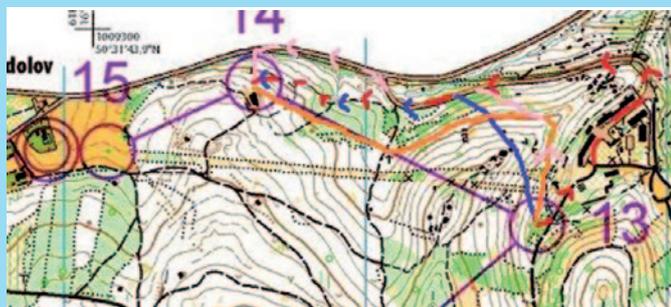
**Postes 12-13**

La même problématique se présentait sur l'itinéraire 12-13. Les courbes serrées et prises en pleine pente pour le poste 12 ont fait que je ne suis alors plus très lucide en arrivant au poste. Je suis pourtant à ce moment-là en tête de la course ! J'avais anticipé un itinéraire par la droite (jaune) pour reprendre le chemin que je connais déjà. Mais encore hésitante et sans doute influencée par des concurrentes que j'ai rattrapées et qui partent de l'autre côté, je me lance sur le chemin par la gauche. Il semblerait en regardant les temps que mon choix serpente un peu trop mais l'écart (+1mn par rapport au meilleur temps, le rose) est surtout dû à la fatigue. En effet, sur ces 3 derniers postes j'ai beaucoup plus de difficultés à relancer que sur le début de course, les splits sont moins bons mais je continue à me battre pour rester concentrée.



**Postes 13-14-15**

Enfin l'inter poste 13-14 déterminera les places du podium et me rétrogradera à la quatrième place. Je commets une erreur en choisissant directement de rejoindre la route. J'ai été influencée dans ce choix par le fait que les consignes de courses précisaient que ce secteur (maison de retraite) était annoncé comme une zone non privée. Je ne me suis donc pas posée de question et je suis partie avec précipitation sur la route. Il était beaucoup plus rapide (- 1mn) de faire un dernier effort et de monter 2 ou 3 courbes pour éviter cet énorme angle de la route, effort que les 3 autres orienteuses ont fournies et qui leur donne la médaille.



Il ne reste alors plus qu'à relancer et tout donner jusqu'à l'arrivée et c'est avec surprise que je pointe en 4<sup>ème</sup> position (mon objectif était un top 6 dans la semaine et il est réalisé dès la première course) et encore plus surprise d'entendre que j'étais en tête au ¾ de cette course où les qualités physiques primaient. Je garde une grande satisfaction de ce résultat d'autant plus que les sensations ressenties tout au long de la course, et en particulier à la fin étaient loin d'être optimales !

Résultats Officiels			
1/ Risby Lisa	SWE	60.42	
2/ Hagström Sara	SWE	61.29	
3/ Savkina Ekaterine	RUS	61.36	
4/ Basset Isia	FRA	62.15	
5/ Klingenberg Ita	DEN	64.17	
6/ Klysner Friberg Cecilie	DEN	64.30	
...			
52/ Beauvisage Lauriane	FRA	73.24	
60/ Poirot Delphine	FRA	74.23	
75/ Hummel-Azais Margaux	FRA	79.23	
Backscheider Emilie	FRA	pm	

# Coupe d'Europe Jeunes CO à VTT en Pologne 15/20 juin 2013

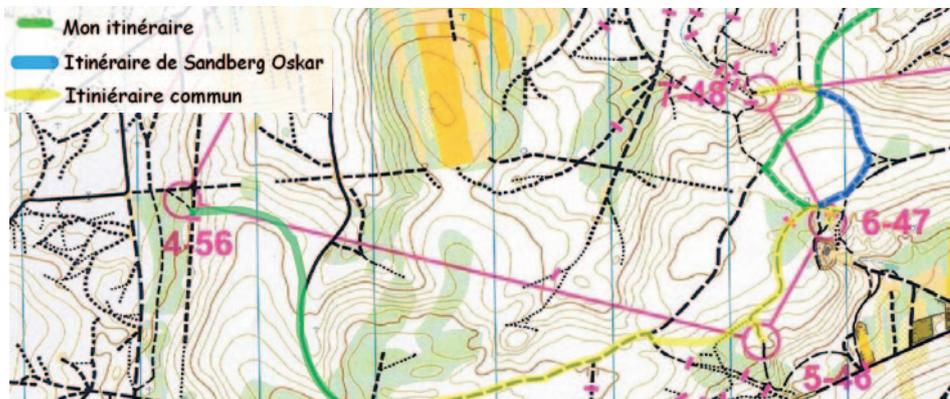
Malgré un début de semaine peu satisfaisant, **notre victoire sur le relais en H-17 avec mes coéquipiers Florian Pinsard et Samson Deriaz** m'a enlevé une partie de la pression que j'avais jusque-là.

