



**3 jours de Belgique
d'Orientation
1, 2 & 3 Juillet 2022**



Barrages d'Eupen et de la Gileppe





Message du club organisateur, le CO Liège

Le CO Liège est heureux de vous accueillir pour 3 jours de course d'orientation dans la forêt de l'Hertogenwald, la plus grande forêt domaniale de Belgique, avec 2 centres de courses situés aux abords des barrages d'Eupen et la Gileppe.

Notre équipe de bénévoles se tient à votre disposition pour vous permettre de vivre un moment intense dans ce merveilleux coin de la province de Liège.

Au nom du CO Liège, nous remercions les communes d'Eupen et Jalhay, et la Direction Nature et Forêts, pour nous avoir permis de vous offrir cette expérience d'orientation de première qualité.

Pierre Marchal
Responsable technique des 3JB2022

Aline Hermans
Présidente du CO Liège

Nos partenaires



SOMMAIRE

INFORMATIONS SPORTIVES	Error! Bookmark not defined.
Le programme sportif	5
Les terrains	5
Info Etape 1 : vendredi 1er juillet 2022	7
Info Etape 2 : samedi 2 juillet 2022	8
Info Etape 3 : dimanche 3 juillet 2022	9
Note 1: départ du jour 2	10
Note 2: traversées de route le jour 3	10
ACCUEIL ET INFRASTRUCTURE	11
Centre des Courses	11
Parking	11
Camping-car	12
Adresses de campings à proximité	12
Bar et Petite restauration	13
Garderie - Parcours ficelle (jeunes enfants)	13
Animation sur la zone de course : O'lympiade des 3JB	13
Plan de centre de courses	14
Info santé et sécurité	14
INFORMATIONS TECHNIQUES	15
Système électronique de poinçonnage	15
Temps de départ	15
Dossard	15
Descriptions des postes	15
Résultats et remise des prix	15
Jury – Plaintes ou Réclamations	15
Inscriptions sur place	16
Parcours H/D-10	16
Ravitaillement en eau	16
Plans schématiques des départs	16

INFORMATIONS SPORTIVES DE BASE

Le programme sportif

Etape 1 : vendredi 1er juillet 2022

Format de course: Moyenne Distance
Horaire : départs entre 16h & 18h
Lieu : Barrage de la Vesdre = barrage du lac d'Eupen
Carte : Hasenelle-Mospert (1/10000, 5m)

Etape 2 : samedi 2 juillet 2022

Format de course: Longue Distance / WRE
Horaire : départs entre 10h & 12h
Lieu : Barrage de la Gileppe
Carte : La Gileppe Ouest (1/15000 pour WRE, 1/10000 pour les autres ; 5m)

Etape 3 : dimanche 3 juillet 2022

Format de course: Longue Distance
Horaire : départs entre 10h & 12h
Lieu : Barrage de la Gileppe
Carte : La Louveterie (1/10000, 5m)

Les terrains

Les trois étapes se dérouleront dans l'Hertogenwald. Cette forêt, située au NORD du massif des Hautes-Fagnes dans la province de Liège représente la plus grande forêt domaniale de Belgique (source Wikipédia)

Etape 1 : Vendredi 1 juillet – Hasenell - Mospert

Caractérisée par des variations de végétation détaillées et d'un bon réseau de sentiers et chemins, la forêt située au NORD du barrage de la Vesdre présente de nombreux fourrés réservés à la faune. Dans certaines zones, la végétation au sol ralentira le coureur.

Etape 2 : samedi 2 juillet - La Gileppe - WRE

Principalement composée de feuillus, cette forêt très ouverte et à la visibilité parfaite, appartenant au domaine Royal et située à l'EST du barrage de la Gileppe, permettra une vitesse de course élevée.

Etape 3 : dimanche 3 juillet- La Louveterie

Cette forêt située à l'OUEST du barrage de la Gileppe présente un relief plus accentué car traversée par une vallée profonde où coule la rivière La Borchenne.

Au nord, des zones de petit relief situées dans des grands flancs ajoutent une note technique différente.

La pénétrabilité moyenne de ce bois est de loin plus difficile que pour les deux premières étapes en raison de la présence importante des fougères (à son paroxysme au début juillet) et surtout de houx qui colonisent en sous-bois des parties importantes de la forêt.

La densité est par moment tellement forte que les cartographes ont utilisé la trame verte foncée quand la pénétration est difficile voire impossible et la trame verte moyenne lorsqu'il existe des possibilités de traversée en marchant et/ou en course fortement ralentie.

Par ailleurs, les cartographes ont relevé les houx qui parsèment les parties traversables de la forêt mais sans en revendiquer l'exhaustivité tant les houx de toute taille sont nombreux. Ils ont utilisé pour ce faire un symbole non IOF pour les houx individuels, à savoir un rond vert nettement plus petit que le cercle vert troué utilisé pour un arbre remarquable feuillu ou résineux.

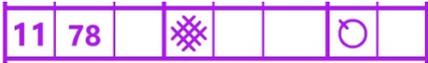
Les houx les plus grands constituant un fourré, sont en général tracés en indiquant leur forme avec une trame verte foncée ou moyenne.

Hormis une seule exception au début d'un itinéraire obligatoire balisé, aucun objet 'HOUX' n'a été repris comme poste de contrôle.

Par contre, les cartographes ont essayé de veiller à relever tous les houx dans un rayon de 30 à 40 mètres autour des différents postes de contrôle de la 3^{ième} étape.

