

Qu'est-ce que la course d'orientation?

Eric Bucher, orfèvre en la matière, nous renseigne

Pour nous parler de la course d'orientation (CO), j'ai rencontré un super-passionné pour tout ce qui touche au sport et particulièrement à la course d'orientation. Eric Bucher a habité de nombreuses années à Zurich. En 1963, après un voyage en Suisse romande et à la sortie du tunnel de Chexbres, il trouva la région si belle qu'il s'installa à Lausanne, comme graphiste. Avec un diplôme de moniteur J+S en poche, il a fait profiter de très nombreux athlètes de son expérience de coureur à pied et de son sens pédagogique. A la création du Footing-Club Lausanne par Raymond Corbaz, Eric n'était qu'un simple coureur à pied; par la suite, il est devenu responsable d'un groupe lors des entraînements au Chalet-à-Gobet. En parallèle, il a touché à de nombreux sports qu'il pratique toujours.

Philippe Rochat: Eric, peux-tu nous dire depuis quand tu as le virus de la CO?

Eric Bucher: J'ai fait ma première course d'orientation en 1954 à Zurich.

Je me suis tout de suite senti à l'aise dans ce genre d'épreuves et me suis lancé à fond dans la CO, ce qui complétait parfaitement ma condition physique pour les courses sur route et les cross.

Ph. Rt: Peux-tu nous rappeler les principes de la CO?

E. B.: Les coureurs d'orientation utilisent une carte détaillée et une boussole pour trouver des postes dans la nature. Une CO classique consiste à relier une série de postes marqués par des cercles rouges numérotés sur la carte de course, dans l'ordre, cela du départ à l'arrivée, dans un temps chronométré. En arrivant au poste, le coureur utilise une pince se trouvant sur place et poinçonne une carte de contrôle dans la case correspondante. Depuis quelques années, la «pince» a été remplacée par un contrôle électronique très sophistiqué, qui permet aux participants de connaître leur temps d'un poste à l'autre. Le trajet entre chaque point n'est pas imposé et est

au libre choix de l'orienteur. Ce procédé se nomme: le choix de cheminement.

Ph. Rt: Peux-tu nous faire un peu d'histoire de la course d'orientation?

E. B.: 1850: naissance de la CO en Scandinavie dans les milieux militaires. 13 mai 1897: près de Bergen, en Norvège, a lieu la première «Course d'orientation». 19 mai 1933: première épreuve suisse, près de Zurich. 1966: premier Championnat du monde, en Finlande. 1976: fondation du club **CO Lausanne-Jorat** (actuellement une soixantaine de membres). 1990: fondation du club **Care-Vevy Orientation**. 2002: Coupe du monde à Fribourg et Lausanne (Vidy). 2003: Championnat du monde en Suisse (Rapperswil), où la Suisse gagne cinq médailles d'or, une d'argent et une de bronze. En 2009: en Hongrie, les Suisses ont encore gagné neuf médailles, dont trois en or!!!

Ph. Rt: Combien y a-t-il d'épreuves en Suisse et quelles seront les plus importantes ces prochaines années?

E. B.: Il y a environ une centaine de courses par année dans notre pays. Du 31 juillet au 7 août 2010, notre pays organisera les championnats du monde pour vétérans (dès 35 ans) à Neuchâtel et à La Chaux-de-Fonds. Du 14 au 22 juillet 2012, les championnats du monde, toutes catégories, auront lieu à Lausanne, avec des sites au parc Bourget à Vidy, au Chalet-à-Gobet et un déplacement à La Givrine.

Ph. Rt: Eric, tu participes encore à quelques épreuves. Quelle est la course qui t'a laissé un bon souvenir?

E. B.: C'était l'année dernière à Venise, lors de cette CO très spéciale. Le plus difficile était de trouver les ponts pour traverser les différents canaux, ce qui rallongeait considérablement le parcours. Mais je m'en suis bien sorti et j'ai gagné dans ma catégorie. Je participe encore maintenant à une trentaine de courses par année.

Ph. Rt: Quelle est la règle primordiale à respecter pour les orienteurs?

E. B.: Pour préserver les cultures et les forêts, les compétiteurs ont l'interdiction de passer à certains endroits, zones hachurées en rouge sur notre carte de course, sous peine de disqualification.

Ph. Rt: Eh bien, Eric, je te remercie pour toutes ces informations, lesquelles vont intéresser nos lecteurs et faire, peut-être, de nouveaux adeptes de la course d'orientation. ●

Pour tous renseignements:
www.colj.ch

Philippe Rochat

Dimanche 18 avril 2010



Le décor est somptueux, le parcours varié. Il traverse les ponts, longe le Rhône et l'Arve. Cette course a déjà tout d'une grande!

