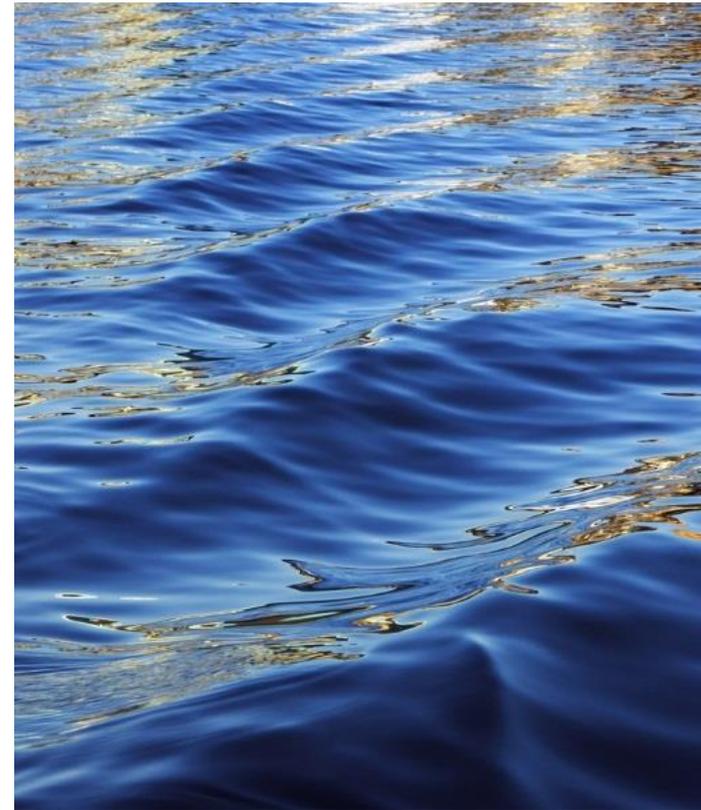
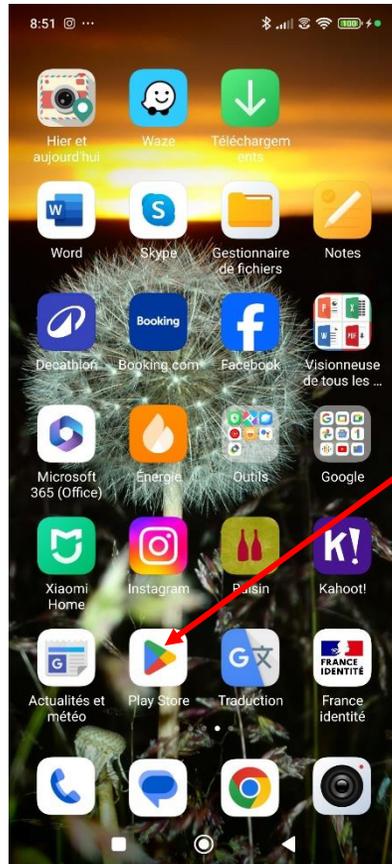


# Openrunner pour les « nuls »

RPVO – Dominique et Isabelle



# Télécharger l'application Openrunner

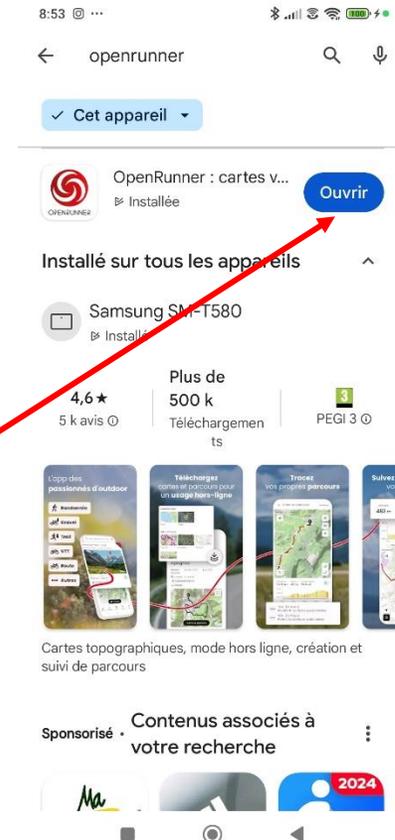


Sur Android  
- aller sur Play Store

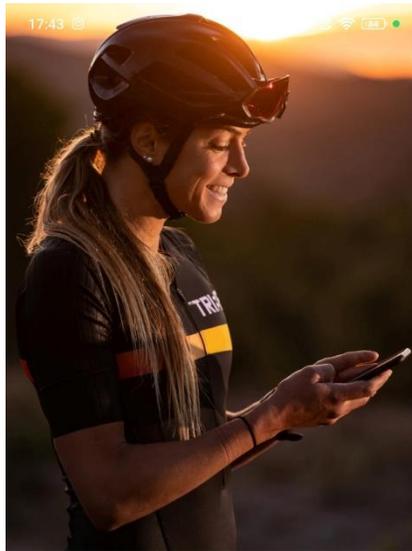
Sur Iphone  
- Aller sur IStores

Chercher Openrunner  
Cliquez sur : Installer

Puis ouvrir



# Créer un compte puis se connecter



Rejoignez une communauté  
de passionnés !

Inscription gratuite

Déjà un compte ? [Connexion](#)



17:43 @ [signal] [wifi] [84%]

<

## Créer un compte

Pour accéder à plus de fonctionnalités  
et rejoindre une communauté de  
passionnés.