Symboles spécifiques

Pour les 3 étapes, les symboles spécifiques suivants sont utilisés :

-  Houx 
-  Petite clôture en bois
-  Banc

Info Etape 1 : vendredi 1^{er} juillet 2022

Format de course: Moyenne Distance

Carte : Hasenell-Mospert

Cartographe : Pierre Marchal

Echelle : 1/10000 Equidistance 5m

Traceur parcours : Fanny Tilkin (CO Liège)

Contrôleur ABSO: Dirk Hartmann (ARDOC)

Centre de course : Barrage de la Vesdre (**Eupen** 50.621425, 6.091309)

Distances :

- Parking – accueil : 100 à 600 m
- Accueil – départ : 150 m
- Arrivée-accueil : 0 m

Horaire : Départs de 16h à 18h

Fermeture des circuits : 19h

Pas de remise des Prix

Tableau des distances :

Parcours	Catégories	Echelle	Distance (m)	(m)	
1	HE	10000	6.700	135	24
2	H21	10000	5.400	110	18
3	H35/H-20	10000	5.400	95	18
4	DE	10000	5.300	125	22
5	H40	10000	5.300	125	23
6	H18/H45	10000	5.000	95	17
7	H-16/H50	10000	4.400	75	17
8	D21/HB	10000	4.200	65	16
9	H55/D-20/D35/D40	10000	4.000	100	14
10	H60/D-18/D45	10000	4.100	90	15
11	D50	10000	3.400	65	13
12	H-14/D-16/DB	10000	3.100	45	13
13	H65/D55/	10000	3.400	40	12
14	D-14/D60	10000	3.200	50	13
15	H-12/D-12	10000	2.700	45	13
16	H70/H75/D65/D70	10000	3.300	45	14
17	H80/H85/D75/D80/D85	10000	2.200	25	12
18	H-10/D-10	10000	1.700	15	11
19	LE	10000	2.750	40	14
20	LD	10000	4.460	95	17
21	SD	10000	3.200	70	11
22	SE	10000	1.660	15	10

Info Etape 2 : samedi 2 juillet 2022

Format de course: Longue Distance / WRE

Carte : La Gileppe Ouest

Cartographe : Pierre Marchal

Echelle : 1/10 000 – 1/15000

Equidistance : 5 m

Traceur parcours : Pierre Marchal (CO Liège)

Contrôleur : Dirk Hartmann (ARDOC) & Jean-Noël Debehogne (WRE)

Centre de course : Barrage de la Gileppe

Distances :

- Parking – accueil : 150 à 600 m
- Accueil – départ : 750 m
- Arrivée - accueil : 0 m

Horaire : Départs de 10h à 12h

Fermeture des circuits : 14h

Remise des prix WRE : 14h

Tableau des distances :

Parcours	Catégories	Echelle	Distance (m)	(m)	
1	HE	15000	12.260	330	30
2	H21	10000	9.130	220	26
3	H35/H-20	10000	8.470	200	25
4	DE	15000	8.050	150	22
5	H40	10000	7.440	175	20
6	H18/H45	10000	6.870	150	21
7	H-16/H50	10000	6.260	150	16
8	D21/HB	10000	6.060	75	17
9	H55/D-20/D35/D40	10000	5.780	110	17
10	H60/D-18/D45	10000	4.980	75	14
11	D50	10000	4.710	60	13
12	H-14/D-16/DB	10000	4.600	60	13
13	H65/D55/	10000	4.280	35	13
14	D-14/D60	10000	3.620	40	12
15	H-12/D-12	10000	2.740	60	11
16	H70/H75/D65/D70	10000	3.450	45	11
17	H80/H85/D75/D80/D85	10000	3.260	30	11
18	H-10/D-10	10000	2.220	75	11
19	LE	10000	6.090	125	17
20	LD	10000	7.130	130	22
21	SD	10000	4.020	60	13
22	SE	10000	3.710	80	13

Info Etape 3 : dimanche 3 juillet 2022

Format de course: Longue Distance

Carte : La Louveterie

Cartographe : Jacques Silvestre - Pierre Marchal

Echelle : 1/10 000

Equidistance : 5 m

Traceur parcours : Jacques Silvestre (CO Liège)

Contrôleur : Dirk Hartmann (ARDOC)

Centre de course : Barrage de la Gileppe

Distances :

- Parking – accueil : 150 à 600 m
- Accueil – départ 1 : 2000m
- Accueil - départ 2 : 500m
- Arrivée - accueil : 0 m

Horaire : Départs de 10h à 12h

Fermeture des circuits : 14h

Remise des prix : 14h

Tableau des distances :

Parcours	Catégories	Départ	Echelle	Distance (m)	(m)	
1	HE	1	10000	12230	440	33
2	H21	1	10000	9680	320	23
3	H35/H-20	1	10000	8920	310	21
4	DE	1	10000	8210	260	21
5	H40	1	10000	7750	220	19
6	H18/H45	1	10000	6970	240	20
7	H-16/H50	1	10000	6310	230	17
8	D21/HB	1	10000	5960	210	19
9	H55/D-20/D35/D40	1	10000	5470	180	15
10	H60/D-18/D45	1	10000	5070	180	16
11	D50	1	10000	4700	160	15
12	H-14/D-16/DB	2	10000	4590	180	10
13	H65/D55/	2	10000	4360	130	10
14	D-14/D60	2	10000	3010	100	10
15	H-12/D-12	2	10000	2320	100	8
16	H70/H75/D65/D70	2	10000	2790	100	9
17	H80/H85/D75/D80/D85	2	10000	2790	60	9
18	H-10/D-10	2	10000	2230	60	7
19	LE	1	10000	7680	260	15
20	LD	1	10000	7370	270	20
21	SD	2	10000	4530	180	10
22	SE	2	10000	4190	170	10

Note à propos du départ du jour 2 :

Nous vous demandons de rester sur le sentier qui rejoint le départ.



