

## Déroulement du Raid Sportif

SECTIONS	Epreuve	Balises à pointer obligatoirement dans l'ordre	Distance	Dénivelée	Remarques
1	Kayak	1 balise à l'arrivée (ou à l'embarquement)	3,5km	0m	Pénalité de 90min par balise manquante.
2	CO Urbaine	14 balises à poinçonner en ordre libre.	2,2km	100m	Pénalité de 5min par balise manquante.
3	Trail	2 balises volantes.	7,3km	190m	Pénalité de 30min par balise manquante.
<b>Entrée parc à vélo, poinçonnez la balise 200 (15min de pénalité)</b>					
4	VTT Suivi d'itinéraire	2 balises volantes.	8,2km	80m	Pénalité de 30min par balise manquante.
5	Course d'Orientation Mémo	3 parcours à se partager dans l'équipe à faire en mémo.	2,0km	30m	Pénalité de 45min du moment que les 3 parcours ne sont pas réalisés en intégralité.
6	VTT Fleché Allemand	4 balises volantes.	22,2km	150m	Pénalité de 30min par balise manquante.
7	Basket	Poinçonner 1, 2 ou 3 balises dans la Halle Vacheresse, selon la précision de l'équipe.			Suivre les instructions des organisateurs. 30min de pénalité si l'activité n'est pas réalisée (ou partiellement).
8	VTT Suivi d'itinéraire	3 balises volantes.	15,6km	170m	Pénalité de 30min par balise manquante.
<b>Entrée parc à vélo, poinçonnez la balise 200 (15min de pénalité)</b>					
9	TrailO	3 balises photos	4,6km	70m	Pénalité de 30min par balise manquante.
10	Golf	Selon votre niveau de précision, bonification de 2, 4 ou 6min.			Suivre les instructions des organisateurs. 30min de pénalité si l'activité n'est pas réalisée (ou partiellement).
11	TrailO	1 balises volantes.	5km	90m	Pénalité de 30min par balise manquante.
<b>Retour Villerest. Franchir l'arche d'arrivée - Fin du Raid - Poinçonnez le boîtier Finish</b>					

Sur la voie publique, respectez le code de la route ainsi que les consignes des organisateurs.  
 Vous évoluez dans un milieu naturel, conservez vos déchets et utilisez les poubelles mises en place par l'organisation aux ravitaillements

**En cas d'urgence - Tel : 06 20 37 76 81**

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

