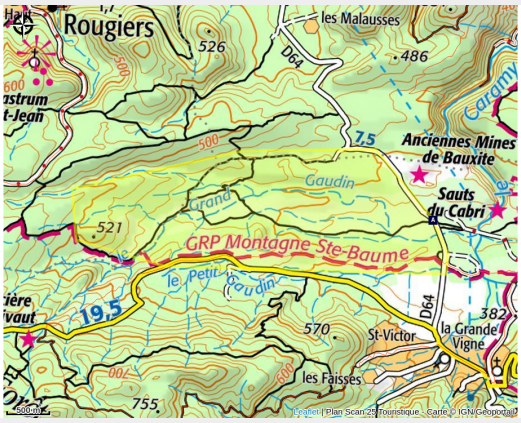
# Espace Sport d'Orientation (ESO) MAZAUGUES & ROUGIERS

CA PROVENCE VERTE






Au cœur du Parc naturel régional de la Sainte Baume, partez à la découverte d'un espace sports d'orientation accessible à tous les niveaux.

## Infos pratiques

Pratique : Course d'orientation

Type : Course d'orientation

Échelle de cotation :

- Débutant : Vert
- Facile : Bleu
- Moyen : Jaune
- Difficile : Orange

Thèmes : Balade en famille, Faune, Flore, Histoire et patrimoine

# Description

Composé de 105 postes permanents, cet Espace sports d'orientation accueille tous les niveaux de parcours sportifs de course d'orientation. Attention, il y a deux points de départ comme indiqué sur la carte.

Sur le site, vous trouverez :

- 4 parcours d'interprétation (1 pour les plus jeunes + 3 parcours loisirs)
- 4 parcours sportifs de difficulté croissante.
  Afin d'obtenir de nombreuses explications sur ce que vous pourrez rencontrer sur ces parcours (faune, flore, patrimoine…), vous pouvez vous procurer deux livrets (tomme 1 et 2) payants à l'office de Tourisme Provence Verte & Verdon www.provenceverteverdon.fr

**Pour vous initier, le tracé de 2 parcours d'interprétation est disponible gratuitement sur cette page (faire défiler les photos)**.
Ces parcours sont mis à votre disposition par le Département du Var et le Comité départemental de course d'orientation. Pensez donc à enregistrer l'image avant de venir.

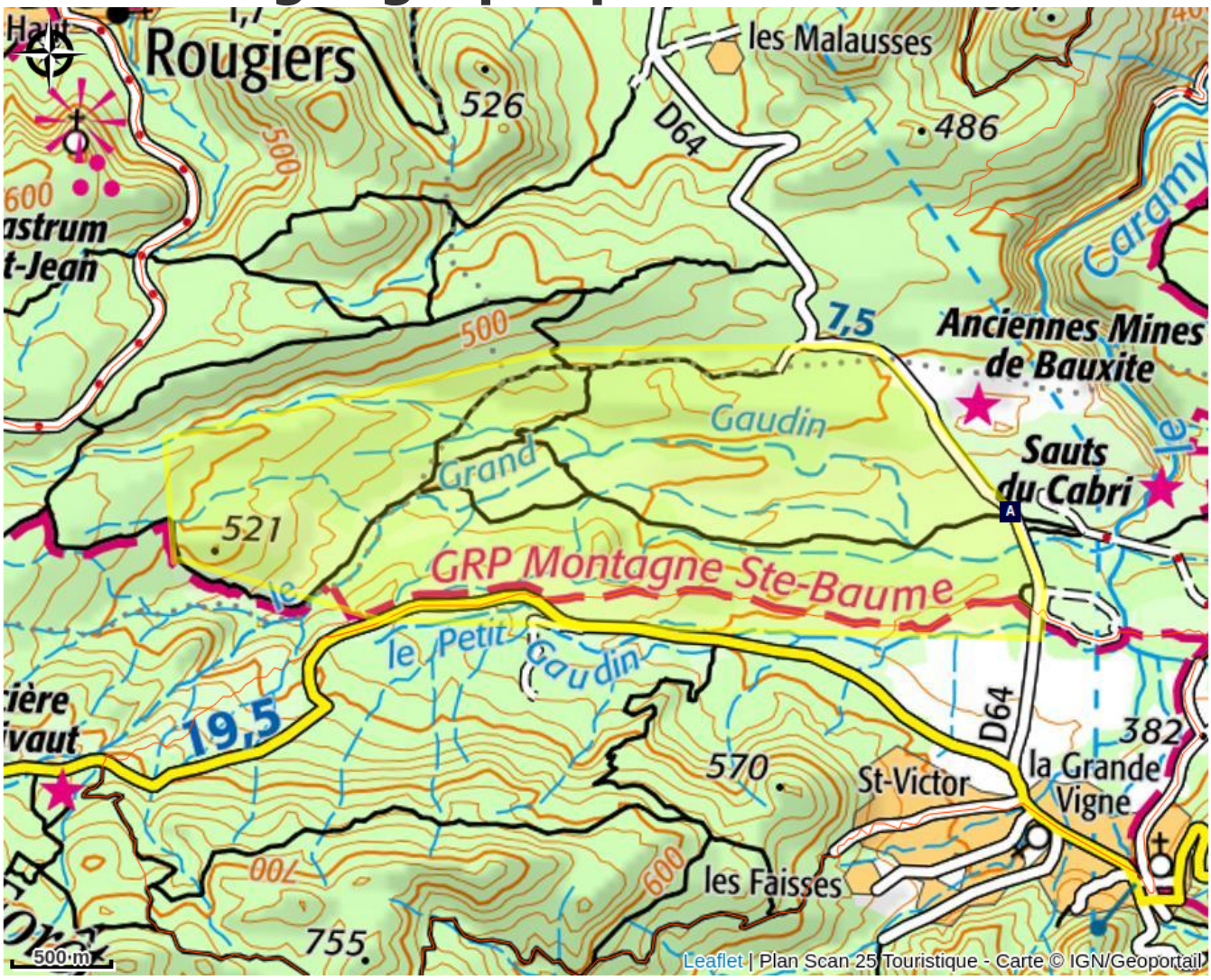
Selon le parcours que vous avez choisi, le temps d'activité s'échelonne entre 1h30 et 3h, chaque parcours se composant d'une table d'information toutes les trois balises. Les informations sur la table vous permettront de répondre à la question de chacune des balises.
Certains parcours peuvent se faire en VTT (se rapprocher du comité sportif).