WRE : pour des raisons techniques et suite à l'accord du contrôleur IOF, il n'y aura pas de carte d'échauffement pour le WRE.

Notes à propos des traversées de route le jour 3 :

- Les parcours 1 à 11 croisent une route à circulation. Nous vous demandons de respecter les consignes des signaleurs officiels qui assureront votre sécurité.



- Les parcours 12 à 18 croisent une route qui sert uniquement de parking aux participants. Il n'y aura pas d'officiels. Nous vous demandons d'être prudent en franchissant cette route.

ACCUEIL ET INFRASTRUCTURE

Centre des Courses

Le vendredi 1^{er} juillet : à la cafétéria du barrage de la Vesdre (Eupen)

Les samedi 2 et dimanche 3 juillet : dans une tente sur le barrage de la Gileppe.

Heures d'ouverture du secrétariat

- vendredi 01 juillet : de 14:00 à 19:30
- samedi 02 juillet : de 9:00 à 14:30
- dimanche 03 juillet : de 9:00 à 14:30

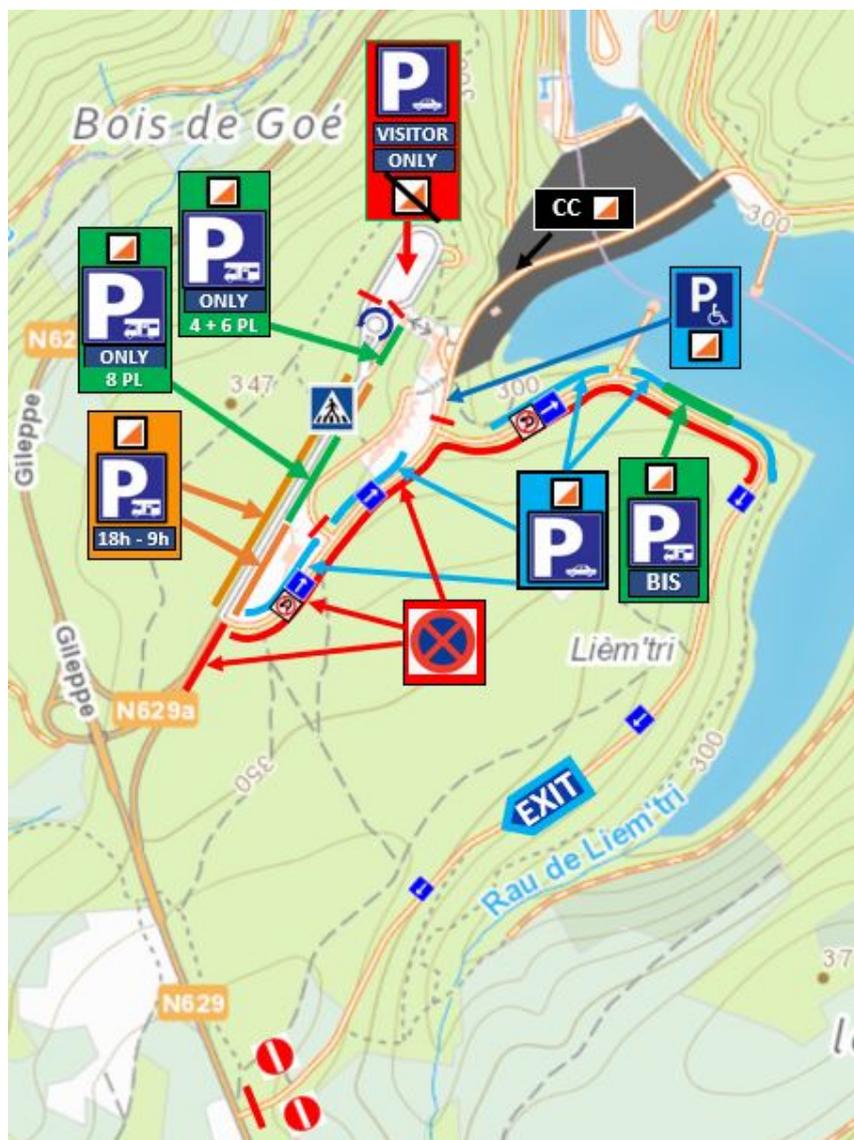
Parking

Les zones de parking sont situées à proximité des centres de courses. Merci de respecter les indications des signaleurs.

Le vendredi 1^{er} juillet, le parking adjacent au barrage peut accueillir ~ 80 places voitures et ~18 mobil-homes, les véhicules suivants seront parqués sur l'ancienne route qui descend vers le bas du barrage, qui nous est réservée à cet effet. Voir plan ci-dessous :



Les samedi 2 et dimanche 3 juillet, une route adjacente au barrage sera mise en sens unique et réservée au parking des voitures. Les mobil-homes seront parqués sur la route d'accès au grand parking touristique. Il est demandé aux orienteurs de ne pas se garer sur le parking touristique. Nous avons reçu l'accord d'occuper le site à condition notamment de ne pas encombrer ce parking touristique. Voir plan ci-dessous :



Camping-car

Le stationnement des camping-cars est possible à proximité des 2 centres de course (Voir info parking ci-dessus). Une carte 'pass camping-car' sera distribué par les responsables du parking. Il n'y a cependant pas d'électricité, ni d'eau disponible sur ces aires de parking.

La vidange des cassettes WC est interdite sur le Centre de Course.

Si vous souhaitez un emplacement spécifique et aménagé (avec eau et électricité), nous vous invitons à le réserver vous-même dans un des campings situés à proximité de la Gileppe.

