**Règles supplémentaires BK OCR '2021’**

**suite le 16/01/2022 en coopération avec War Race Te Bastogne**

*Outre les règles standard qui s'appliquent à la course de guerre récréative, il existe des règles de compétition spécifiques au BK qui sont différentes. Par la présente, nous voulons vous donner une vue d'ensemble pour commencer la course de manière correcte et nous espérons que vous êtes suffisamment informé pour éviter les malentendus.*

**Il y aura un briefing avant le départ de la course. Veuillez donc être présent 15' avant le départ sur la zone de départ.**

**Sous réserve de modifications mineures par rapport à ce document en fonction des f)acteurs en jeu et des constatations des commissaires en chef le samedi après le contrôle du parcours.**

**Règles de départ**

* Le départ doit se faire avec **(contrôle au départ, à montrer spontanément)** :
	+ Veste de poids fournie
		- **Différence de poids (2kg) entre les hommes et les femmes !**
	+ 3 bracelets
		- **2 rouges (à porter au poignet droit)**
		- **1 blanc (à porter au poignet gauche)**
	+ ‘Veste’ Bocra
	+ Chaussures appropriées (ne doivent pas vous blesser ou blesser des tiers)
* Le participant doit conserver les vêtements qu'il a portés du début à la fin de l'épreuve.
	+ Ne pas le laisser dans le gilet, car il sera distribué en chemin.
	+ Ne pas céder à des tiers
* Il est interdit de laisser des déchets (nourriture/suppléments, etc.) sur le parcours.
* Aucune assistance ne peut être proposée par des tiers :
	+ Interdiction de prendre de la nourriture/des boissons
	+ Interdiction de donner/recevoir de l'aide des autres participants et/ou des spectateurs.
* Gilet de poids
	+ Comme mentionné, le gilet de musculation doit être porté au départ, il sera contrôlé après la sortie.
* A porter du départ jusqu'à +-6km sur un parking. Ici, il y aura un conteneur où vous pourrez mettre votre gilet de poids afin de continuer la course (avec à partir de ce moment-là la veste bocra avec le numéro toujours visible).
* Approvisionnement
	+ Il n'y aura pas de ravitaillement sur la route (concept de course de guerre pour obtenir le ravitaillement en gilet)
	+ Il est préférable de prévoir son propre ravitaillement personnel (car le gilet sera remis après +6km).

*Conseil : buvez suffisamment de 2h à 1h avant le départ pour faire le plein d'eau. Entre 1h et le départ, il est préférable de ne pas boire beaucoup. Si vous ressentez toujours le besoin de boire, vous pouvez toujours le prendre 10 à 20 minutes avant le départ (éventuellement en combinaison avec un aliment/gel).*

* Système à 3 bandes
	+ Comme mentionné ci-dessus, vous recevrez **2 bracelets rouges et 1 bracelet blanc** que vous devrez porter de manière visible sur vos poignets.
	+ **En cas d'échec d'un obstacle technique, vous avez la possibilité de faire un deuxième essai.**
		- Après un échec, vous devez vous faire connaître auprès du maréchal avant de pouvoir saisir une seconde chance.
		- La reprise doit être effectuée dans un délai de 2' (sauf si cela n'est pas possible en raison de circonstances extérieures).
			* *Les temps seront calculés en fonction de l'heure d'arrivée, même si vous avez 1/2/3 des pneus restants en votre possession.*
			* *En raison des conditions météorologiques, qui ne permettront pas au corps de rester immobile pendant une longue période.*
			* *Comme nous souhaitons éviter autant que possible les files d'attente*
		- Lors de la reprise, **vous ne devez pas gêner les autres participants** qui font leur première tentative.
		- Vous devez passer le test dans l'ordre correct si plusieurs personnes passent le test.
	+ En cas de 2ème échec d'un obstacle, un bracelet sera retiré par le maréchal dans cet ordre (être attentif) :
		- **Coupe 1 : bracelet rouge**
		- **Clip 2 : bracelet rouge**
		- **3ème coupe : bracelet blanc**
	+ Après le **retrait d'un bracelet**, le participant doit **continuer sa course**, la perte de celui-ci entraînera une **boucle de pénalité juste avant l'arrivée**.
* Boucle de pénalité
	+ En fonction du nombre de pneus perdus, le participant devra effectuer les boucles pénales correspondantes avant de se rendre à l'arrivée :
		- 3 sangles : directement à l'arrivée
		- 2 sangles (1 blanche/1 rouge) : 1 boucle de pénalité à compléter
		- 1 bande (1 blanche) : 2 boucles de pénalité à compléter