✉ Email

**Continuer**

ou

f Continuer avec Facebook

G Continuer avec Google



17:43 @ [signal] [wifi] [84%]

<

## Connexion

✉ Email

🔒 Mot de passe

[Mot de passe oublié ?](#)

**Se connecter**

Pas encore de compte ? [S'inscrire](#)

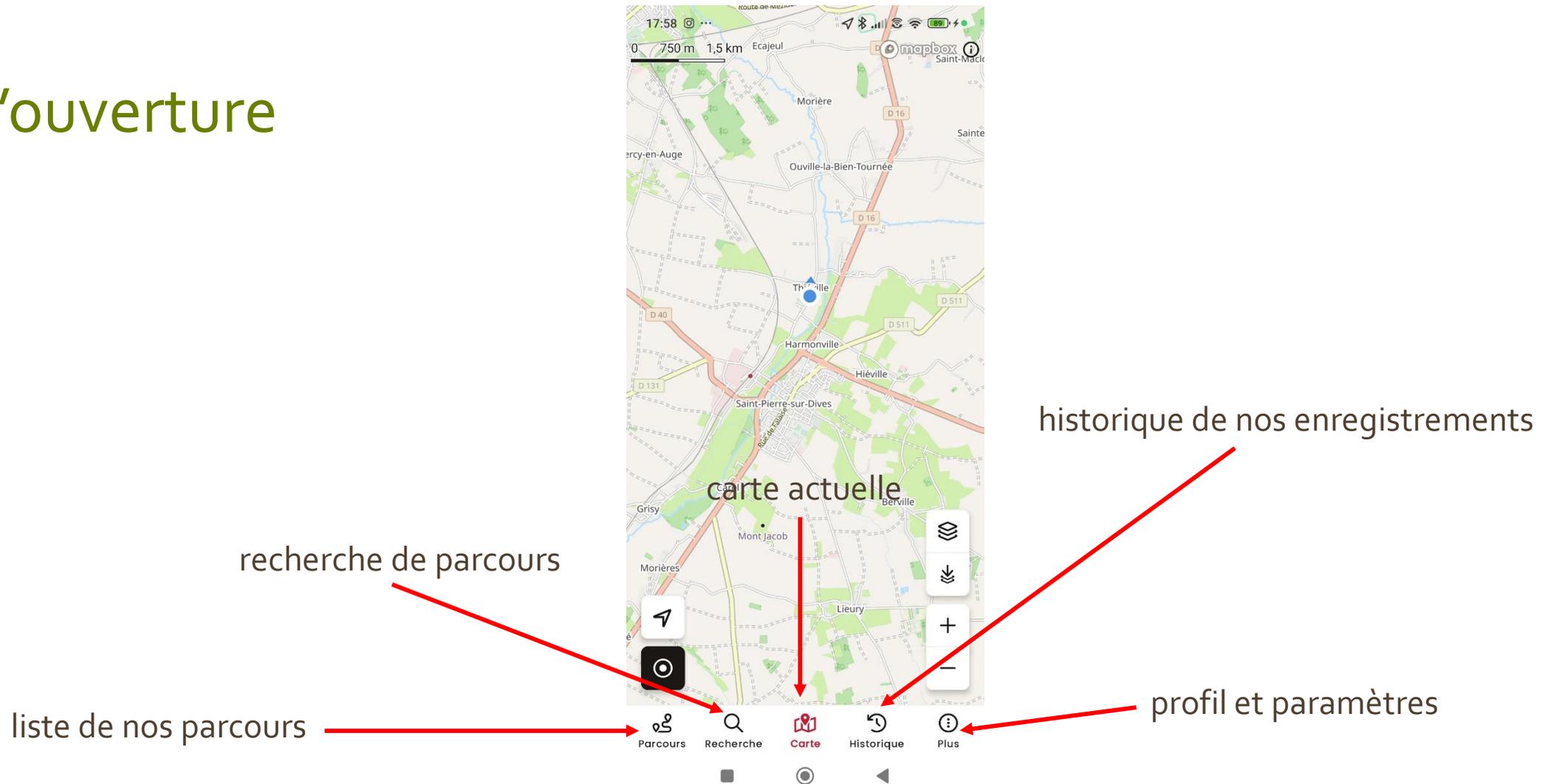
ou

f Continuer avec Facebook

G Continuer avec Google



# Page à l'ouverture



liste de nos parcours

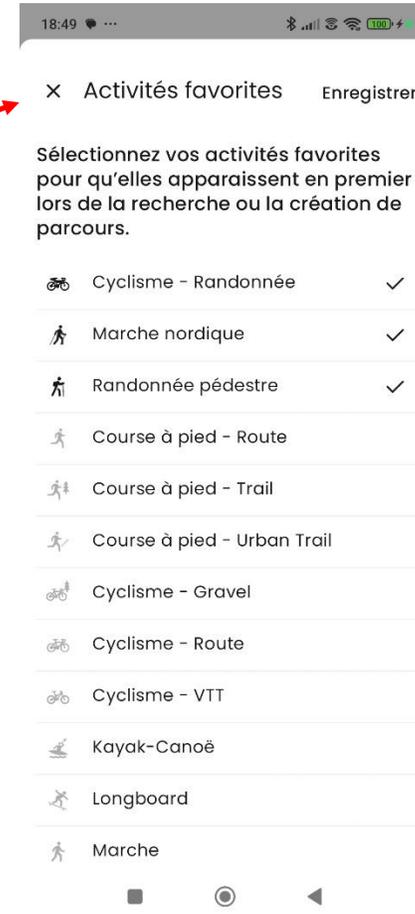
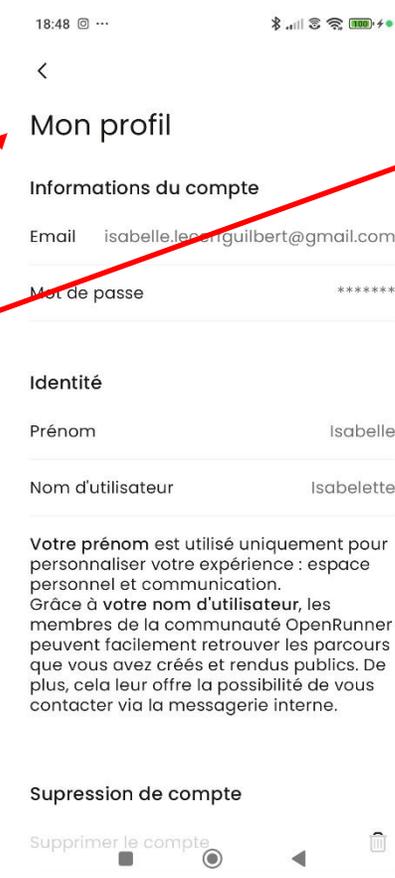
recherche de parcours