**Premier point de départ : parcours Figurine et Eau.**
Le parcours Figurine a été élaboré pour les tout-petits sur une carte simplifiée, avec 12 balises à trouver (1 km à vol d'oiseau) pour une durée d'environ 45 minutes.
Le parcours Eau est idéal pour les débutants, avec ses 12 balises à trouver (2,5 km à vol d'oiseau) pour une durée d'environ 1h.

**Second point de départ : parcours Activités humaines et Faune et flore.**
Le parcours Activités humaines est fait pour les sportifs avertis, avec 14 balises à trouver (4,5 km à vol d'oiseau) pour une durée d'environ 2h30.
Enfin, le parcours Faune et flore est uniquement réservé aux sportifs chevronnés, avec 21 balises à trouver (5 km à vol d'oiseau) pour une durée d'environ 3 h.

Si vous souhaitez approfondir l'activité, les cartes des parcours sportifs de niveau vert, bleu, rouge et noir sont disponibles en contactant le Comité départemental de course d'orientation du Var.

# Situation géographique



# Toutes les informations pratiques

## ⚠ Les recommandations

- Pensez à vous munir des cartes des parcours avant votre visite auprès de l'Office de Tourisme Provence Verte & Verdon.
- La veille de votre activité, pensez à consulter la météo locale.
- Consulter la vigilance incendie https://www.risque-prevention-incendie.fr/var L'accès au site est interdit en cas de fermeture des massifs par arrêté préfectoral.
- D'autres loisirs se pratiquent en forêt. Soyez vigilant et adaptez votre vitesse et votre comportement à la situation.
- Les enfants sont sous la surveillance des parents ou des accompagnants respectifs.
- Respectez les trames "zone interdite" ou "chemin interdit" signalées sur votre carte. En cas de doute, contourner ces zones.
- Certaines espèces sont protégées, leur cueillette est interdite. En fonction du calendrier écologique, le site peut-être partiellement ou totalement fermé.
- La responsabilité des usagers est engagée si les règles de sécurité de base ne sont pas respectées.
- Merci de respecter le matériel et de signaler tout dysfonctionnement.

**Equipement :**
Chaussures et tenue sportive adaptée
Eau, petites provisions
Casquette, protection solaire / Vêtements de pluie

## Accessibilité

Parcours difficilement accessible aux personnes à mobilité réduite (PMR).

## Lieux de renseignement

**Comité Départemental de Course d'Orientation**
133 Bd Général Brosset, 83200 TOULON

contact@cdco83.fr
Tel : 06 02 38 68 84
http://cdco83.fr/

**Office de Tourisme Intercommunal Provence Verte et Verdon Tourisme**
Carrefour de l'Europe, 83170 BRIGNOLES

contact@provenceverteverdon.fr
Tel : 04 94 72 04 21
https://www.la-provence-verte.net/ot_brignoles/