

---

# Instructions

## Balisage – Débalisage

## **BALISAGE**

### **Il se décompose en 3 phases :**

- 1. Mise en place du balisage,
- 2. Vérification de ce balisage avant le passage des coureurs,

Par respect pour l'environnement, interdiction d'utiliser de la peinture sur les sentiers.

Pas de clous pour fixer les panneaux sur les arbres.



### **Dispositions particulières**

- Bonne forme physique requise
- Tenue adaptée (froid, boue...)

### **Matériel mis à disposition :**

- Cartes des parcours,
- Dossier autorisations,
- Balises spécifiques,
- Piquets,
- Fil de fer,
- Cutter,
- Trousse premier secours,
- Rouleaux de rubalise,
- Flèches.

---

### **Matériel à prévoir individuellement :**

- Sac à dos avec réserve d'eau,
- Sécateur,
- Téléphone chargé

### **Généralités :**

- Le balisage doit être fait en se mettant à la place d'un coureur. Les balises doivent donc être placées de manière à être bien visibles.
- Il faut également placer les balises avec régularité, en évitant, même si le sentier est évident, de laisser de trop longues portions de sentier sans balise.
- Il peut aussi y avoir du brouillard ou de la pluie ! Placez les balises en imaginant que votre champ visuel est de moins de 30m !
- Pour attacher les balises :
  - à une branche : faire un flot pour faciliter le débalisage et pas de nœud.
- Il y a un responsable par Boucle.

## Instructions de Pose

- Placer les balises avec régularité, en tenant compte de la difficulté du terrain et dans le champ visuel du coureur (attention au surbalisage):
  - tous les 50 mètres sur un sentier rectiligne en terrain découvert,
  - de manière beaucoup plus rapprochée sur un sentier sinueux et/ou en forêt.
- Optimisez ce balisage :
  - Marquer chaque changement de direction par la mise en place d'une balise de part et d'autre du sentier avant le changement et après la même chose,
    - ❖ en confirmant après chaque jonction ou intersection par 4 balises espacées de 10 mètres
    - ❖ en plaçant les balises avant un coude de virage, le haut d'une bosse, l'entrée d'un bois... de sorte de la voir au plus loin avant l'obstacle visuel.
    - ❖ en déroulant au sol une bande de rubalise pour barrer les chemins à ne pas prendre (attacher la rubalise à une pierre ou un morceau de bois). Maintenir la rubalise avec des pierres posées dessus à intervalle de 1 m environ,

## Gestion des raccourcis :

- Le règlement du Trail des Arpents précise :

*«Les concurrents doivent respecter scrupuleusement le parcours balisé et fléché et ne pas couper au risque de se perdre».*
- Couper un sentier provoquera une dégradation du site et de la faune. C'est vous qui connaissez le mieux les sentiers empruntés par le Trail des Arpents, c'est pourquoi il faut en fonction des contraintes terrain :
  - tracer au plus court, dans le respect des sentiers : si deux sentes peuvent être empruntées sans qu'il soit possible de dire que la plus courte est un raccourci à ne pas prendre,

choisissez alors systématiquement le chemin le plus court.

- barrer les raccourcis que les coureurs ne doivent pas prendre avec une bande de rubalise attachée à 2 piquets ou posée sur le sol et maintenue par des pierres

### **Vérification, ouverture course**

- Vérification du balisage avant le passage des coureurs :
  - Deux ou trois équipes sous la coupe du responsable de boucle, par boucle.
  - Matériel à emporter par équipe:
    - ❖ 1 rouleau de rubalise,
    - ❖ 100 balises,
    - ❖ Dossier autorisations,
    - ❖ Quelques piquets,
    - ❖ Quelques flèches,
    - ❖ 1 téléphone,
  - Suivre le parcours en fonction du balisage réalisé en vérifiant :
    - ❖ Qu'il ne manque pas de balises,
    - ❖ Les intersections et changement de
    - ❖ Qu'il ne manque pas de marques au sol,
    - ❖ Qu'aucune fausse piste ne soit possible (actes de malveillance)
  - Ajouter toute balise si nécessaire.

---

## **DEBALISAGE**

### **Mission :**

- Il commence après le passage du dernier coureur accompagné du (des) serre-files(s). Effectué par le(s) signaleur(s) en poste jusqu'au poste suivant et ainsi de suite.
- Matériel à emporter par équipe:
  - Sacs poubelles,
  - Cutter.
- Retirez systématiquement et avec soin toutes les balises et piquets,
- Ramassez aussi tous les papiers ou détritius laissés par descoueurs irrespectueux du règlement et de la nature,
- Ramenez au Gymnase tout le matériel de balisage aux responsables des boucles