Adresses de campings à proximité :

<https://www.facebook.com/Camping.de.la.gileppe>

<http://www.campinglagileppe.be/>

<https://www.brasserie-hertogenwald.be/camping/durchgangscamping/>

<https://www.facebook.com/brasserie.hertogenwald/>

<https://www.facebook.com/campingwesertal/>

<https://www.camping-wesertal.com/>

Bar et Petite restauration

Le vendredi 1er juillet, la cafétéria du barrage de la Vesdre sera ouverte, et des pains saucisses cuites au BBQ vous seront proposés.

Les samedi 2 et dimanche 3 juillet, un bar spécifique 3 JB, avec un large choix de boissons et de petites restaurations (sandwichs frais, pains-saucisse, gaufres au sucre et aux fruits, ...), sera à votre disposition au centre des courses.

Garderie - Parcours ficelle (jeunes enfants)

Une garderie gratuite sera installée sur la zone d'accueil de chacune des étapes. L'inscription préalable est souhaitée, par e-mail auprès de Caroline Blockx : c.blockx@gmail.com

De plus, les enfants de moins de 9 ans sont invités à prendre part à une "course ficelle" ou 'Kids-O' gratuite.

Animation sur la zone de course : O'lympiade des 3JB

Sur la zone d'accueil des étapes 2 et 3 (samedi et dimanche) 2 types d'animation sont prévues :

- une équipe trilingue commentera les arrivées et résultats de la course
- une autre équipe vous invite à participer aux ...

O'lympiades des 3 jours de Belgique 2022

Il s'agit de mini épreuves à effectuer en équipe de 4 personnes. Les épreuves allient fun, cohésion, orientation, et rapidité. Elles sont faites pour petits et grands !

Inscriptions au stand animation, dans la plage horaire qui convient à votre équipe:

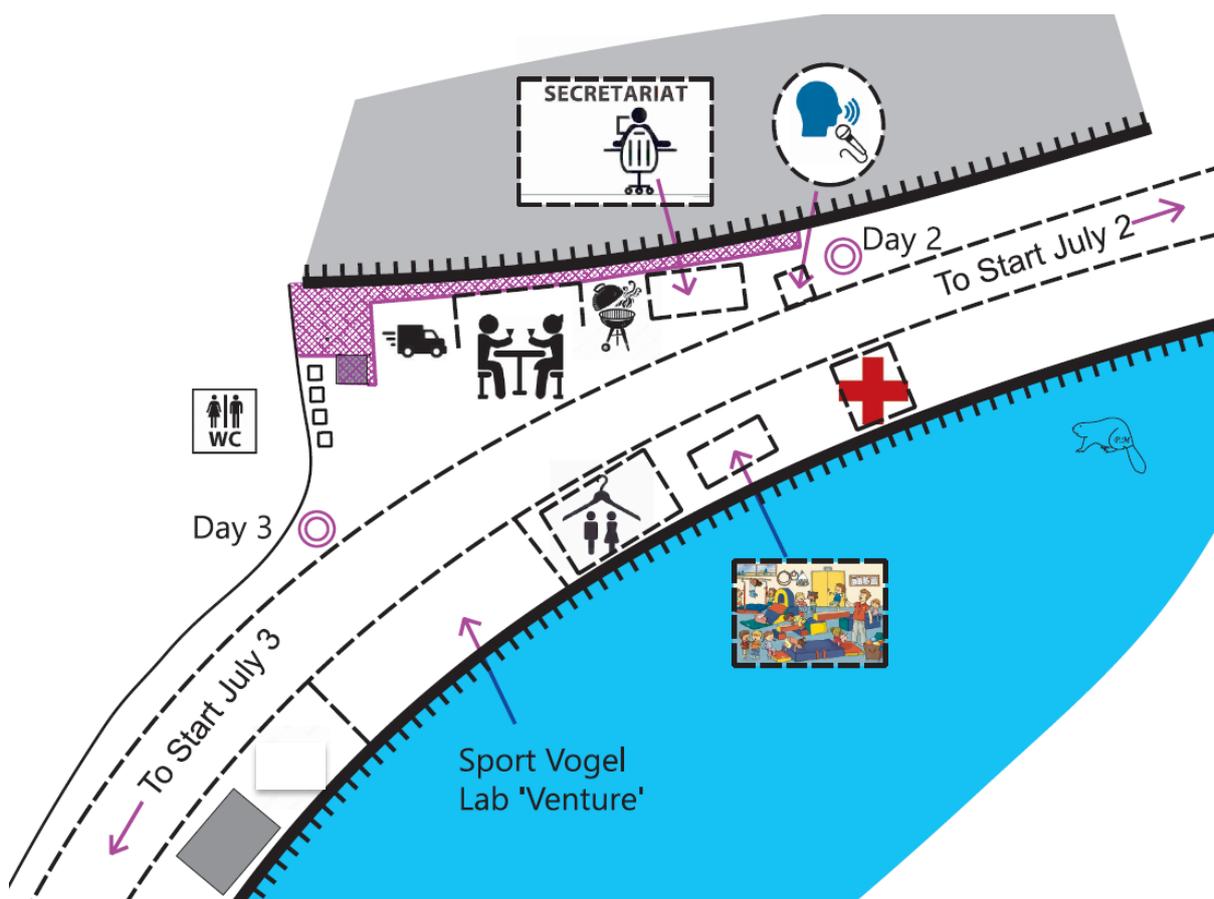
Samedi : 11h – 12h – 13h - 14h - 15h

Dimanche : 12h – 13h - 14h

Attention: 6 équipes max par tranche horaire: n'hésitez plus !

