Une carte et des skis

Autor(en): **Eggspühler, Roland**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : la revue d'éducation physique et de sport**

Band (Jahr): **4 (2002)**

Heft 6

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-995987

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Une carte et des

Comme son nom l'indique, la CO à ski consiste à réaliser une course d'orientation sur un réseau de pistes de ski de fond. Cette activité physique et ludique à la fois, simple à organiser, donne une touche colorée à un sport souvent boudé par les jeunes.

Roland Eggspühler

La course d'orientation à ski est un sport de compétition international, très populaire en Scandinavie et dans les pays de l'est. Le CIO suit son évolution avec intérêt. Elle ne figurera pas encore au programme des Jeux Olympiques de 2006, mais pourrait faire son entrée lors des Jeux suivants. Consciente de cette opportunité, la fédération internationale de CO déploie de grands efforts pour diffuser cette pratique hors des frontières européennes. Chez nous, il faut bien avouer qu'elle évolue plutôt dans la confidentialité, surtout en Suisse romande. Depuis quelques années cependant, nos compatriotes figurent en bonne place dans l'élite internationale, notamment avec l'athlète grison Lukas Stoffel, classé 7e aux championnats du monde de 1994 et le prometteur Argovien Peter Mosimann.

Les chemins de traverse

Contrairement à la CO à VTT, qui interdit de quitter les chemins balisés, les fondeurs ont le droit d'emprunter des raccourcis, de «couper» dans le jargon de la CO. Mais si la traversée d'un manteau poudreux est une expérience fabuleuse, elle reste toutefois exceptionnelle au niveau de la compétition. Les organisateurs de CO à ski veillent en effet à ce que les itinéraires coupés ne soient pas plus rapides. Comparé à une CO normale en été, le choix de l'itinéraire est plus facile pour une CO à ski. Il ne pose jamais de problème insurmontable, même pour un débutant, ce qui en fait une activité accessible à tous.

Alternative pour les camps de neige

Depuis quelques années, la CO à ski remporte un franc succès aux Jeux Nordiques, organisés par Swiss Ski, en tant que sport de démonstration. Dans les camps de ski, elle offre une variante ludique au ski de fond, peu populaire auprès des jeunes. Il faut souvent s'armer de patience pour les convaincre des attraits et des qualités de cette discipline, très proche de la nature. Par son aspect ludique, la CO à ski offre un compromis idéal, car elle sollicite non seulement les jambes, mais aussi la tête. Son côté «aventure» plaît beaucoup aux jeunes.

Par ailleurs, la CO à ski est très facile à organiser dans le contexte du camp de ski. Il suffit de «bricoler» une carte de CO et de placer quelques postes de contrôle sur le terrain. Une carte spéciale conforme aux normes internationales n'est pas nécessaire à ce niveau. Un simple croquis, un plan des pistes à vol d'oiseau ou la photocopie d'une carte à l'échelle 1:25 000 sur laquelle on aura reporté les pistes font amplement l'affaire. Il suffit ensuite de glisser la carte dans une fourre en plastique de format A4 et de l'attacher autour du cou à l'aide d'un cordon.

Les coureurs plus chevronnés utiliseront de préférence un support de carte spécial pour CO à ski, afin de lire la carte sans ralentir leur course. m