carte actuelle

historique de nos enregistrements

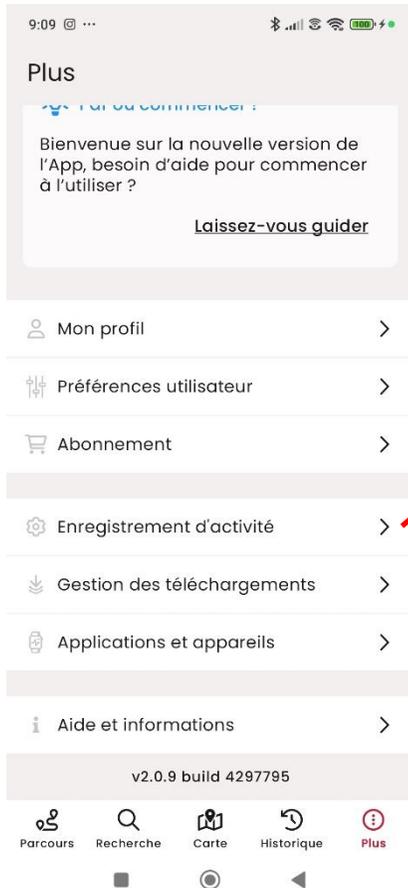
profil et paramètres

# Les réglages



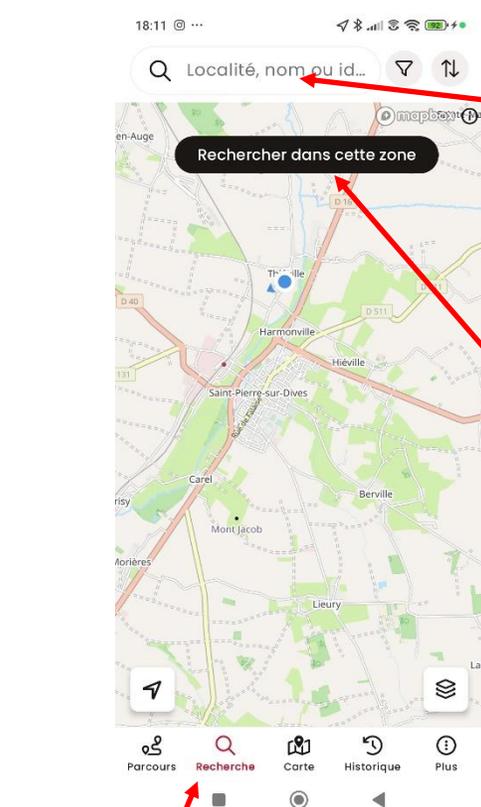
clic

# Paramètres d'enregistrement d'activité



# Recherche de randonnées

il va donc être nécessaire de les filtrer



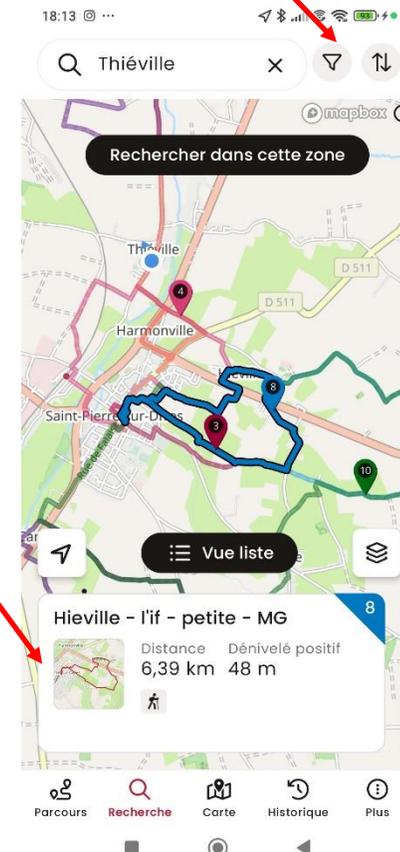
ou saisir une localité

puis ici

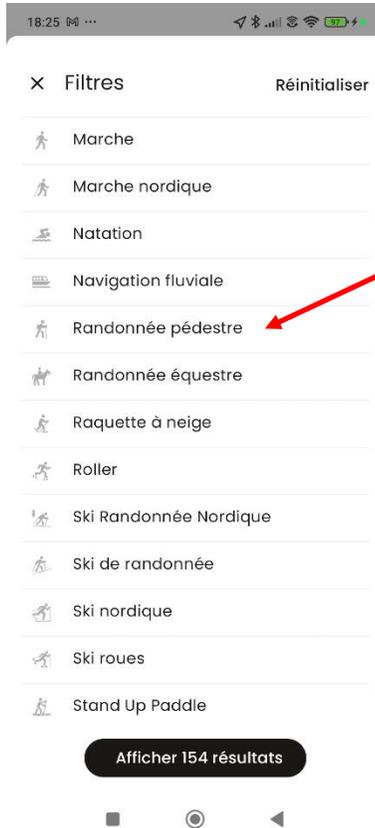
clic ici



les randos apparaissent mais il y a beaucoup de résultats

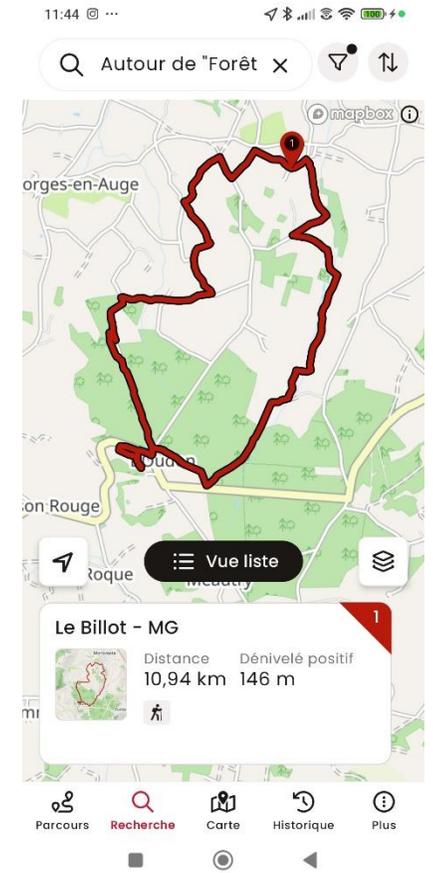