De ce fait, **le jour de la longue distance, j'étais relativement confiant.**

Aussitôt la prise de la première carte, je ne me suis pas précipité et suis resté dans le peloton afin d'anticiper un maximum de postes. J'ai remonté au fur et à mesure les places. **Vers la balise 5** je me suis un peu emballé sur un poste et me suis laissé emmener par un slovaque, ce qui m'a coûté 20 secondes, n'ayant pas vu l'entrée du chemin.

Je me suis donc rappelé de faire MA course. Je prends alors un itinéraire différent des deux concurrents devant moi. Je pensais avoir perdu du temps sur cet itinéraire car la cyclabilité n'était pas bonne, et le relief plus prononcé. Cependant il était en fait plus rapide avec un point d'attaque plus fiable.

A la prise de la 2<sup>ème</sup> carte, je chasse de mes pensées cette mauvaise impression d'avoir perdu du temps en me disant : **« CHAQUE BALISE EST UN NOUVEAU DEPART ! ».**



Pour aller de la **56** à la **46**, j'ai préféré couper pour rattraper le chemin bien roulant pour attaquer le dénivelé plus aisément. C'est en haut de la côte que j'ai aperçu Oskar Sandberg (suède) traverser. Je le rattrape et le double, cependant, n'étant pas à l'aise dans la coupe il repasse devant moi, cela m'a aussitôt rappelé de me concentrer d'avantage sur l'orientation.

**46-47**, je suis resté dans sa roue, pressentant chez lui une faiblesse physique, alors plutôt que de le doubler de suite, j'ai préféré anticiper la fin de course car étant dans le rouge, je sentais l'erreur venir.

**47-48**, j'ai voulu tout d'abord prendre le chemin en face, mais j'ai changé mon itinéraire préférant l'attaquer par le haut. Je ne prends donc pas le même itinéraire qu'Oskar Sandberg mais je me retrouve avec lui au croisement. J'ai réussi à prendre de l'avance dans la descente, poinçonne la balise et repars aussitôt.



**48-51**, j'ai remonté aussi vite que je pouvais, bien que j'ai eu du mal sur la fin de la côte. Je n'ai ensuite peut-être pas pris le meilleur itinéraire, mais j'ai préféré descendre et bien rouler sur le gros chemin puis monter d'un coup le vtt sur le dos. Cette dernière côte a vraiment été douloureuse.



Par Antoine Vercauteren

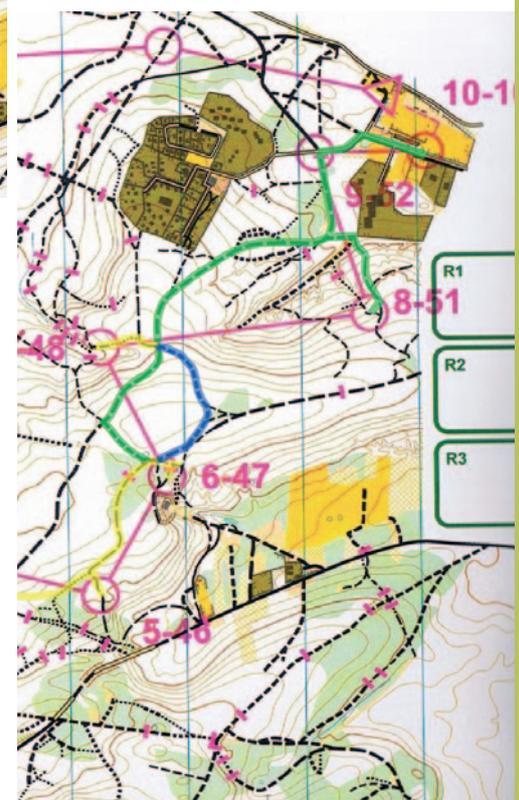
**Résultats Officiels**

- 1 / Antoine Vercauteren
- 2 / Sandberg Oskar (suède)
- 3 / Muller Matej (slovaquie)
- 4 / Bergstrom Filip (suède)
- 5 / Florian Pinsard
- 6 / Samson Deriaz

**51-52- 100**, c'est en descendant que j'ai vu Oskar Sandberg qui montait prendre la balise, je ne me suis pas précipité, je suis resté très concentré jusqu'à la 52, et ensuite j'ai tout donné jusqu'à l'arrivée !

