

## Tenir un poste de POR

Les postes d'un POR sont placés le long du parcours, généralement à des endroits ayant des difficultés topographiques. Les juges ont pour tâche de noter l'heure à laquelle les concurrents arrivent et celle à laquelle ils quittent leur poste. Si des concurrents arrivent ensemble, il se charge de les faire repartir à un intervalle de 5 minutes. Ils notent également le chemin par lequel le concurrent arrive.

### Déroulement d'un poste :

L'arrivée du poste est symbolisée par une ou plusieurs portes (composées d'un fanion rouge à droite et un blanc à gauche) situés de part et d'autre des chemins par lesquels le concurrent peut arriver.

Les fanions ne doivent pas être visibles depuis le chemin (le moins possible). Le juge se tient un peu à distance, assez pour que le concurrent ne le voit pas trop, mais de manière à savoir précisément si le concurrent a franchi la ligne ou non (ligne virtuelle entre les deux fanions).

Une fois cette ligne franchie, il arrête le concurrent et **note sur la feuille de poste et la feuille de route du concurrent:**

- **l'heure d'arrivée exacte (heure + minutes)**  
*Les secondes sont arrondies à la minute inférieure de l'heure d'arrivée (11h31'57" = 11h31)*
- **l'heure de départ (heure + minute)**  
*5 minutes plus tard de l'heure d'arrivée, puis 5 min entre chaque concurrent/équipe*
- **le chemin d'arrivée par A, B, C, D, ...** indiqué sur les fanions et sur le plan de poste
- **la feuille du poste est signée par le concurrent** (la feuille du juge)
- **la feuille de route est signée par le juge** (la feuille du concurrent)

La feuille de route est rendue au cavalier après signature du juge. Le cavalier doit signer la feuille de poste. Le juge avertit le concurrent environ une minute avant son départ. Le cavalier ne quitte pas le poste tant que ce n'est pas son heure de départ et que le juge a donné l'accord. Le cavalier doit partir à l'heure indiquée par le juge, sinon mentionner les minutes en plus dans remarques.

### **Attention :**

- Le cavalier doit passer dans les fanions dans le bon sens (rouge à droite) et s'il arrive par un mauvais chemin mais fait un détour pour passer entre les fanions, le poste est considéré comme faux (à noter sur la feuille de poste ou contrôle).
- Si le cavalier dépasse la hauteur du poste sans passer entre les fanions il faut noter « autre chemin ». S'il passe à proximité, le juge l'appelle. Si le cavalier voit le juge, il doit se diriger vers lui en suivant son tracé.
- Si vous n'êtes pas sûr, notez le problème rencontré sur votre feuille de poste et expliquez-le au président du jury, c'est lui qui tranchera.

Normalement, un cavalier a droit à une pause d'au moins 5min à chaque poste. En cas de bouchon au poste le juge peut décider de limiter ce temps à 4 ou 3 minutes, mais deux concurrents ne peuvent pas repartir ensemble (à part les équipes)

### **Exemple pour les heures de départ :**

	Heure arrivée au poste	Heure départ au poste
1 <sup>er</sup> concurrent série 1	9h07	9h12
2 <sup>ème</sup> concurrent série 1	9h10	9h17
3 <sup>ème</sup> concurrent série 1	9h20	9h25

5 minutes minimum entre les departs

Les concurrents doivent avoir 5 minutes de pause minimum.

Les concurrents d'une même série repartent toujours avec 5 minutes d'intervalle. Entre série 1,2,3 les concurrents n'ont pas besoin d'être intercalés de 5 minutes, si ce n'est pas le même parcours.

## **Tenir un contrôle de POR**

Les contrôles d'un POR sont placés le long du parcours, généralement à des endroits ayant des difficultés topographiques. Les juges ont pour tâche de noter le chemin par lequel le concurrent arrive. Le chrono du concurrent ne s'arrête pas.

### **Déroulement d'un contrôle :**

L'arrivée du poste est symbolisée par une ou plusieurs portes (composées d'un fanion rouge à droite et un blanc à gauche) situés de part et d'autre des chemins par lesquels le concurrent peut arriver.

Les fanions ne doivent pas être visibles depuis le chemin (le moins possible). Le juge se tient un peu à distance, assez pour que le concurrent ne le voit pas trop, mais de manière à savoir précisément si le concurrent a franchi la ligne ou non (ligne virtuelle entre les deux fanions).

Une fois cette ligne franchie, il arrête le concurrent et **note sur la feuille de poste et la feuille de route du concurrent**:

- **le chemin d'arrivée par A, B, C, D, ...** indiqué sur les fanions et sur le plan de poste
- **la feuille du poste est signée par le concurrent** (la feuille du juge)
- **la feuille de route est signé par le juge** (la feuille du concurrent)

La feuille de route est rendue au cavalier après signature du juge. Le cavalier doit signer la feuille de poste. Le cavalier peut directement repartir.

### **Attention :**

- Le cavalier doit passer dans les fanions dans le bon sens (rouge à droite) et s'il arrive par un mauvais chemin mais fait un détour pour passer entre les fanions, le poste est considéré comme faux (à noter sur la feuille de poste ou contrôle).
- Si le cavalier dépasse la hauteur du poste sans passer entre les fanions il faut noter « autre chemin ». S'il passe à proximité, le juge l'appelle. Si le cavalier voit le juge, il doit se diriger vers lui en suivant son tracé.
- Si vous n'êtes pas sûr, notez le problème rencontré sur votre feuille de poste et expliquez-le au président du jury, c'est lui qui tranchera.