Plan des centres de courses :

Plan CC étapes 2 et 3



Informations pour votre santé et sécurité :

Les **tiques** sont malheureusement de retour dans nos forêts. La Tique est un acarien dont la morsure peut entraîner des maladies, notamment la Borrélie de Lyme, si elle reste accrochée plus de 24h. Nous recommandons de s'inspecter minutieusement après chaque course, en n'oubliant aucune partie du corps. Une pince à tique est disponible à la tente 'Premier soins'

Les 2 centres de courses sont situés près de barrages. Nous rappelons qu'il est dangereux et donc interdit de se baigner aux abords du barrage et de se promener ou de jouer sur les pentes abruptes du barrage. Nous déclinons toute responsabilité en cas d'accident lié au non-respect de ces règles.

INFORMATIONS TECHNIQUES

Système électronique de poinçonnage

Le système de poinçonnage utilisé est SportIdent (avec contact, le système SIAC ne sera pas activé). Il est possible de louer une puce SportIdent "classique" à l'accueil.

Temps de départ

Des temps de départ seront attribués aux participants des catégories d'âges depuis les H/D-12 jusqu'aux H/D+85.

Ces temps de départ seront publiés sur 'O'Punch' et '<https://www.helga-o.com/start/>' quelques jours avant l'évènement.

Pour les parcours SE, SD, LE, LD, H/D-10 A & B, les temps de départs seront libres.

Dossard

Un dossard pour chaque participant aux 3 jours sera remis au délégué de club à l'accueil.

Le port du dossard est obligatoire pour les 3 jours de courses et sera visible dans son entièreté sur le torse des concurrents.

Descriptions des postes

Pour la première étape, les descriptions de postes **ne seront pas sur les cartes** et seront disponibles dans la zone de départ.

Pour les étapes 2 et 3 : les descriptions des postes seront sur la carte et seront aussi disponibles dans la zone de départ.

Résultats et remise des prix

Les résultats seront affichés sur l'aire d'arrivée et seront diffusés sur 'helga-o.com'

Une cérémonie de remise des prix aura lieu :

- le samedi 2 juillet vers 14h00, pour récompenser uniquement les podiums (1, 2 et 3^{ème} places) des catégories HE et DE (WRE)
- le dimanche 3 juillet vers 14h00 pour les 3 premiers du classement général final de chaque catégorie.

Jury – Plaintes ou Réclamations

Les litiges relatifs à la compétition doivent être déposés au Secrétariat, sur la zone d'arrivée, avant la fermeture des arrivées de l'étape.

Lors de la 2^{ème} étape, les règles relatives aux WRE en matière de plaintes et réclamations sont d'application (articles 27 et 28).

Les noms des membres du jury seront affichés à l'accueil.

Inscriptions sur place

Chaque jour, 4 circuits sont proposés : inscription sur place et paiement au secrétariat, stand « Inscription sur Place ». En échange le concurrent recevra la définition de postes correspondant à son choix, preuve de son inscription à montrer au départ. Les cartes seront disponibles dans la zone de départ.

Tarif (paiement sur place au secrétariat) :

19 € pour les adultes

14 € pour les moins de 18 ans.

Circuits proposés :

	4 km	7 km
Techniquement FACILE	SE (Short Easy)	LE (Long Easy)
Techniquement DIFFICILE	SD (Short Difficult)	LD (Long Difficult)

Parcours H/D-10

Les enfants qui effectuent le parcours H/D-10 accompagnés ou suivis par une personne pouvant les aider sont tenus de le signaler au départ. Un classement séparé des enfants courant seuls **H/D-10 A** et de ceux courant accompagnés **H/D-10 B** sera établi.

Il n'y a pas de temps de départ imposé pour les catégories H/D-10.

Ravitaillement en eau

Départ : il n'y a pas de ravitaillement en eau au départ.

Sur le parcours :

Etape 1 : pas de ravitaillement

Etape 2 : 1 ravitaillement en eau, uniquement pour les parcours 1;2;3;4;5;9;10

Etape 3 : 1 ravitaillement en eau, uniquement pour les parcours 1 à 11

A l'arrivée : une bouteille d'eau sera distribuée le 1^{er} jour et puis une fontaine à eau sera à votre disposition. Conserver votre bouteille ou utiliser votre gourde ou gobelet les jours suivants.