C'est alors que j'ai appris que j'étais premier : je n'y croyais pas vraiment. Mais lorsque j'ai entendu le speaker dire mon nom, toute la fatigue s'est envolée laissant place à la joie.

Si j'y suis arrivé c'est surtout grâce à mon année passée au pôle espoir de Fontainebleau, où j'ai commencé à apprendre à maîtriser mes émotions pendant la course pour rester vigilant sur ce que je devais faire à chaque moment sans me laisser perturber.





Par Sandra  
OLIVIER

# Les championnats du monde vétérans

## UNE BELLE MOISSON POUR LES VÉTÉRANS FRANÇAIS CETTE ANNÉE

Les championnats du monde vétérans de course d'orientation se sont déroulés du 4 au 10 août à Sestrières en Italie, sur les lieux même des Jeux Olympiques de 2006. 5 médailles, dont deux en or, et de belles places d'honneur.



Et parmi ces 5 médailles, deux ont été passées au cou de Sandra Olivier (sur le podium sur la photo ci-dessus), la sociétaire du club Balise 77 de Fontainebleau-Avon. Elle a cumulé à Sestrières un titre de championne du monde sprint et un titre de vice championne du monde longue distance, dans sa catégorie "Dame 45".

La troisième médaille, c'est Fabrice Vannier (photo ci-contre), l'orienteur du CSLG Melun qui l'a remportée en Italie. Et c'est aussi une médaille d'or et un titre de champion du monde à la clef sur la longue distance en "Homme 40". Il termine également 4<sup>ème</sup> du sprint.

Philippe Page et Yann Locatelli reviennent avec une belle médaille d'Argent respectivement en sprint et LD.



Podium Sandra Olivier

# 1<sup>ers</sup> Championnats de France des clubs CO à VTT

## Dimanche 3 novembre 2013 Forêt de Nemours-Poligny (77)

La course d'orientation à VTT se développe ! La première édition de ses championnats de France des clubs (CFCCOVTT) se déroulera le dimanche 3 novembre 2013 en forêt de Nemours-Poligny (77). Esprit Raid vous concocte des circuits au top pour allier plaisir et compétition à tous les niveaux. Vous êtes 4 motivés dans votre club ? C'est le nombre réglementaire de participants pour constituer une équipe, assurez-vous qu'elle comprend bien une dame et un jeune (H/D 17 ou moins) et inscrivez-vous, vous ne le regretterez pas !

Le terrain se prête particulièrement bien à la CO à VTT avec un bon réseau de chemins, idéal pour le relais, ainsi que de nombreux singles +/- techniques (terrains majoritairement sablonneux). Les paysages automnaux rendront d'autant plus plaisante votre venue, tant pendant votre course que dans l'attente de vos coéquipiers.

Et si vous venez de loin et que le déplacement pour une course ne vous satisfait pas, vous pourrez vous mettre en jambes et vous préparer au terrain grâce à deux interzones

organisées par l'AS Samoisi vendredi 1<sup>er</sup> et samedi 2 novembre en forêt de Fontainebleau.

Vous pouvez vous inscrire jusqu'au 18/10/2013, le temps d'en parler autour de vous et de récolter l'adhésion de 4 personnes (au moins !) de votre club. Bien entendu et pour faire profiter le plus grand nombre, il est possible de constituer des équipes non classées (2 coureurs).

Plus d'informations en ligne très bientôt sur le site de [www.esprit-raid.org](http://www.esprit-raid.org)

**ESPRIT RAID**

**COURSE D'ORIENTATION À VTT**  
**CHAMPIONNAT DE FRANCE DES CLUBS**  
**3 NOVEMBRE 2013** Forêt de NEMOURS-POLIGNY

**FFCO**  
 Fédération Française de Course d'Orientation

**1<sup>er</sup> CFC de CO à VTT**  
**PAR ÉQUIPE DE 4**  
 INSCRIPTION AVANT LE 18/10/2013

Pour le championnat, tous les panachages d'âges et de sexe sont autorisés sous réserve que l'équipe comprenne : au moins 1 dame et 1 jeune (H/D17 ou moins) et au plus 2 H21.

