

EPREUVES

RAID'Y AVENTURE

2003 et avant (30 KMS) *



CONSIGNES GENERALES

- VTT, run and bike, course à pied, trottinette:

1. Prudence lors des dépassements, **respect du code de la route**. Courez et roulez à droite, arrêtez-vous aux intersections.
2. Progression en suivi d'itinéraire fléché. Les concurrents ne doivent pas s'en écarter.
3. Lors de l'utilisation d'un système de traction en VTT : celui-ci doit être largable à tout moment et ne pas être utilisé en descente.
4. Lors des épreuves de VTT, avertir de sa présence à proximité d'un sportif en course à pied. Le coureur à pied est prioritaire au VTTiste.
5. Port du casque aux normes obligatoire avec coque rigide attaché et ajusté tout au long des épreuves

- Run and bike/Trott'&Run :

1. Interdiction d'être à deux sur le VTT et sur la trottinette
2. Interdiction de porter la trottinette
3. Stratégie libre

- Course d'Orientation:

1. Utilisation de la boussole autorisée, non fournie par l'organisateur.
2. Remise de la carte en présence des 2 équipiers, dans l'ordre d'arrivée des équipes. Les équipes recevront différentes cartes.
3. Les deux concurrents devront rester ensemble

- Canoë :

1. Les canoës, pagaies et gilets de sauvetage seront fournis par l'organisation.
2. Ils seront mis à disposition au moment de l'embarcation au fur et à mesure des arrivées
3. Port du gilet de sauvetage et du casque obligatoire pendant la durée de l'épreuve.
4. Interdiction de porter le sac à dos sous ou sur le gilet de sauvetage.
5. Les concurrents devront suivre les consignes.
6. Les concurrents devront conserver leurs chaussures lacées aux pieds tout au long de l'épreuve.

- Tyrolienne :

1. Les concurrents seront équipés obligatoirement par un opérateur
2. Respect des consignes spécifiques données avant le départ de l'activité par l'opérateur
3. Les concurrents doivent mesurer au minimum 1m40 de hauteur
4. Dépôt du gilet de sauvetage avant de se lancer dans l'épreuve



Ce sigle signifie un passage obligatoire par un parc à vélo.

- **Parc à vélo :**

1. Descendre du VTT obligatoirement avant d'entrer dans les parcs à vélo.
2. Reconstitution du binôme obligatoirement avant chaque entrée et sortie dans les parcs à vélo.
3. Le participant est responsable du matériel déposé dans le parc à VTT

ENCHAINEMENT DES EPREUVES



N°1 Les sportifs du Raid'Y Aventure pourront déposer les VTT à la fin des épreuves jeunes

ESCALADE entre 15h30 et 16h30

Epreuve déterminant les départs décalés sur le site des Ozières.

1. Chaque équipier devra grimper sur une voie qui lui sera attribuée.
2. Chaque grimpeur devra atteindre le sommet de la voie en moins de 2 minutes.
3. En cas de chute, le grimpeur reprend à l'endroit où il a réussi à se stopper.
4. Une seule chute autorisée par grimpeur.
5. Pour arriver en haut de la voie, seules les prises d'escalade sont autorisées (interdiction d'utiliser un point d'encrage, la corde ou l'angle de structure pour s'aider).
6. Le chronomètre commence lorsque le grimpeur n'a plus de contact avec le sol et il s'arrête lorsqu'il atteint le sommet.
7. Le nombre de fois où le sommet sera atteint (2 grimpeurs=2 fois, 1 grimpeur=1 fois, 0 grimpeur= 0 fois) déterminera le départ de l'épreuve suivant, **1 minute de pénalité par sommet non atteint.**
8. Clôture de l'épreuve et briefing devant le podium dans la continuité.

RUN AND BIKE à partir de 17h (3 km)*

Départ décalé sous l'arche par vague selon les pénalités obtenues à l'escalade.



N° 2 Dépôt du VTT – liaison Course à pied

COURSE D'ORIENTATION (4 km)* Table de marque sur l'itinéraire fléché

1. La carte sera remise en présence des 2 équipiers. Les deux concurrents devront rester ensemble.
2. 16 balises seront à trouver. Attention balises leurres sur le parcours !
3. **Pénalité de 2 minutes** attribuée pour chaque balise non validée ou erronée (ou 2 poinçons dans la même case)
4. Restitution de la carte à la table de marque et liaison en course à pied



N° 2 Retrait du VTT

RUN AND BIKE (2km)*



N° 1 Retrait du 2^{ème} VTT

PASSAGE SOUS ARCHE (temps intermédiaire)

VTT (11 km)*

COURSE A PIED (2 km)*

VTT (4 km)*



N° 1 Dépôt des VTT – liaison Course à pied pour enchaîner les autres épreuves PASSAGE SOUS ARCHE (temps intermédiaire)

TIR A L'ARC

1. 2 flèches seront à tirer pour atteindre une cible, tireur au choix.
2. Cible à 12m.
3. 2 minutes de pénalité par cible ratée

LABYRINTHE

1. Les 2 équipiers effectueront le labyrinthe. 2 entrées distinctes pour chaque équipier
 2. Le labyrinthe sera matérialisé par de la rubalise et des piquets
 3. Une carte par équipier (2 cartes différentes) sera distribuée à l'entrée du labyrinthe
 4. 5 balises seront à trouver. Attention balises leurres !
 5. Chaque équipier poinçonne les balises de sa carte
 6. L'entrée, la sortie, balises seront indiquées sur la carte.
 7. Echange de cartes si nécessaire pour s'aider mais transmission uniquement dans un SAS prévu à cet effet
 8. Restitution des cartes une fois le binôme reconstitué.
 9. 2 min de pénalité pour chaque balise non trouvée ou non valide
 10. **Tout passage sous la rubalise d'une manière ou d'une autre entrainera 10 minutes de pénalité**
- **Reconstitution du binôme**

CANOE – Aller

1. Parcours imposé.
2. Durant le parcours, ramener l'embarcation sur la berge (emplacement signalé), **poser les gilets de sauvetage** et enchaîner l'épreuve suivante.

TYROLIENNE

1. Un aller et un retour à réaliser par équipier à réaliser
2. **Pénalité** de 8 minutes pour l'équipier qui n'effectuera pas l'épreuve

CANOE - Retour

1. Parcours imposé.
2. Ramener l'embarcation sur la berge de départ et enchaîner l'épreuve suivante.



N° 1 Retrait d'une trottinette pour l'équipe

PASSAGE SOUS ARCHE

TROTT & RUN (1km)*

1. Parcours imposé



N° 1 Dépôt de la trottinette

Liaison course à pied

PASSAGE SOUS ARCHE (temps intermédiaire)

PARCOURS DU COMBATTANT

Les 2 équipiers partent en même temps dans la continuité de l'épreuve précédente.

1. Progression simultanée.
2. Une pénalité de 5 minutes par obstacle non franchi est rajoutée au temps additionnel final.
3. Il est autorisé de s'aider mutuellement pour le franchissement de la table irlandaise (interdiction de toucher la structure porteuse).
4. A la sortie du dernier agrès (table irlandaise), l'équipe devra repasser sous l'arche pour arrêter le chronomètre.

PASSAGE FINAL SOUS ARCHE : Arrêt du chronomètre