Les CO à ski en Suisse 2002/2003

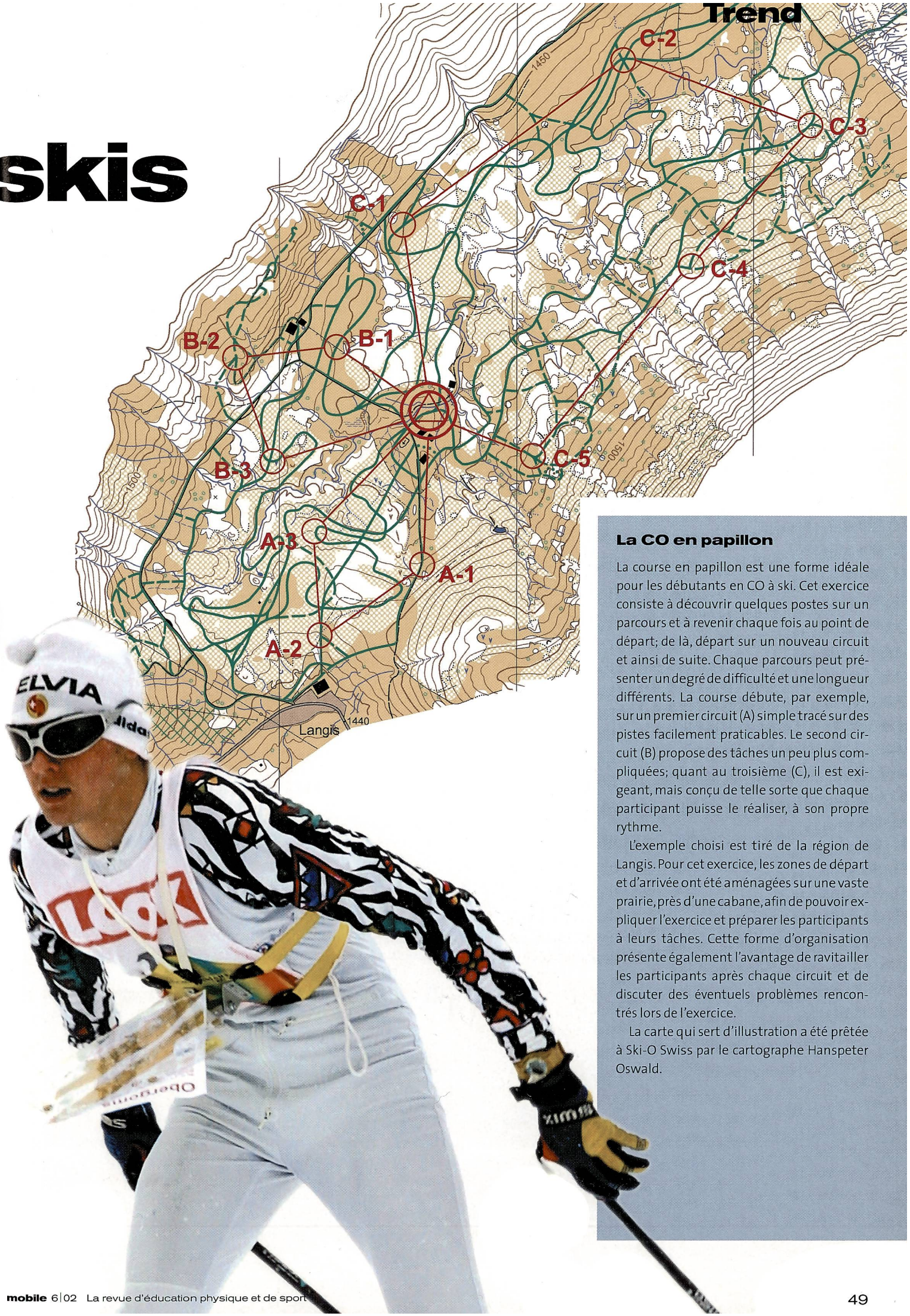
Sa, 21.12. 2002	Championnat suisse 2002, Bachtel
Di, 22.12. 2002	CO à ski de Bachtel
Di, 29.12. 2002	CO à ski de Goms
Sa, 25.01. 2003	Championnat suisse 2003, Sparenmoos
Di, 26.01. 2003	CO à ski de Sparenmoos
Sa, 08.02. 2003	3e CO à ski de Davos

La CO à ski sur internet

Sport populaire: www.solv.ch/ski-ol
Sport d'élite: www.solv.deimos.ch

Roland Eggspühler, journaliste spécialiste de la CO, dirige avec sa compagne Cornelia Hänggi le bureau d'architecture et de communication a2plus. Il a participé en 1992 aux championnats du monde de CO à ski et aux Universiades de 1995.
Adresse e-mail: roland.eggspuehler@a2plus.ch

skis



La CO en papillon

La course en papillon est une forme idéale pour les débutants en CO à ski. Cet exercice consiste à découvrir quelques postes sur un parcours et à revenir chaque fois au point de départ; de là, départ sur un nouveau circuit et ainsi de suite. Chaque parcours peut présenter un degré de difficulté et une longueur différents. La course débute, par exemple, sur un premier circuit (A) simple tracé sur des pistes facilement praticables. Le second circuit (B) propose des tâches un peu plus compliquées; quant au troisième (C), il est exigeant, mais conçu de telle sorte que chaque participant puisse le réaliser, à son propre rythme.

L'exemple choisi est tiré de la région de Langis. Pour cet exercice, les zones de départ et d'arrivée ont été aménagées sur une vaste prairie, près d'une cabane, afin de pouvoir expliquer l'exercice et préparer les participants à leurs tâches. Cette forme d'organisation présente également l'avantage de ravitailler les participants après chaque circuit et de discuter des éventuels problèmes rencontrés lors de l'exercice.

La carte qui sert d'illustration a été prêtée à Ski-O Swiss par le cartographe Hanspeter Oswald.