Pour compléter votre week-end 2 Nationales CO à VTT Moyenne Distance sont organisées le 1<sup>er</sup> et 2 novembre à FONTAINEBLEAU

**ORGANISATION ESPRIT RAID**  
 CLUB DE RAID MULTISPORTS / ORIENTATION

SEINE-MARNE 77 LE DÉPARTEMENT

Tous renseignements sur [www.esprit-raid.org](http://www.esprit-raid.org)

# Raid O'Bivwak 2013

## 32<sup>ème</sup> édition Villard-de-Lans (Isère)

### Samedi 18 et dimanche 19 mai 2013

Une édition dantesque, une aventure humaine d'exception, avec 120 bénévoles.



Par Jean-Claude Ragache  
Photos Cyril Crespeau

Fidèle à sa nature populaire et conviviale, O'bivwak lancé samedi 18 mai à 13H sur la place du village de Villard-de-Lans, comptabilisait plus de 2200 concurrents. Preuve que la destination de Villard-de-Lans pour cette 32<sup>ème</sup> édition jouissait d'une réputation « outdoor ». Le raid d'orientation est toutefois soumis aux caprices du ciel, ce qui fut le cas cette année avec « une météo exécrable ». Ce qui a amené les organisateurs à évacuer le bivouac samedi soir, puis à écourter l'épreuve pour mettre en sécurité les participants.

Une première dans l'histoire du Raid. Pour autant cette décision difficile à prendre n'aura pas terni l'enthousiasme des concurrents. Bien au contraire, la symbiose entre ces derniers et les bénévoles, soudés dans la difficulté, aura magnifié cette 32<sup>ème</sup> édition et en aura fait une édition d'exception où les valeurs de solidarité, de compréhension auront été élevées à un niveau jamais atteint sur le Raid.



Comité organisateur

#### La 32<sup>ème</sup> édition O'Bivwak plébiscitée

Dès la clôture des inscriptions, l'édition 2013 se présentait bien avec un niveau d'inscription élevé (près de 1100 équipes). Alors que les sites de météo annonçaient pour le WE des conditions météorologiques exécrables, seulement 162 équipes avaient jeté l'éponge avant l'épreuve.

**Villard-de-Lans, un terrain d'évolution plébiscité.**

En tête du peloton des épreuves nature qui connaissent un essor depuis plusieurs années, le Raid O'bivwak rencontre un succès constant, malgré une forte concurrence dans le registre de l'outdoor.

Parmi les collectivités territoriales (Région Rhône-Alpes, Conseil Général de l'Isère, Parc naturel régional du Vercors, Communauté de communes du Vercors, Ministère des sports, Villard de Lans) soutenant cette année O'Bivwak, la commune de Villard-de-Lans avait bien compris les atouts dont elle dispose pour attirer les pratiquants outdoor sur son territoire. Elle dispose déjà d'une station trail et s'engage aussi sur la Course d'Orientation. Aussi son soutien, son engagement, sa disponibilité furent total avant et pendant le Raid.

#### Une édition plus que ballottée par les intempéries

Après un départ donné sous une pluie battante et des rafales de vent incessantes, les concurrents ont évolué sous un ciel impitoyable.



Un départ sous une pluie battante



Des rafales de vent incessantes

La plupart s'est élancée dans la bonne humeur malgré une météo digne d'un mois de novembre. La remise des définitions effectuée sur la Colline des Bains, aux portes de Villard-de-Lans, confirmait que les conditions de course allaient être dantesques. Cartes et feuilles de définitions s'envolant au vent, capes de pluie dressées au-dessus des têtes des concurrents, équipes couchées à même le sol pour tenter de reporter les postes. Mais cahin-caha les équipes s'élançaient vers les forêts bien sombres. Puis peu à peu des équipes ruisselantes d'eau refluaient au village, au PC - Accueil du raid. O'bivwak connaissait les conditions les plus rudes de son existence. Matthieu Barthélémy, associé à Jean-Luc Chandezon sur le circuit A (2<sup>ème</sup> au classement) arrivé au bivouac en milieu d'après midi témoignait : « Sur les hauteurs de la station les conditions étaient exécrables, le grésil nous fouettait le visage, nous avançons courbés contre le vent, s'orienter dans ces conditions devenait difficile ».