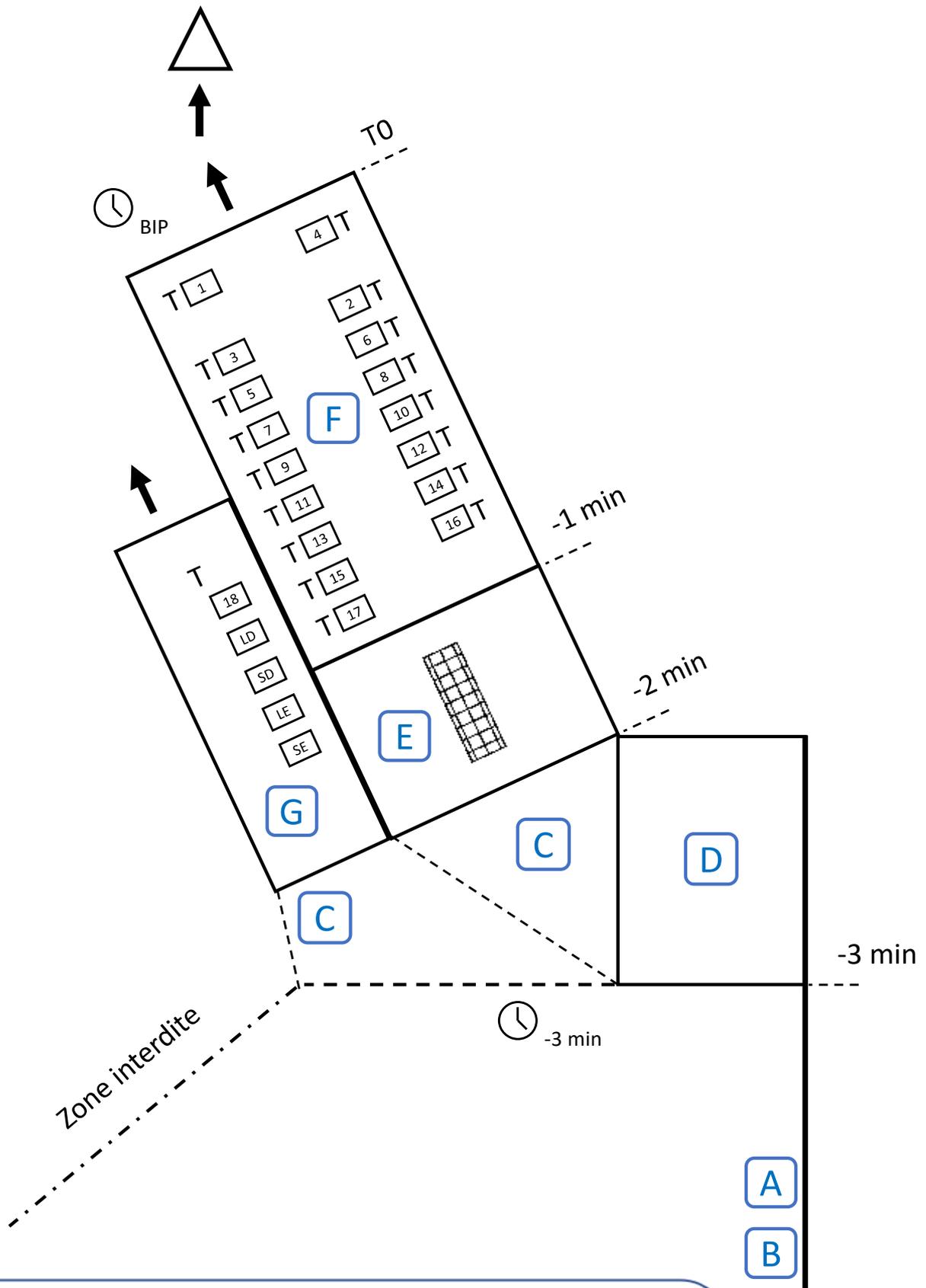
Plans schématiques des départs

Les concurrents doivent se présenter au départ 3 minutes avant leur temps de départ.

La prise de carte s'effectue au pré-départ. Le trajet balisé vers le départ est obligatoire et le non-respect de cette règle entraînera d'office la disqualification du coureur fautif. Le départ est matérialisé par une balise non visible depuis le pré-départ.

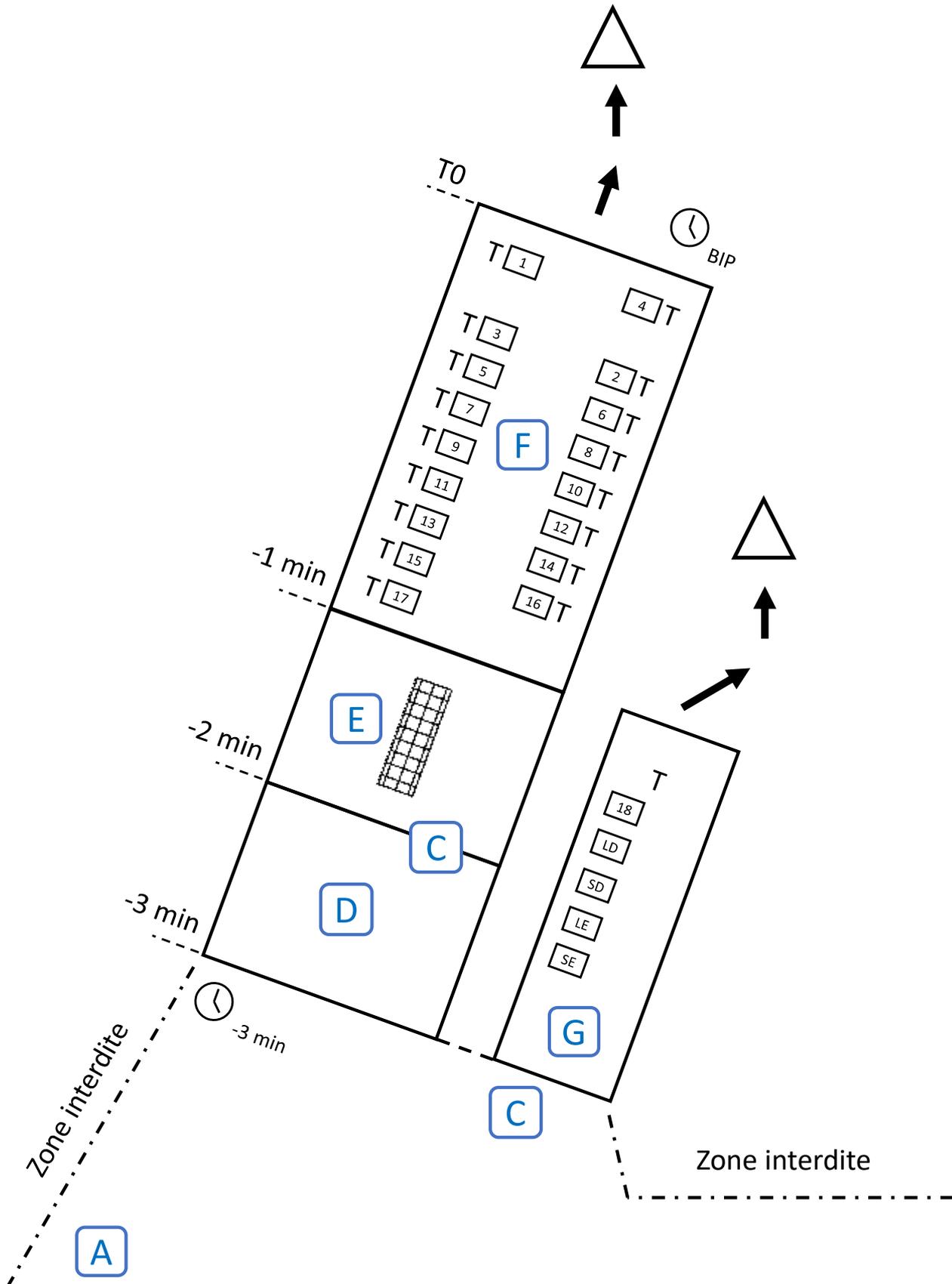
Un plan schématique de chaque départ est présenté ci-après