# Affinage de la recherche

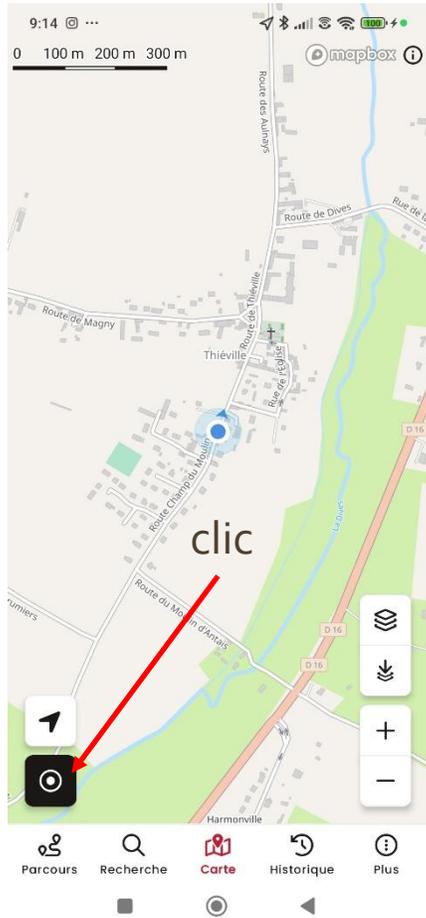


choix de l'activité

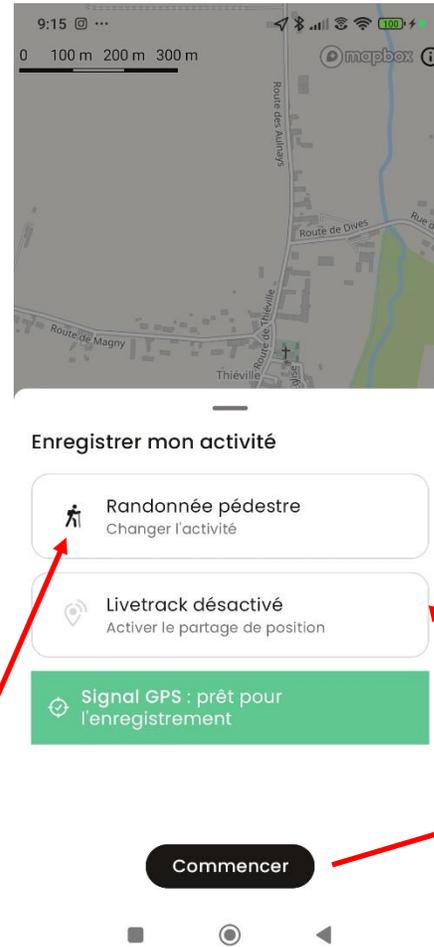
définition des distances, dénivelés, rayon de départ et d'arrivée



# Enregistrer une trace



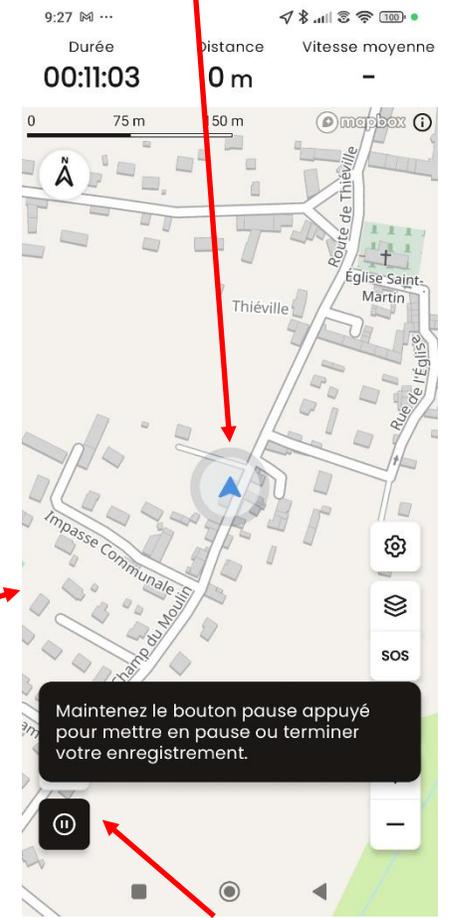
choisir son activité



possibilité d'activer le Livetrack

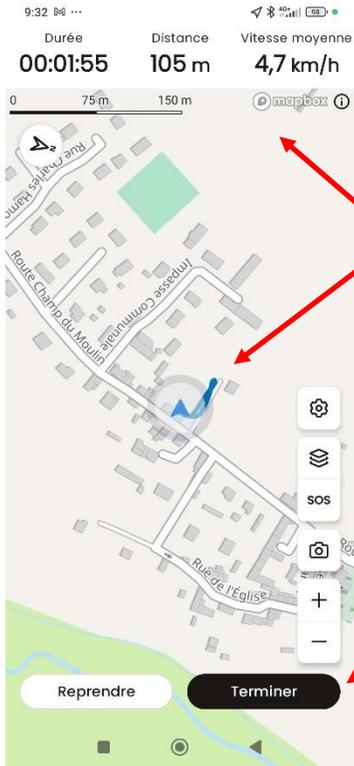


l'enregistrement démarre de la position où l'on se trouve



mettre en pose

# Conserver une trace



la trace est visible ainsi que la distance parcourue, la durée et la vitesse moyenne

