

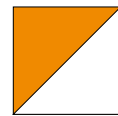
## Quelques consignes :

PARC DE LA COUESTE

Échelle : 1/10 000  
Équidistance : 10 m

TOUT PUBLIC

- toujours bien orienter sa carte, pour cela, votre carte est orientée plein nord, une flèche sur le côté gauche vous le rappelle
- faire donc correspondre le nord de votre carte, avec le nord réel
- si vous n'avez pas de boussole, le Garlaban est plein nord
- l'échelle de votre carte est au 1/10 000, un cm sur la carte correspond donc à 100 m sur le terrain

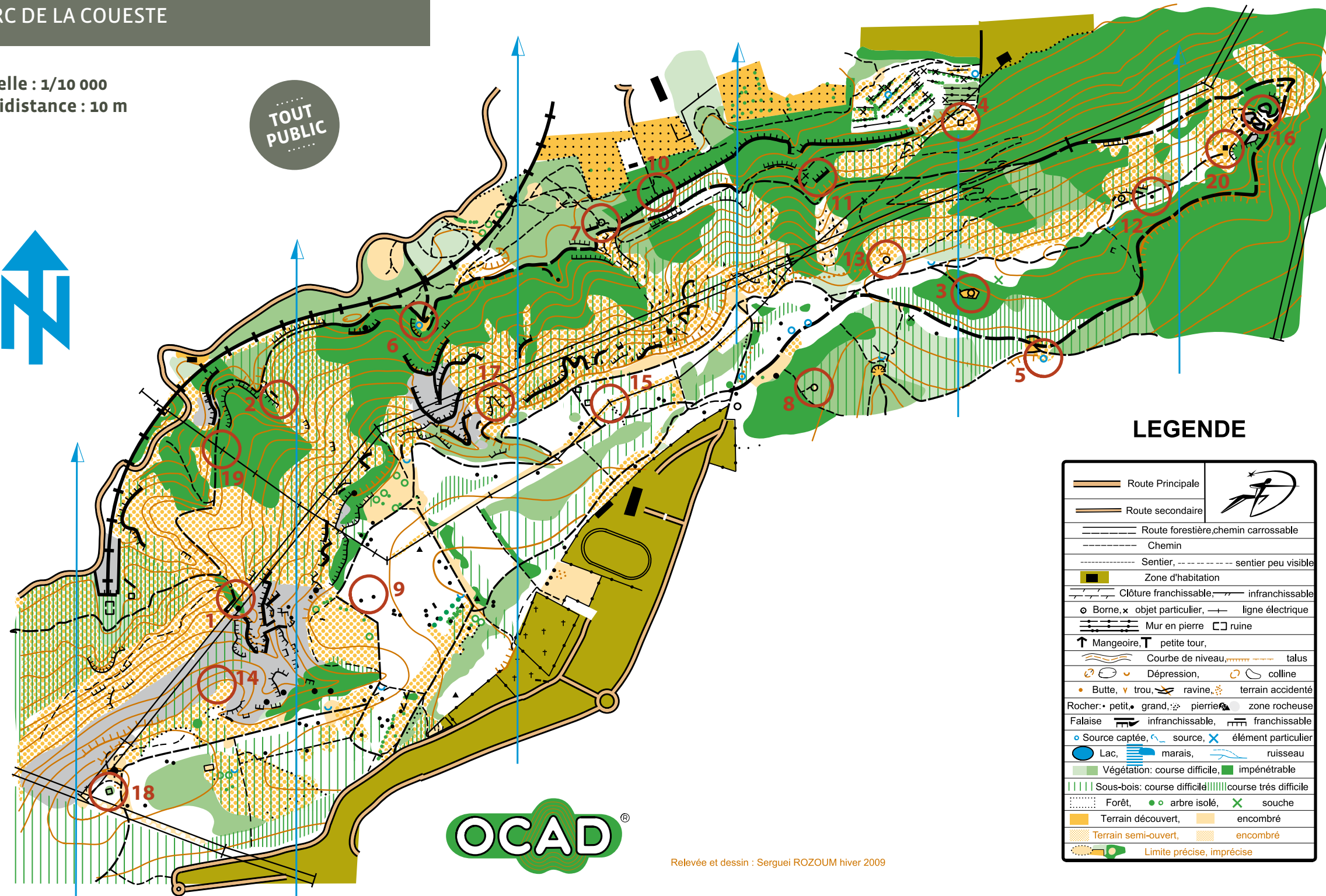


**Balise plastique orange et blanche de dimension 15x15 cm.**

Les balises sont situées exactement au centre des cercles qui les représentent sur la carte.