3JB 2022 - Etape 1



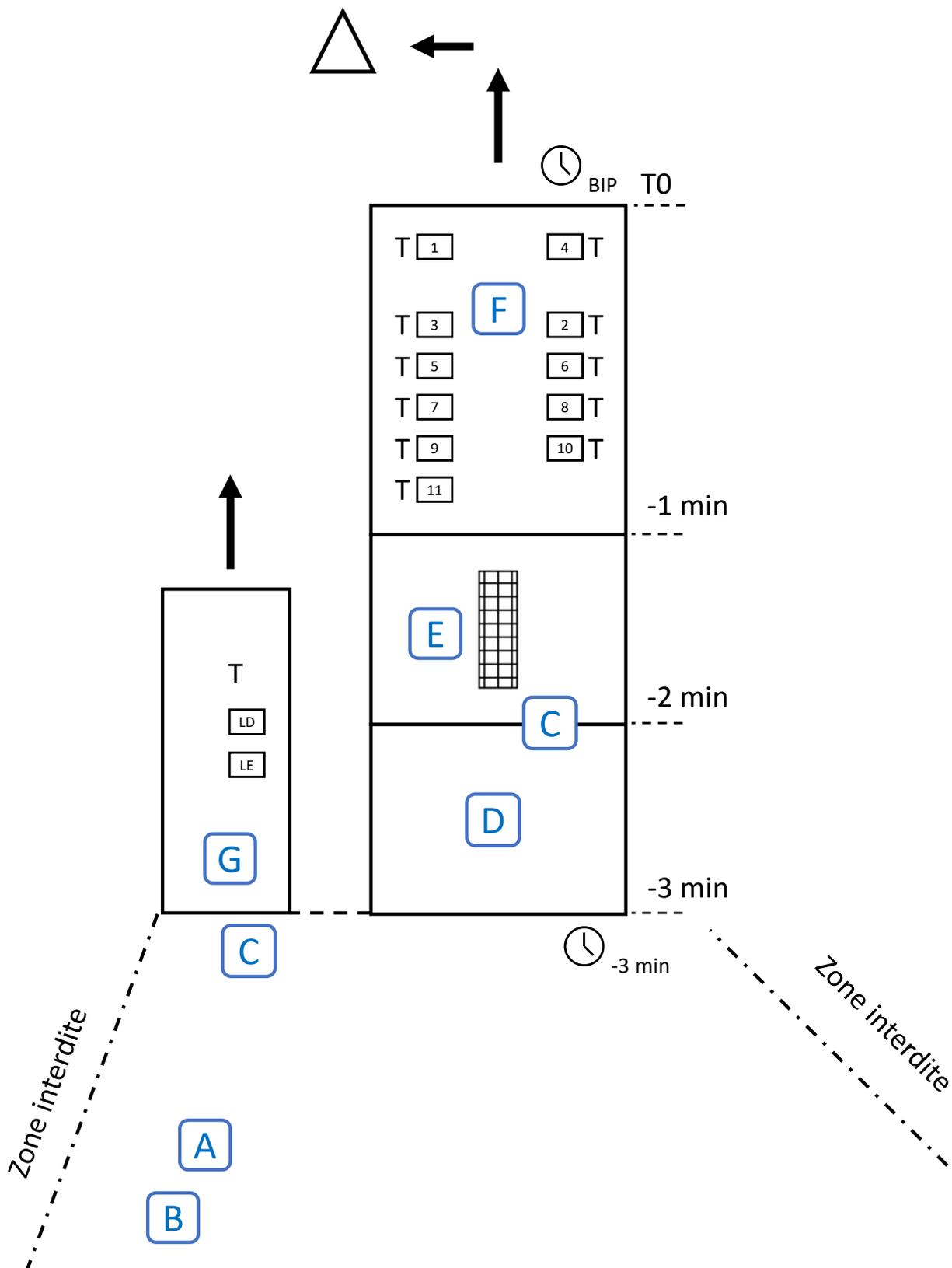
- | | | |
|----------|---|---|
| A | Liste des temps de départ | <u>Start lists</u> |
| B | Infos du jour | <u>Day infos</u> |
| C | Plots <u>SportIdent</u> Clear / Check | <u>Clear / Check SportIdent stations</u> |
| D | Appel & Contrôle <u>SportIdent</u> (-3 min) | <u>Call for runners & SportIdent control (-3 min)</u> |
| E | Définition de course (-2 min) | <u>Race Definition (-2 min)</u> |
| F | Cartes & Plots de départ <u>SportIdent</u> | <u>Map & SportIdent Start stations</u> |
| G | Inscription sur place + H-10/D-10 | <u>Race of the day + H-10/D-10</u> |