cliquer sur terminer



vous pouvez choisir de conserver l'enregistrement dans votre historique



# Suivre et enregistrer un parcours

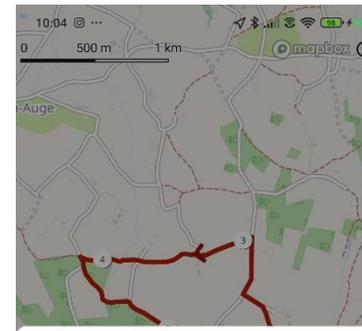
choisir une trace



clic



clic



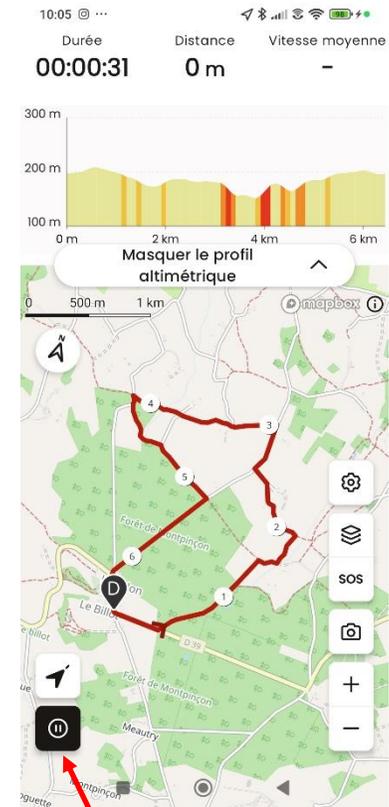
Suivre ce parcours



Commencer

reclic

vous pouvez suivre un parcours sans l'enregistrer



enregistrer

# Trier les parcours



clic



# Télécharger un parcours hors ligne

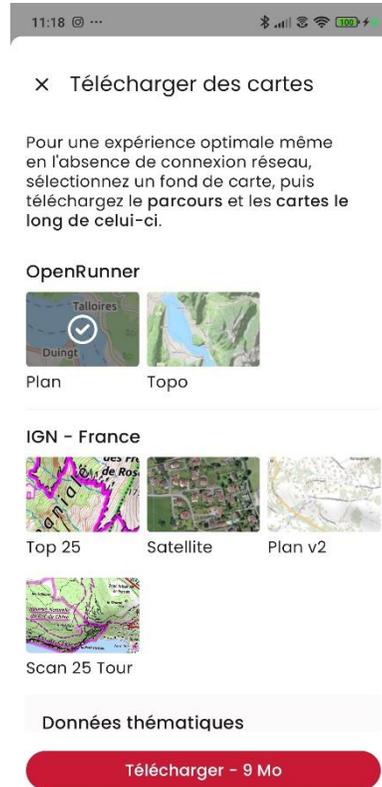
télécharger un parcours permet d'y avoir accès lorsque le réseau fait défaut



