



Brussels Orienteering Challenge #4 18.12.2021 – Ultra Longues Distances

INFORMATIONS & CONSIGNES DE COURSE

Traceur: Hugues Brun / Contrôleur: Jean-Baptiste Colomb

● Parcours

Entre « longue distance » avec quelques longs choix et de nombreux enchaînements plus typés « moyenne distance », il faudra rester concentré jusqu'au bout !

Circuits	Distance	Heure de départ	Postes	Échelle	Dénivelé
1 ULD Long	22,8 km	10h00	30	1 : 15 000	400m
2 ULD Moyen	12,7 km	10h10	25	1 : 15 000	250m
3 ULD Court	8,0 km	10h20	19	1 : 10 000	140m
4 Individuel long (rouge/noir)	8,0 km	10h25 à 11h00	19	1 : 10 000	140m
5 Individuel court (bleu/rouge)	4,8 km	10h25 à 11h00	14	1 : 10 000	75m
6 Individuel très court (vert)	2,9 km	10h25 à 11h00	11	1 : 7 500	25m

Equidistance : 2,5m.

● En pratique

Avant le départ

- o Quelques places de parking disponibles dans le parking du Wellington. Ensuite dans la rue. Pensez au covoiturage!
- o Départ à 1100 m du centre de course! Prévoir 15 minutes de marche pour y arriver.
- o Si vous courez en équipe, merci d'avoir votre nom d'équipe en tête lors de votre passage au secrétariat
- o Liste des préinscrits : <https://helga-o.com/start/index.php?lauf=2446>
- o Frais d'inscription :
 - Membre d'un club (ABSU ou IOF) pré-inscrit: 7€ (ou 4,5€ si <18 ans)
 - Autres: 9€ (ou 6,5€ si <18 ans)
 - Sportident : 2€ (>18 ans) ou 1€ (<18 ans)
- o Description de postes imprimée sur la carte sauf pour le parcours 2. Aussi disponible séparément au secrétariat.

La course

- o Départs de masse pour les ultra longues distances:
 - 10h00 pour le parcours 1 : ULD long
 - 10h10 pour le parcours 2 : ULD moyen

- 10h20 pour le parcours 3 : ULD court
 - o Soyez au départ trois minutes à l'avance pour un dernier briefing.
- o Départ libre entre 10h25 et 11h00 pour les parcours individuels.
- o **Passage de routes dangereuses sur tous les parcours : respecter le code de la route et accompagner ou briefier vos enfants**
- o Séance d'initiation à 11h00 au centre de course. Suivi d'un accompagnement sur le parcours très court.
- o **Débalisage à partir de 14h30.**

A l'arrivée

- o Passez à la "table de l'informatique" à votre retour pour encoder votre temps de course. Profitez-en pour saluer Jacques, l'homme de la *gestion électronique de course*.
- o Il y aura des bidouilles d'eau au centre de course. Pensez à prendre votre gourde ou gobelet pour limiter les déchets.
- o Douches avec eau bien chaude et bar avec boissons bien fraîches ainsi que petite restauration.

● Pour les nouveaux

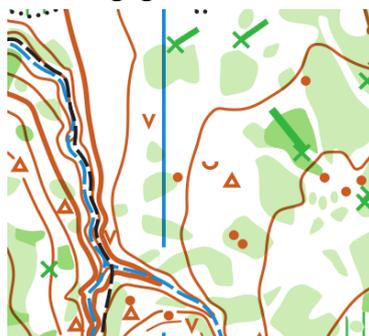
Vous trouverez de multiples informations à destination des nouveaux sur la page [Brussels Orienteering Challenge de l'ASUB](#).

Pour vos autres questions, n'hésitez pas à participer à l'initiation à 11h pour une introduction à la marche et course d'orientation ainsi qu'un accompagnement sur le parcours vert.

● Terrain et carte

Le bois a été ratissé par le traceur et le contrôleur afin de proposer des circuits acceptables pour les tibias mais certaines zones de ronces persistent, guêtrez-vous.

Pour le reste, la forêt est constituée de magnifiques hêtraies blanches et courantes. Le bois est gorgé d'eau et les petits vallons à traverser, bien glissants. Comme on dit dans le jargon, le terrain est bien gras, de quoi ajouter une difficulté physique non négligeable.



La partie Nord de la carte a été cartographiée en 2021 et est donc très à jour. La partie Sud a moins de cinq ans, la végétation peut donc un peu avoir évolué. Quelques zones ont subi de légers travaux récents (coupe d'arbres, tonte de ronces, etc...) qui ne sont pas repris sur la carte, soyez attentifs !

● Zones interdites et chemins interdits

Les autorisations et contraintes des autorités forestières afin de pouvoir organiser cette étape du "Brussels Orienteering Challenge" entraînent la mise de plusieurs restrictions:



- les **zones interdites**, marquées sur la carte en **hachuré violette**. Ces zones ne peuvent être traversées.
- les **chemins interdits**, symbolisés par des chemins barrés de **croix violettes**. Ils sont réservés aux cavaliers. Il est interdit de courir sur ces chemins mais ils peuvent être traversés.

Il est essentiel de respecter ces interdictions pour espérer la poursuite de la pratique de la course d'orientation en forêt de Soignes.

⇒ **Le non-respect des zones et chemins interdits entraîne la disqualification.**