

RAID DECOUVERTE LONG

Le PSNO vous remercie de votre participation et espère que vous allez passer un bon raid !

Le raid a une barrière horraire de 10h soit arrivée 22h00 maxi.

Toutes les équipes arrivant après cette barrière seront classées après ceux arrivant dans les temps même s'ils ont moins de pénalités.

Respect du code de la route impérativement

Matériels obligatoires:

Eclairage avant et arrière obligatoire sur les VTT dès 17h30 (hors course si pas respecté)

Gilet réfléchissant dès 17H30 (hors course si pas respecté)

Couverture de survie

Lampe frontale

Compteur ou GPS

réserve d'eau (1litre minimum)

Téléphone avec le numéro de secours suivant enregistré 0602033432

Petite trousse de secours

Nécessaire de réparation VTT

casque Obligatoire sur les sections VTT, Run and Bike,

Boussole

Sifflet

INFORMATIONS PRATIQUES:

Possibilité d'arriver le vendredi soir pour dormir dans la petite salle (prévoir votre petit dej)

Merci de nous prévenir par email stephanerodriguez6918@orange.fr

pose VTT à partir de 7h15 à Castelculier place de la mairie

Attention: Sur toutes les sections, il peut y avoir des balises fantômes!!!

Pénalité de 30min à 1h00

Être à deux aux balises et à toutes les balises ! Il y aura des contrôleurs à certains endroits stratégiques

8h OUVERTURE DE L'ACCUEIL à St Romain le Noble (salle des fêtes)

chasuble, plaques vtt (que vous pourrez garder en souvenir)...

Vous pouvez laisser une poche ou un sac étiquetée avec votre nom d'équipe pour y mettre des recharges et les frontales si vous le désirez

11H15 départ du bus vers le départ du raid

11H45 petit briefing avant le départ

12H 00 DEPART DU RAID 79KM !!

Epreuve 1 course d'orientation en relais 2KM c'est la puce qui fait office de relais 2KM
1ier relayeur co facile pénalité 5 min
2ième relayeur difficile

Epreuve 2 VTT'O en ligne et suivi 12 KM sur carte IGN

12KM

RAVITAILLEMENT

Epreuve 3: CO PHOTOS 5KM

Pénalité 10min

Pour chaque poste, une seule photo correspond au poste.
Les photos correspondantes sont à cocher sur la plaquette.

Pénalité de 10 min par photo manquante ou mauvaise photo cochée
ou photo supplémentaire cochée

Epreuve 4: Epreuve surprise après la co photo Gel du temps

Epreuve 5: Suivi VTT + suivre PR jaune deniv 130M 8,2km

Epreuve 6: Roadbook photos 8,5KM

Epreuve 7: Trail Orientation 3KM

Epreuve 8: VTT Mémo 4km
VIDAGE de la puce

Barrière horaire pour faire la CO 17H15

Epreuve 9: CO au score 1H 5,5km

5min par minute dépassée
ça pique !

Pénalité 15min

RAVITAILLEMENT

VIDAGE de la puce

Epreuve 10: Roadbook 4,7km

Barrière horaire pour faire la CO 19H00

Epreuve 11: Touché coulé 4km

Pénalité 10min

RAVITAILLEMENT EN EAU SEULEMENT

Epreuve 12: VTT Azimut 6,4km

Epreuve 13: VTT couloir deniv 153M 11,5km

RAVITAILLEMENT

Epreuve 14: Trail 5km

Vous êtes arrivés !

Barrière horaire 22H00

Dès 19h, vous pouvez commencer à manger

Si vous avez oublié de nous indiquer que vous restiez manger (Inclus dans l'inscription)

Merci de nous envoyer un email (stephanerodriguez6918@orange.fr)

mais avant vous pouvez récupérer vos vélos (5KM) et vous doucher.

Sur place, lavage possible de votre VTT et douche possible mais limitée

A partir de 22H, remise des récompenses et fiesta !

Vous pouvez rester dormir sur place !