choisir un parcours



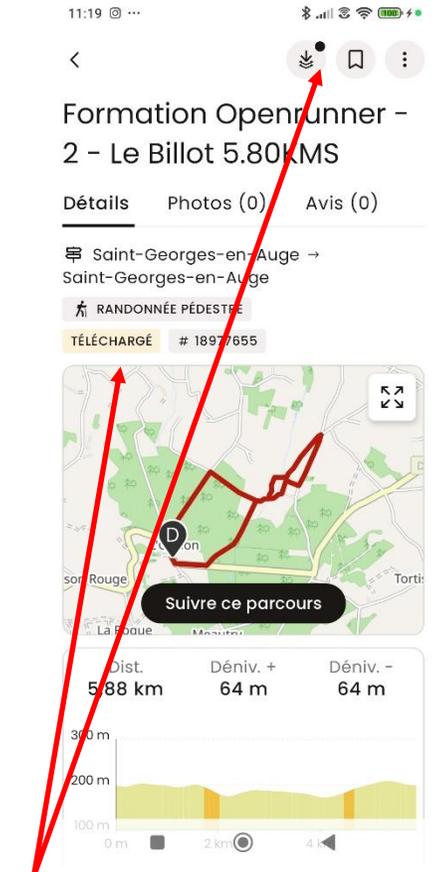
clic



télécharger



Télécharger un autre fond de carte



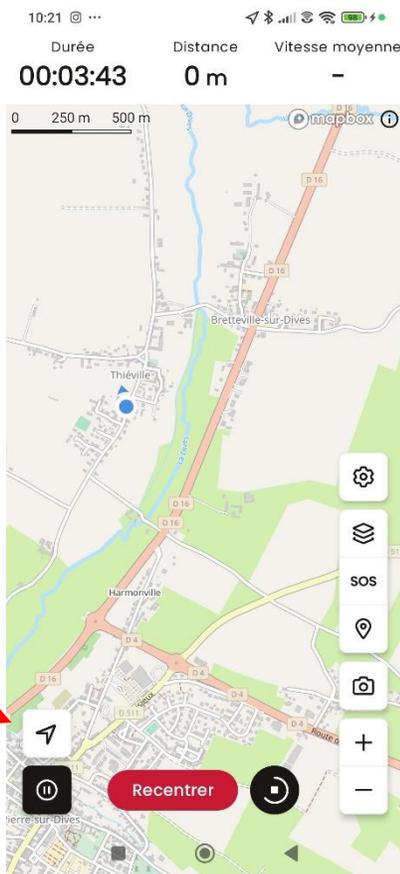
le parcours est accessible hors réseau

on retrouve ce parcours dans téléchargés

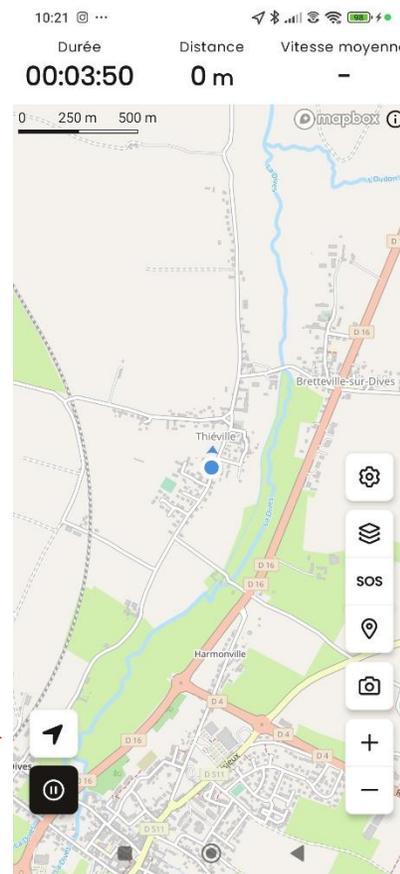


# Orientation de la carte

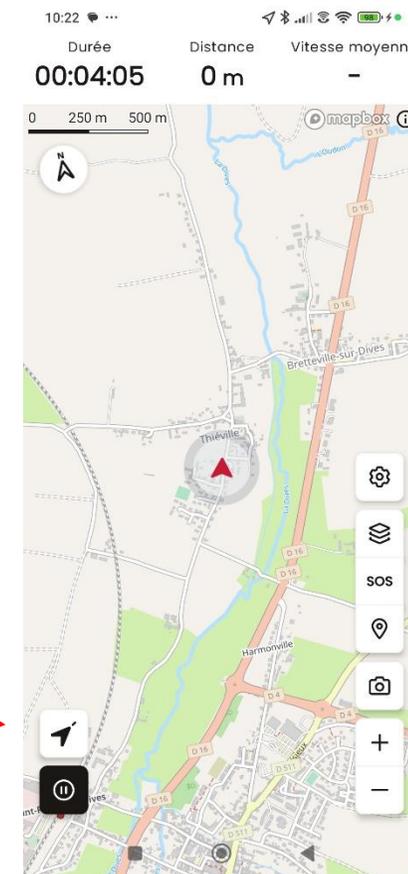
flèche blanche:  
la carte n'est  
pas centrée sur  
ma position lors  
du  
déplacement



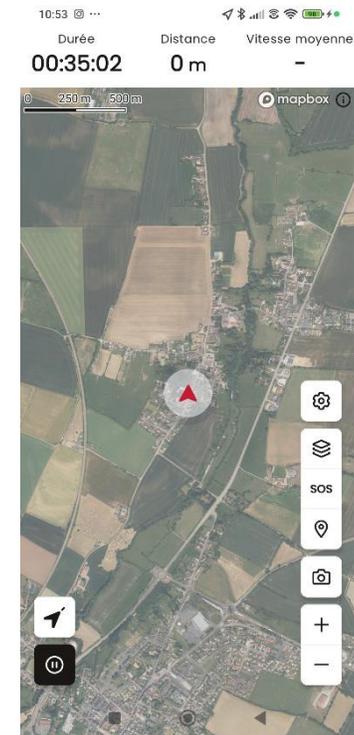
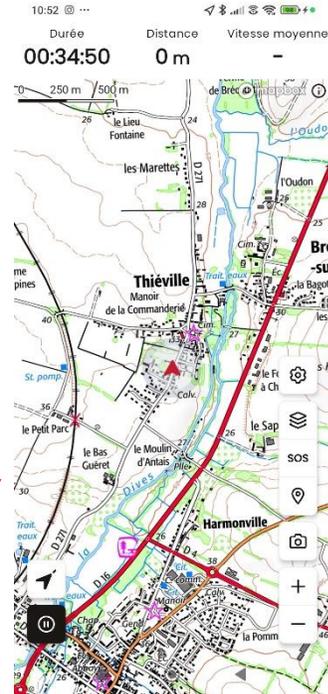
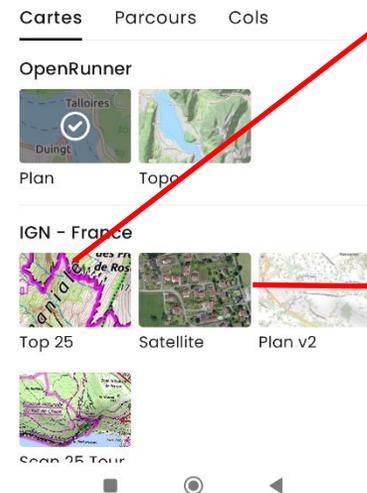
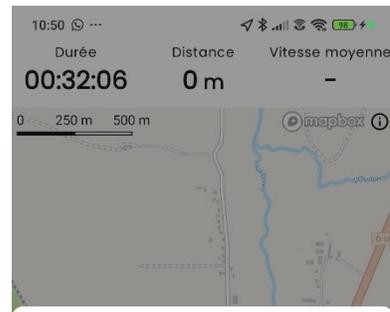
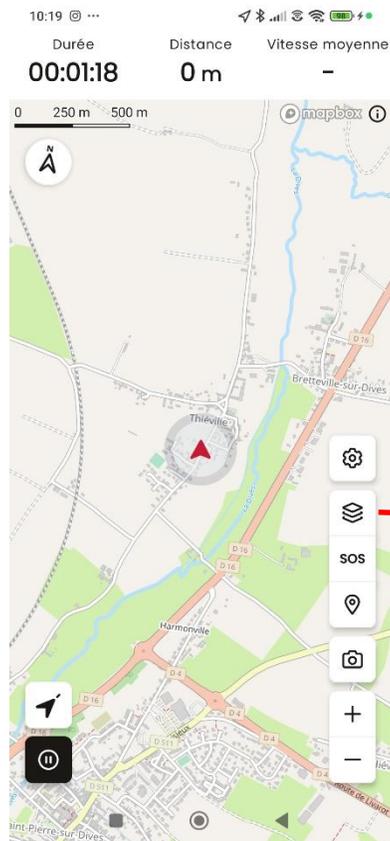
flèche noire  
simple:  
la carte est  
centrée sur ma  
position lors du  
déplacement



flèche noire  
avec un trait:  
la carte est  
centrée sur ma  
position et  
orientée automatiq  
uem  
ent dans la  
direction du  
déplacement



