

Date : 13 mai 2018, de **8h30** à 16h30

Lieu de rendez-vous : parc régional de la Forêt Ouareau, secteur Massif

(<https://goo.gl/maps/ZPoV2T4fP9o>) **Frais d'entrée de 6,00\$ non inclus au coût de formation.**

La formation se veut une bonne introduction à l'orientation en randonnée pédestre. Durant la formation, il faut s'attendre à passer un minimum de 4 heures à l'intérieur d'un refuge pour les apprentissages plus empiriques. Une courte randonnée est aussi prévue et nous ferons l'expérience d'une marche hors sentier à la boussole.

Les objectifs de la formation

- Connaitre les bases de l'orientation
- Comprendre la carte topographique
- Comprendre la boussole
- Utilisation de la carte et de la boussole
- Introduction à la navigation sur le terrain

**MATÉRIEL SPÉCIFIQUE À LA FORMATION À APPORTER**

- Papier
- Crayon
- Règle de 30 cm
- Boussole (voir annexe)
- Carte topographique du secteur

**MATÉRIEL DE RANDONNÉE**

- Sac à dos d'un jour (35 litres)
- Souliers d'activité physique ou bottes de marche
- 2 litres d'eau
- Coupe vent imperméable
- Chandail chaud
- T-shirt
- Paire de bas supplémentaire
- Petite tuque
- Lampe frontale
- Sifflet
- Collations et lunch
- Un peu de papier de toilette (toilettes sèches sur place)
- Petite trousse de premier soin

## Annexe : La Boussole

Plusieurs modèles sont disponibles sur le marché et il n'est pas toujours facile de s'y retrouver. Je vous recommande l'achat de l'un des deux modèles suivants :

### A) Boussole à plateau : A-10 de Suunto, Field, Ranger ou Polaris de Silva

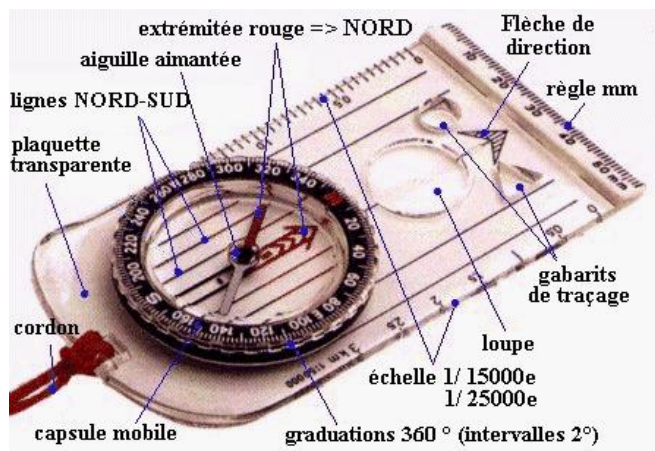
C'est véritablement le modèle de base classique. C'est une bonne boussole de base mais elle possède deux points faibles, la visée est difficile à faire et il n'y a généralement pas d'ajustement possible de la déclinaison magnétique, ce qui amène un peu plus de réflexion dans son utilisation. Mais le prix est imbattable!

### B) Boussole avec miroir de visée : Expédition S ou Trekker de Silva et autres...

Modèle plus facile d'utilisation qui possède souvent un ajustement à vis pour la déclinaison magnétique. Toutefois, le prix est plus élevé que les modèles précédents.

### Conseils d'achat :

- Ne pas acheter de boussole en mils, le cadran de la boussole doit indiquer des degrés (de 0 à 360°). Les boussoles en mils affichent des chiffres de 0 à 6 400 indiqués à intervalle de 200 mils, une boussole d'utilisation militaire (OTAN). Ça devient vite compliqué dans un cours de changer d'un système à l'autre.
- Achetez une boussole avec un cadran gradué à intervalle de 2° voir l'exemple ci-dessous :



### Vous avez déjà une boussole ?

C'est bien! Mais vérifiez qu'il n'y ait pas une bulle de plus de 1 cm de diamètre dans le liquide (huile minérale) où flotte l'aiguille aimantée de la boussole.