### Définitions des postes :

- 1 - Pied de falaise
- 2 - Pied de falaise angle sud-est
- 3 - Citerne angle nord
- 4 - Réservoir angle sud-est
- 5 - Abreuvoir
- 6 - Citerne face sud
- 7 - Borne
- 8 - Est de la cabane
- 9 - Rocher
- 10 - Pied de falaise
- 11 - Pied de falaise angle sud-ouest
- 12 - Arbre isolé
- 13 - Arbre sud du point de vue
- 14 - Arbre isolé
- 15 - Pylône
- 16 - Chemin entre les falaises
- 17 - Arbre en haut de la falaise
- 18 - Nord du bâtiment
- 19 - Pylône
- 20 - Arbuste est de la tour



Relevée et dessin : Serguei ROZOOM hiver 2009

## Base sport-nature de La Coueste à Aubagne

### Les parcours d'orientation



*L'esprit des collines*



## Apprendre à s'orienter, qui n'y a jamais songé ?

BOIS DE L'ESPALÈRES

Échelle : 1/2000  
Équidistance : 5 m

TOUT PUBLIC

### LEGENDE

	Route Principale		Route forestière, chemin carrossable
	Route secondaire		Chemin
	Sentier, sentier peu visible		Zone d'habitation
	Clôture franchissable		Clôture infranchissable
	Borne, x objet particulier		Ligne électrique
	Mur en pierre		Ruine
	Mangeoire		Petite tour
	Courbe de niveau		Talus
	Dépression		Colline
	Butte, y trou, ravine		Terrain accidenté
	Rocher: petit, grand, pierre		Zone rocheuse
	Falaise infranchissable		Falaise franchissable
	Source captée		Source
	Lac		Marais
	Ruisseau		Végétation: course difficile
	Végétation: course très difficile		Végétation: impénétrable
	Forêt		Arbre isolé
	Souche		Terrain découvert
	Terrain semi-ouvert		Terrain encombré
	Limite précise, imprécise		

Apprendre à s'orienter vous permettra plus de facilité dans la vie de tous les jours, ne serait-ce que pour vous situer dans une ville, et vous rendre d'un point A à un point B.

#### Quelques consignes :

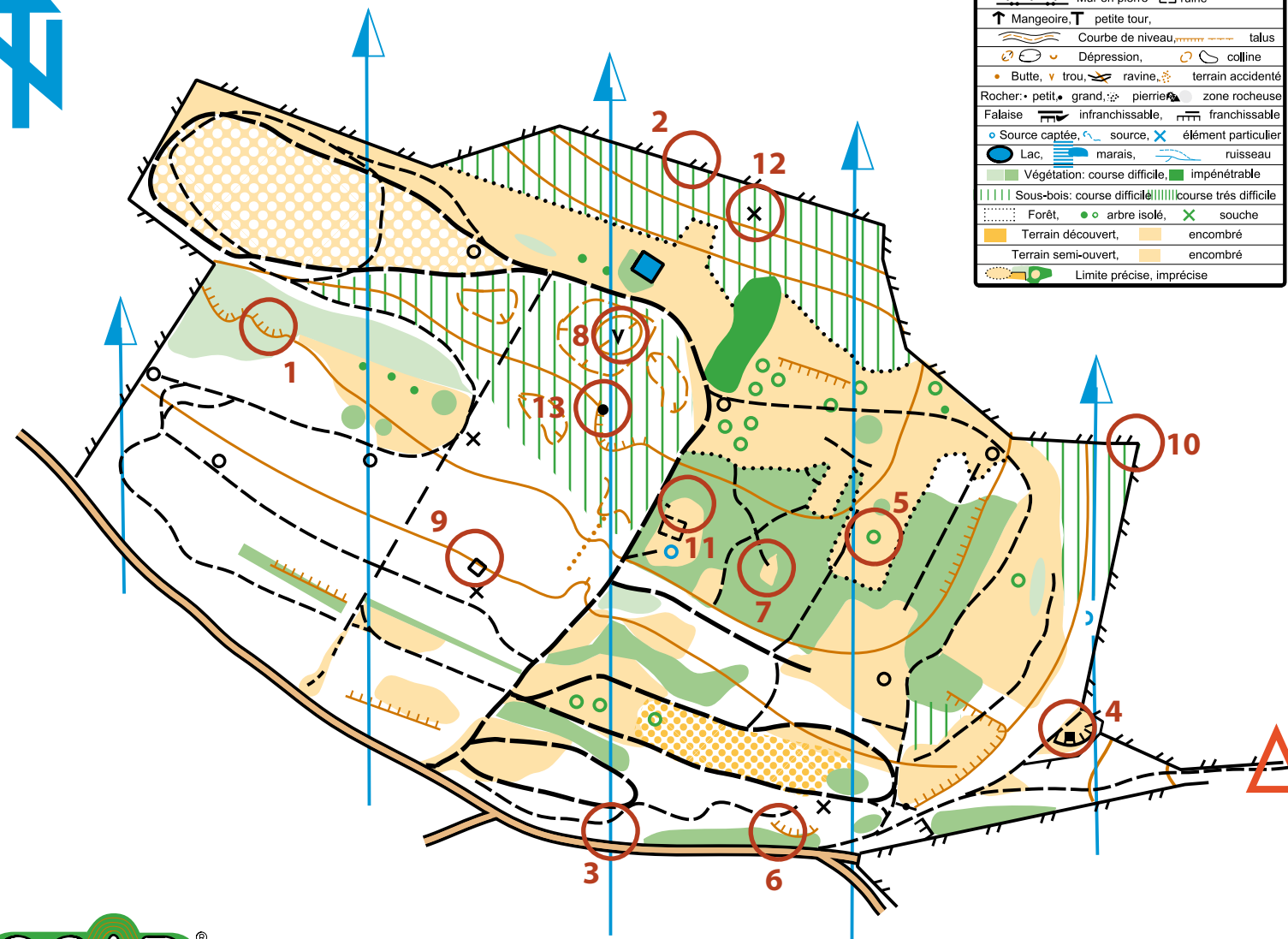
- toujours bien orienter sa carte, pour cela, votre carte est orientée plein nord, une flèche sur le côté gauche vous le rappelle
- faire donc correspondre le nord de votre carte, avec le nord réel
- si vous n'avez pas de boussole, le Garlaban est plein nord
- l'échelle de votre carte est au 1/2000, un cm sur la carte correspond donc à 20 m sur le terrain