# Gestion des fonds de carte

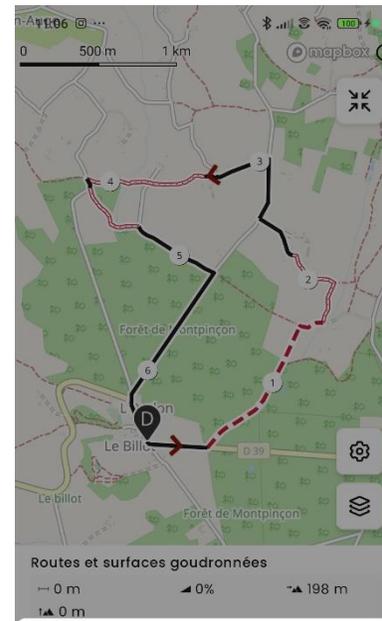
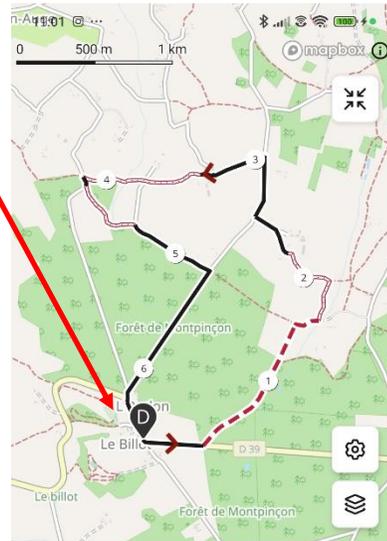
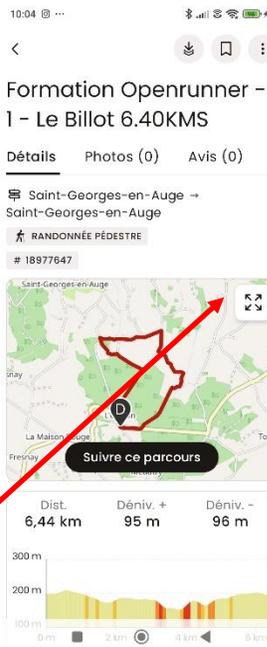


# Rejoindre le point de départ d'une randonnée



choisir un parcours et l'ouvrir en pleine page

cliquer sur le point de départ

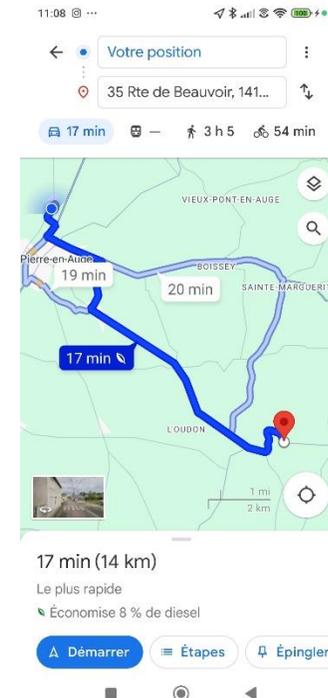
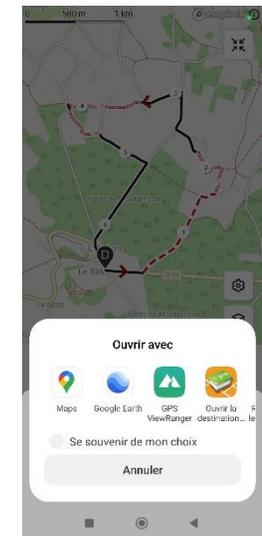


Localité de départ  
Saint-Georges-en-Auge  
48,96696, 0,07529

**M'y rendre**

clic

choisir son navigateur



et retrouver les copains pour le départ

# Les liens

## Planning de Mai 2024

Date	Circuit	Km	Den	Niv	Lieu de départ	Distance de St Pierre
M 07/05/2024	ST AUBIN SUR ALGOT	14	200	200	Parking de la mairie de St Aubin sur Algot	18
07/05/2024	LIVAROT <a href="https://www.openrunner.com/route-details/13793264">https://www.openrunner.com/route-details/13793264</a>	6,5	25	25	Parking chemin de la croix Riotte	16
S 11/05/2024	LA FROMAGERE	7 km			Balade nocturne, départ à 21h30 - inscriptions à partir de 19h - Le Billot	14
D 12/05/2024	LA FROMAGERE	6 - 10 18 km			Rando libre à partir de 8h30 - accompagnée sur le 10 km à 8h30 - inscriptions à partir de 8 heures - Le Billot	14
M 14/05/2024	FORMATION OPEN RUNNER - pour les 2 groupes				Formation théorique à la MAPS à 13h30. A partir de 14h30 nous irons profiter sur quelques petites boucles sur le site du Billot.	14
J 16/05/2024	LA CARNEILLE - Balade carneillaise				Parking de la salle des fetes Le matin randonnée Balade Carneillaise, possibilité de la raccourcir.	48
	LA CARNEILLE - La carneille en histoire	10 2	120 20		Le midi pique nique sous la halle L'après midi Visite de la Carneille accompagnée par le	
M 21/05/2024	GONNEVILLE EN AUGÉ - Autour des haras	15	75	75	Parking de l'église de Gonneville	35
21/05/2024	GONNEVILLE EN AUGÉ	8	40	40	Parking de l'église de Gonneville	35
J 23/05/2024	FAMILY	12	200	200	Parking de la mairie de Family	35
M 28/05/2024	QUEZY	14	160	160	Parking de l'église de Quezy	15
	QUEZY	7,5	100		Le matin randonnée , pique nique le midi, l'après midi visite commentée en 26 tableaux du parcours du peintre Rame et gouter au prieuré	
J 30/05/2024	VERSAINVILLE - Les 3 châteaux	12	150	150	Parking de l'église de Versainville - Passage de la flamme olympique à Falaise - parcours entre entre les 2 châteaux	17