3JB 2022 - Etape 2



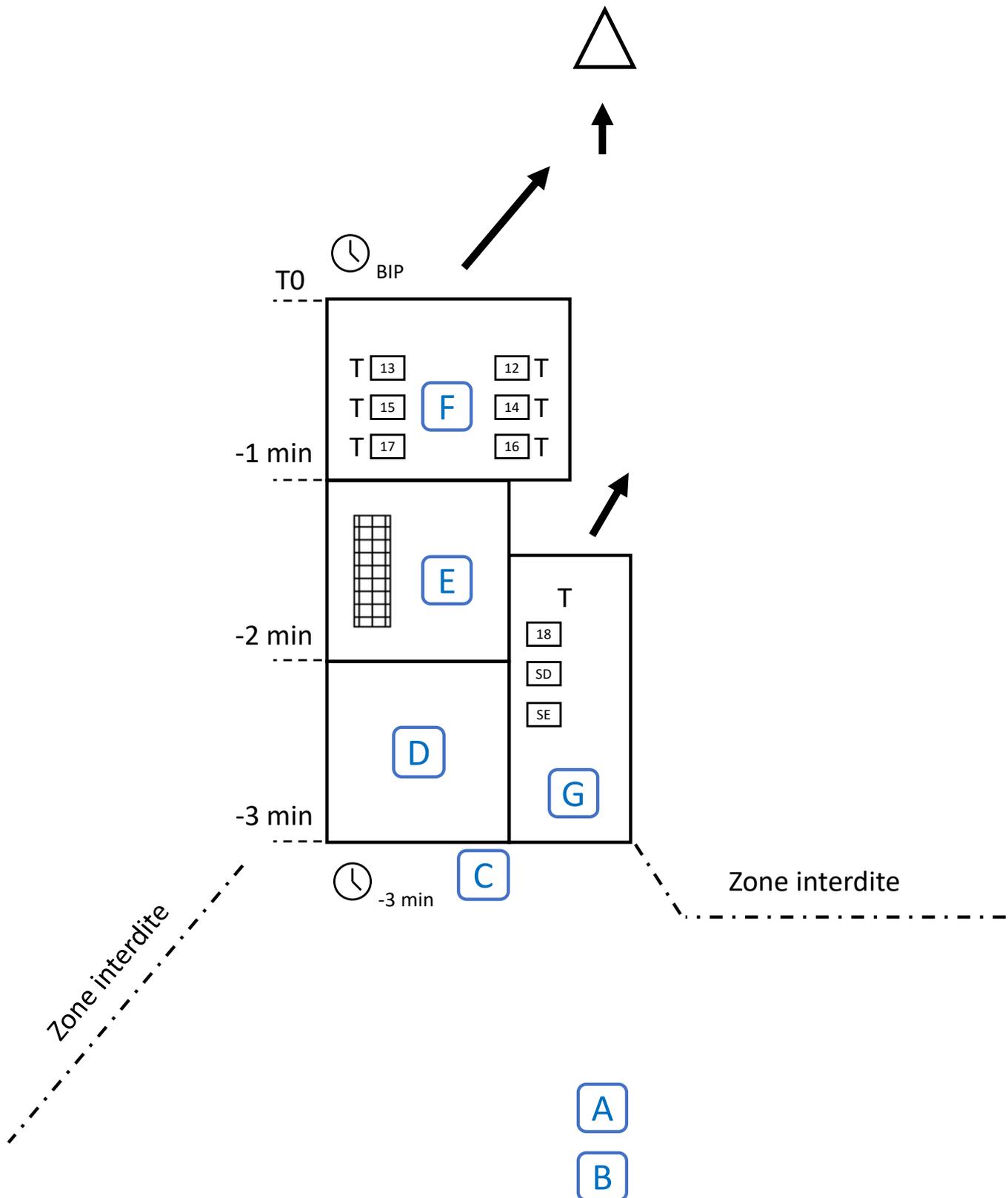
- | | | |
|----------|--|--|
| A | Liste des temps de départ | Start lists |
| B | Infos du jour | Day infos |
| C | Plots SportIdent Clear / Check | Clear / Check SportIdent stations |
| D | Appel & Contrôle SportIdent (-3 min) | Call for runners & SportIdent control (-3 min) |
| E | Définition de course (-2 min) | Race Definition (-2 min) |
| F | Cartes & Plots de départ SportIdent | Map & SportIdent Start stations |
| G | Inscription sur place + H-10/D-10 | Race of the day + H-10/D-10 |

3JB 2022 - Etape 3 – Départ 1



- | | | |
|----------|--|--|
| A | Liste des temps de départ | Start lists |
| B | Infos du jour | Day infos |
| C | Plots SportIdent Clear / Check | Clear / Check SportIdent stations |
| D | Appel & Contrôle SportIdent (-3 min) | Call for runners & SportIdent control (-3 min) |
| E | Définition de course (-2 min) | Race Definition (-2 min) |
| F | Cartes & Plots de départ SportIdent | Map & SportIdent Start stations |
| G | Inscription sur place + H-10/D-10 | Race of the day + H-10/D-10 |

3JB 2022 - Etape 3 – Départ 2



- | | | |
|----------|---|--|
| A | Liste des temps de départ | Start lists |
| B | Infos du jour | Day infos |
| C | Plots <u>SportIdent</u> Clear / Check | Clear / Check <u>SportIdent</u> stations |
| D | Appel & Contrôle <u>SportIdent</u> (-3 min) | Call for <u>runners</u> & <u>SportIdent</u> control (-3 min) |
| E | Définition de course (-2 min) | Race <u>Definition</u> (-2 min) |
| F | Cartes & Plots de départ <u>SportIdent</u> | <u>Map</u> & <u>SportIdent</u> Start stations |
| G | Inscription sur place + H-10/D-10 | Race of the <u>day</u> + H-10/D-10 |