Afin de vous situer, le triangle correspond à l'entrée du parc, côté parking du parc de la Coueste.

**Balise plastique orange et blanche de dimension 15x15 cm.** Les balises sont situées exactement au centre des cercles qui les représentent sur la carte.

#### Définitions des postes :

- |                               |                               |
|-------------------------------|-------------------------------|
| 1 - Trou                      | 11 - Angle nord-est clairière |
| 2 - Clôture                   | 12 - Poteau métallique        |
| 3 - Rocher                    | 13 - Borne                    |
| 4 - Pied ouest falaise        |                               |
| 5 - Arbre isolé               |                               |
| 6 - Sud butte                 |                               |
| 7 - Angle sud-ouest clairière |                               |
| 8 - Trou                      |                               |
| 9 - Angle nord-est ruine      |                               |
| 10 - Angle clôture            |                               |



OCAD®

Relevée et dessin : Serguei ROZOOM hiver 2009

## Informations pratiques

### Accès aux massifs forestiers

L'accès aux sentiers pédestres, soumis à l'arrêté préfectoral, est réglementé du 1<sup>er</sup> juin au 30 septembre. Pour connaître les conditions d'accès, pour le département des Bouches-du-Rhône, vous pouvez appeler le 0811 20 13 13 (coût appel local) ou consulter le site suivant [www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr](http://www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr)

Les prévisions météorologiques vous sont communiquées par l'Office de tourisme intercommunal la veille pour le lendemain dès 17h30 au 04 42 03 49 98.

### Règles de sécurité et de respect de l'environnement

Au cœur du bois de l'Espalères, il est nécessaire de préserver cet espace naturel exceptionnel :

- pour accéder sur les lieux, privilégier les transports en commun ou les modes doux (vélo ou à pied)
- rester sur les chemins balisés
- respecter la tranquillité des résidents et riverains
- tenir son chien en laisse
- ne pas jeter papiers et débris
- la cueillette et les feux sont interdits
- les véhicules motorisés sont interdits

### Accès à la base

L'entrée de la base nature se trouve sur le parking de la Coueste, chemin des Espillières à Aubagne. Vous pouvez vous y rendre :

- **En voiture :** accédez jusqu'au parking de la Coueste situé sur le chemin des Espillières. Attention le nombre de places est limité.
- **En bus :** empruntez la ligne 101 (transport à la demande), descendre à l'arrêt « Centre aéré des Espillières » puis marcher environ 400 mètres sur le chemin des Espillières pour accéder au parking.

tél : 0 800 10 52 80 (appel gratuit depuis un poste fixe)

tél : 04 42 70 28 01 (n° conseillé depuis un mobile)

Du lundi au samedi, de 6h45 à 19h.

Les bus de l'agglomération sont gratuits.

Retrouvez les horaires sur [www.bus-agglo.fr](http://www.bus-agglo.fr)

[www.tourisme-paysdaubagne.fr](http://www.tourisme-paysdaubagne.fr)

Pays d'Aubagne  
et de l'Étoile  
Office de Tourisme Intercommunal

ANATOME 2014

Attention, les balises peuvent être placées en hauteur afin d'éviter de se les faire enlever !