Niveau variable en fonction de la distance ou de la configuration du parcours. De facile à difficile



Départ sur la place du marché de Saint Pierre en Auge à 13h30 - Arriver 10 mn avant

Merci de prévoir 2 euros à offrir au chauffeur pour le covoiturage

vous recevez chaque mois et chaque semaine le planning des randonnées avec les liens Openrunner correspondants aux rando programmées ... il n'y a plus qu'à suivre le parcours

12:02 @ ...

<

Livarot - le bois petite - MG

Détails Photos (0) Avis (0)

Livarot → Livarot

RANDONNÉE PÉDESTRE

# 11392641

Suivre ce parcours

Dist. 6,23 km Déniv. + 26 m Déniv. - 25 m

280 m  
180 m  
100 m

0 m 2 km 4 km 6 km

<5% <7% <10% <15% >15%

12:06 @ ...

randos semaine Boîte de réception ☆

beatrice martin 4 mai  
à Chanu, Depierre... ▾

Bonjour à tous  
Mardi - petite rando bois de Livarot circuit 6 km 500 départ chemin de la croix riotte  
<https://www.openrunner.com/route-details/11392641>  
- grande rando St Aubin sur Algot circuit 14km 500 départ église  
<https://www.openrunner.com/route-details/13793264>

Jeudi 9 mai Ascension pas de rando prévue  
La fromagère - samedi 11 balade nocturne 7km départ site du billot  
dimanche 12- rando libre à partir de 8h30 les circuits sont balisés  
- rando accompagnée sur le 10 km à 9h30 - inscriptions à partir de 8h le Billot  
Bonne semaine

Merci pour les infos. Merci pour le programme ! Bonne semaine à tous !

# RPVO et La marche gourmande



Le programme des randos des mardis et jeudis est publié en début de mois dans l'agenda consultable sur notre page de Bienvenue.

Retrouvez ci-dessous les cartes des circuits proposés les Mardis et Jeudis. Il s'agit des liens sur le site Openrunner ; de quoi retourner sur place ou faire les randos vous-même si vous les avez manquées ! Un genre de "podcast" de nos randos ... Il y en a 180 sur toute la région.



Ménil-Hubert-sur-Orne :  
<https://www.openrunner.com/r/10685704>  
Ménil Jean : <https://www.openrunner.com/route-details/15134012>  
Merri : <https://www.openrunner.com/route-details/13078504>  
Merville :  
<https://www.openrunner.com/r/14446424>  
Meslay : <https://www.openrunner.com/r/12043360>  
Meulles - le bois de mille :  
<https://www.openrunner.com/route-details/16647619>  
Mittois : <https://www.openrunner.com/r/10808394>  
Mont Ormel : <https://www.openrunner.com/route-details/14322591>  
Montviette :  
<https://www.openrunner.com/r/13206204>  
Mortaux-Couliboeuf - les 3 cours d'eau :  
<https://www.openrunner.com/route-details/16061465>  
Neuville-au-Houlme - le vivier :  
<https://www.openrunner.com/route-details/13763506>  
Nonant-le-Pin :  
<https://www.openrunner.com/r/13743533>  
Noron l'abbaye :  
<https://www.openrunner.com/route-details/14180350>  
Noron l'abbaye - le bois du roi :  
<https://www.openrunner.com/route-details/14248753>  
Notre-Dame-de-Courson :  
<https://www.openrunner.com/r/13220496>



dans la rubrique Rando-thèque du site RPVO, vous trouverez une centaine de parcours tracés sur Openrunner <https://www.rpvo.fr/la-rando-theque>

sur le blog La marche gourmande vous trouverez également le lien vers Openrunner des circuits effectués <http://lamarchegourmande.over-blog.com/>

# C'est parti



13:41

CIRCUIT LE BILLOT

Boîte de réception

**D** domi Il y a 3 jours à moi

<https://www.openrunner.com/route-details/18959724>

<https://www.openrunner.com/route-details/18960129>

<https://www.openrunner.com/route-details/18654243>



13:41

### Le Billot 6.40KMS

Détails Photos (0) Avis (0)

Saint-Georges-en-Auge → Saint-Georges-en-Auge

RANDONNÉE PÉDESTRE # 18959724

Suivre ce parcours

Dist. 6,06 km

Déniv. + 108 m

Déniv. - 108 m

<5% <7% <15% >15%

13:41

### Le Billot 6.Kms

Détails Photos (0) Avis (0)

Saint-Georges-en-Auge → Saint-Georges-en-Auge

RANDONNÉE PÉDESTRE # 18654243

Suivre ce parcours

Dist. 6,06 km

Déniv. + 108 m

Déniv. - 108 m

<5% <7% <15% >15%

13:41

### Le Billot 5.80KMS

Détails Photos (0) Avis (0)

Saint-Georges-en-Auge → Saint-Georges-en-Auge

RANDONNÉE PÉDESTRE # 18960129

Suivre ce parcours

Dist. 5,88 km

Déniv. + 64 m

Déniv. - 64 m

<5% <7% <15% >15%