

Déroulement du Raid Sportif

Epreuve	Balises à pointer obligatoirement dans l'ordre	Distance	Dénivelée	Remarques (fléchage)
Run and Bike	1 en arrivant sur la zone arrivée Code 200	5km	110m	Le casque est obligatoire pour le vététiste. Suivre les indications des organisateurs et le fléchage vert.
Retour sur l'aire d'arrivée (ravitaillement possible)				
CO Urbaine	14 balises sur le parcours CO + balise 200 en arrivant de la CO	4km	70m	Faire l'ensemble des balises dans l'ordre imposé.
Retour sur l'aire d'arrivée (ravitaillement possible)				
VTT Orientation	Suivi d'itinéraire avec 2 balises à poinçonner sur l'itinéraire + Balise 201 en arrivant à la CO Urbaine	18,4km	390m	Pensez à prendre un sac à dos avec des chaussures de trail. Le casque est obligatoire. Suivre les indications des organisateurs et le fléchage vert.
CO Urbaine	3 circuits à effectuer par chacun des membres de l'équipe + balise 201 en arrivant de la CO	3x1,5km	3x90m	Faire l'ensemble des balises dans l'ordre imposé. Ravitaillement possible en eau uniquement.
VTT	1 en arrivant au parc à vélo (ravitaillement) Code 202	7,5km	260m	Le casque est obligatoire. Suivre les indications des organisateurs et le fléchage vert. Suivre le bon fléchage : croisement entre le VTT et le Trail ! Les équipes arrivant après 13h15 seront hors course (pas de Trail et pas de Parcours escalade).
Trail	Balise 203 en arrivant à l'atelier corde	7,7km	220m	Conservez votre casque de VTT pour l'activité escalade. Suivre le fléchage vert. Attention au croisement entre le Trail et le VTT !
Parcours escalade	1 à la fin du parcours escalade au parc à vélo (ravitaillement) Code 202			Pas de neutralisation de temps.
VTT	1 à l'arrivée de la section Code 200	9,6km	280m	Suivre les indications des organisateurs et le fléchage vert.
Retour sur l'aire d'arrivée (ravitaillement possible)				
Tir à l'Arc	1 en arrivant au tir à l'arc Code 204.			Un carton de pénalité vous sera donné à l'issue de l'épreuve. Veuillez le conserver précieusement.
Suivi d'itinéraire	1 en arrivant au sport boules Code 205.	1km	0m	Sur la carte de CO urbaine, suivre l'itinéraire pour aller à l'activité Sport Boules. Attention à la circulation.
Sport Boules				Présentez votre carton de pénalités qui vous a été fourni au Tir à l'Arc. Veuillez le conserver précieusement..
Suivi d'itinéraire	1 à l'arrivée de la section Code 200	1km	0m	Sur la carte de CO urbaine, suivre l'itinéraire en sens inverse. Attention à la circulation.
Retour sur l'aire d'arrivée (ravitaillement possible)				
Pénalités	Une fois les pénalités effectuées, poinçonnez la balise ARRIVEE			A la balise 200, présentez votre carton de pénalités (Tir à l'Arc/Sport Boules). Faites autant de tours de stade que de pénalités cumulées.

Sur la voie publique, respectez le code de la route ainsi que les consignes des organisateurs.

Vous évoluez dans un milieu naturel, conservez vos débris et utilisez les poubelles mises en place par l'organisation aux ravitaillements

En cas d'urgence - Tel : 04 77 54 97 25

Matériel conseillé dans le sac : Une réserve d'eau, de l'alimentation, une paire de chaussure type running.