*Il est important de l'indiquer au commissaire après avoir effectué une boucle pénale afin qu'il puisse le noter sur votre bracelet blanc (pour aller à l'arrivée ou pour commencer la 2ème boucle pénale et répéter cette action).*

* + - 0 bracelet : vous pouvez aller directement à l'arrivée sans aucun bracelet restant.
* Finition
	+ Le participant doit **spontanément montrer son ou ses bracelets au marshall** (ou indiquer qu'il n'en a plus) présent à l'arrivée, pour vérifier s'ils sont présents et/ou si les boucles pénales correspondantes ont été exécutées.
* Temps
	+ Le temps affiché dans les résultats est le temps écoulé entre le départ et le franchissement de la ligne d'arrivée. Le nombre de sangles n'a aucune influence sur le résultat (tant qu'au moins une sangle est en possession du participant).
	+ Le temps sera rattrapé par le Marshall principal présent qui l'inscrira dans un fichier excell.
* Prix
	+ Un podium général (également avec d'autres nationalités) sera prévu pour les 5 premiers hommes/femmes :
		- Prix en espèces pour les 3 premiers M/F
		- Prix Natura pour les 4e et 5e hommes/femmes
	+ Il y aura un podium général BK pour les 3 premiers H/F :
		- Coupes (entrée 2021 car c'est notre BK 2021 en fin de compte)
		- Prix Natura grâce à WCup et Trakks
	+ Il y aura un podium par groupe d'âge avec les 3 premiers hommes/femmes :
		- Les prix Natura grâce à la WCUP
	+ Un athlète ne peut être considéré que pour le prix le plus élevé\*.

\* : La personne qui montera sur le podium général des BK recevra le prix le plus élevé. Cette personne sera également sur le podium en catégorie d'âge mais le prix en nature correspondant ira dans ce cas à la personne suivante sur le podium.

- Groupes d'âge

U20

o 20 - 24

o 25 - 29

o 30 - 34

o 35 - 39

o 40 - 44

o 45 - 49

o 50+

o 55+

*L'âge que vous aviez au 31/12/2021 est pris en compte !*

**Obstacles**

* Il y aura une variété d'obstacles avec force / endurance / technique.
* Il existe des obstacles qui ne doivent pas être réalisés pour le BK.
	+ Roue de la fortune
	+ Deadhang
	+ Exercice de réflexion

Cela sera annoncé le dimanche matin et/ou dans un message, ainsi que clairement indiqué par le volontaire présent à l'obstacle concerné.

* L'achèvement des obstacles techniques
	+ Cela inclut tous les obstacles qui sont suspendus à un échafaudage.
	+ Un départ doit être fait :
		- Devant le ruban (si présent)
		- A la 1ère prise pendue/attribut
	+ et terminé par :
		- taper la cloche avec la main (le cas échéant)
		- Atterrissage après un ruban d'extrémité au sol (le cas échéant)
		- Tenir la dernière poignée avec la main (si aucune cloche ou ruban n'est fourni)
	+ La construction de l'échafaudage ne peut être utilisée pour l'exécution de l'obstacle.
	+ Les cordes/chaînes avec lesquelles des grips/attributs ont été accrochés ne peuvent pas être utilisées.

**Marshalls**

* Les instructions des maréchaux doivent être suivies.
* Il n'y aura pas de discussion avec le marshal.
* Si un participant empêche intentionnellement un maréchal d'accomplir sa tâche, cela peut conduire à un DSQ.
* Outre les maréchaux, des bénévoles seront également présents aux obstacles.
* Montrez spontanément vos pneus restants à l'arrivée pour un traitement correct de votre temps d'arrivée.
* Les commissaires en chef s'occuperont du chronométrage et du briefing avant le départ.

**Varia**

* S'habiller de manière appropriée en fonction des conditions météorologiques
* Il n'y a pas de douches
* Un masque buccal sera fourni par l'organisation
* Il vous sera demandé de présenter une CST au moment de l'enregistrement.