En fin de journée, tandis que les équipes les plus téméraires avaient planté leur tente au bivouac et s'efforçaient de se réchauffer, la pluie redoubla de violence.

### Une décision pleine de sagesse et partagée par les concurrents

Rassemblés en réunion de crise, le comité d'organisation qui avait, avec le soutien constant de la commune de Villard-de-Lans, anticipé un plan de repli en cas de « mauvais temps », décidait en fin de journée d'évacuer le bivouac afin d'assurer la sécurité des concurrents. En trois heures, dans un calme étonnant, témoignage de la confiance des concurrents envers les organisateurs, ce fut 600 personnes rapatriées en bus mis à disposition par Villard de Lans, aux tennis couverts de Villard-de-Lans. A 23 heures l'opération était bouclée et peu à peu la nuit s'organisait dans ce nouveau bivouac inédit.

Dans la vaste halle couverte de tennis, l'ambiance était surréaliste. Le long d'un mur, des centaines de paires de chaussures alignées

séchaient tandis que leurs propriétaires marchaient avec des sacs plastiques aux pieds ou s'enveloppaient dans leur duvet, en quête de chaleur. Les filets de séparation des cours de tennis étaient transformés en séchoirs à vêtements. Au sol des rangées de raiders prêts à dormir ou en train de se ravitailler. La majorité des concurrents interrogés se félicitaient de cette décision prise par les organisateurs.



Des centaines de chaussures alignées

Ce que nous ont dit les concurrents dans le gymnase : « Vous avez pris la bonne décision. Tout notre soutien à toute l'organisation ». Ou encore : « Merci de ce souci pour nous, de notre côté nous imaginons l'état d'esprit résigné dans lequel les organisateurs doivent être. »

### L'édition 2013 finalement écourtée

Dans le même temps, le comité d'organisation réfléchissait au lendemain et explorait les moyens de faire courir malgré tout, une seconde étape. Mais devant les difficultés techniques que cette décision impliquait, le comité d'organisation a renoncé. L'annonce d'annuler le 2<sup>ème</sup> jour de raid fut elle aussi bien accueillie et comprise par les concurrents.

### Le raid O'bivwak 2013, une aventure humaine d'exception

Malgré une édition écourtée, le Raid O'bivwak 2013 aura tenu ses promesses et offert une aventure mémorable à tous les concurrents.



Les tennis transformés en séchoirs !

Dimanche, alors que le Mini-raid se poursuivait, les participants savouraient le repas d'après-course dans une atmosphère conviviale et encore humide ...

Mais le moment le plus fort fut celui de la remise des prix. Maintenu pour récompenser les concurrents de leur pugnacité et de leur soutien aux organisateurs, elle avait été avancée dans la matinée pour permettre aux concurrents un retour à domicile plus précoce. Ce ne sont pas moins de 300 personnes qui assistèrent à la remise des prix. Il régnait dans la halle des sports un climat très particulier : un mélange d'empathie se dégageait des concurrents présents, comme s'ils avaient voulu reconforter par cette attitude chaleureuse les bénévoles d'avoir fait le job et remercier la commune de Villard-de-Lans d'avoir aidé les organisateurs du Raid. L'esprit raid, ce n'est pas uniquement le plaisir de l'effort en pleine nature, l'aventure partagée et la convivialité. C'est aussi une grande capacité d'adaptation et, parfois, la prudence l'emporte sur la passion.

C'est la leçon de cette édition 2013 du Raid O'bivwak. Une édition magnifiée non pas par des conditions météorologiques hors du commun, mais par l'attitude profondément humaine de l'ensemble des acteurs.

Une édition qui a donné aux organisateurs et à tous les bénévoles de la Ligue Rhône Alpes encore plus d'énergie et de motivation pour l'édition 2014 qui se déroulera en Haute Savoie aux portes du Lac d'Annecy, sur le massif du Semnoz.



# VOS CARTES SUR DES SUPPORTS TOUS TERRAINS

Des matières incroyables !  
Des solutions infinies !  
Des délais très courts !  
Des impressions en haute résolution !



## DOSSARDS PERSONNALISÉS

Sans limite en nombre de couleurs, logos et visuels...



AIRXTREM

Tél. : 03.24.32.83.03