Un parcours «coureurs» de 9,7 km pour toutes les catégories et un parcours «marcheurs» de 8,3 km



Renseignements et inscriptions:
www.chp-geneve.ch ou 079 233 19 77



(photo RG - www.colli.ch)

L'orientation pour les amateurs comme pour les champions. Martial de Montmollin dans les bois du Jorat sur Lausanne.

Coueurs d'orientation... coueurs au rabais?

Nous n'en entendons pas beaucoup parler dans le milieu de la course hors stade. Certes, les coueurs d'orientation ne sont qu'une variété, voire une sous-espèce de sportifs qui se complaît à traquer les champignons dans l'anonymat des régions boisées de Suisse alémanique. Cette activité sans reconnaissance olympique – encore heureux! – n'est-elle pas qu'une scorie nostalgique de disciplines scouts et militaires? Une opinion à réviser.

Occasion sans doute unique pour le canton de Vaud, c'est à Lausanne que revient d'organiser les championnats du monde de course d'orientation en 2012. Serons-nous de la cohorte de volontaires qui sera nécessaire à la mise sur pied de cette fête?... Il sera encore temps d'y songer. Le bref constat qui suit a pour but de mettre la «CO» à sa juste place: celle d'un sport de compétition qui exige des champions, outre les qualités mentales et techniques propres, des aptitudes athlétiques de tout premier plan.

La Bernoise **Simone Niggli-Luder**, la

sportive la plus titrée de l'histoire de la CO (15 fois l'or au niveau mondial) est notre Roger Federer au féminin. Elle a été sacrée sportive suisse de l'année à trois reprises (Federer quatre fois), raison pour laquelle son nom commence à être connu même en terres romandes. Lorsque son calendrier le permet, elle fait un peu d'athlétisme, en manière d'étalonnage, et elle remporte les championnats suisses de cross long 2005 et 2006. **Marc Lauenstein**, vous connaissez? Ce Neuchâtelois, médaillé mondial en CO, a remporté le championnat du monde de la montagne longue distance en 2009, en battant Jonathan Wyatt (simplement le recordman néo-zélandais de

Sierra-Zinal et du marathon de la Jungfrau) et tous les Kenyans. **David Schneider** de Saint-Gall, souvent dans les cinq premiers classés aux championnats du monde CO, a été vice-champion suisse de cross en 2005 et champion suisse de la montagne en 2006 et 2007; il gagne la course militaire de Frauenfeld (par la même occasion son premier marathon) à son premier essai. Parmi les plus anciens, l'orienteur bernois **Christian Aebersold** détient le premier record de la montée du Niesen (11.674 marches) et s'est classé 3^e et 5^e du marathon de la Jungfrau dans les années nonante, une épreuve dont la fribourgeoise **Marie-Luce Romanens**, championne du monde de CO courte distance en 1995, détient le record féminin encore aujourd'hui en 3h 21'03".

Arrêtons là et laissons ces athlètes retourner à leurs chères forêts, salués à distance avec une discrète admiration. Comme il leur est facile de se mesurer à nous dans notre propre jardin, quand et où ça leur chante! L'inverse est une autre affaire... Reconnaissons que l'entraînement propre à leur spécialité confère à l'élite des orienteurs, dans un registre très spirituel, des qualités d'endurance remarquables en terrain accidenté et en montagne. ● **Jacques Décombaz**

LU POUR VOUS

Des Etats-Unis!!!

La fête des filles à San Francisco

Il est 7 heures du matin. Le temps est frais, le soleil pas encore levé. Des milliers de femmes envahissent les rues de San Francisco pour prendre le départ de la 6^e édition du Nike Women's Marathon. 20.000 partants (17.308 classés), 50 Etats américains et 25 pays représentés pour cette épreuve à but caritatif, qui a récolté 14 millions de dollars au profit d'une œuvre luttant contre la leucémie et les cancers du sang.

Sur un parcours pas facile, comportant quelques belles côtes, le peloton a pu découvrir la ville, le port et les bords du Pacifique, mais malheureusement pas le Golden Gate Bridge, caché dans la brume. A l'arrivée, des milliers de spectateurs enthousiastes et des hommes en smoking qui accueillaient toutes les concurrentes pour leur offrir un bijou signé Tiffany en guise de médaille. Une superbe conclusion pour une épreuve hors du commun où quelques coueurs masculins étaient «invités». ●

Marathon:

3910 classés dont 262 hommes

Semi-marathon:

13.398 classés dont 680 hommes

Où encore...

Destituée de son titre pour avoir utilisé son iPod

A 27 ans, Jennifer Goebel a remporté le marathon de Lakefront, le 5 octobre dernier, mais a perdu son titre pour avoir... utilisé son iPod afin d'écouter de la musique entre le mile 19 et le mile 21 (30,5 km et 33,8 km). En effet, le jury a considéré que c'était une forme de dopage. Rappelons que le règlement de la fédération d'athlétisme américaine précise que les compétiteurs ne sont pas autorisés à utiliser des appareils électroniques durant leur course!!! ● **Ph. Rt**