

Programme du RAID'O de l'ALBE

DECOUVERTE

RDV : Centre nautique sportif du lac du mesnil
Base de loisirs de Léry Poses 27400

Dépôt des VTT à partir de 8h30 : 3 rue de Léry 27400 Poses
Distance dépôt VTT / Centre nautique sportif Léry-Poses 2km soit 5mins en voiture

Accueil des équipes à partir de 8H30

9H15 : Briefing

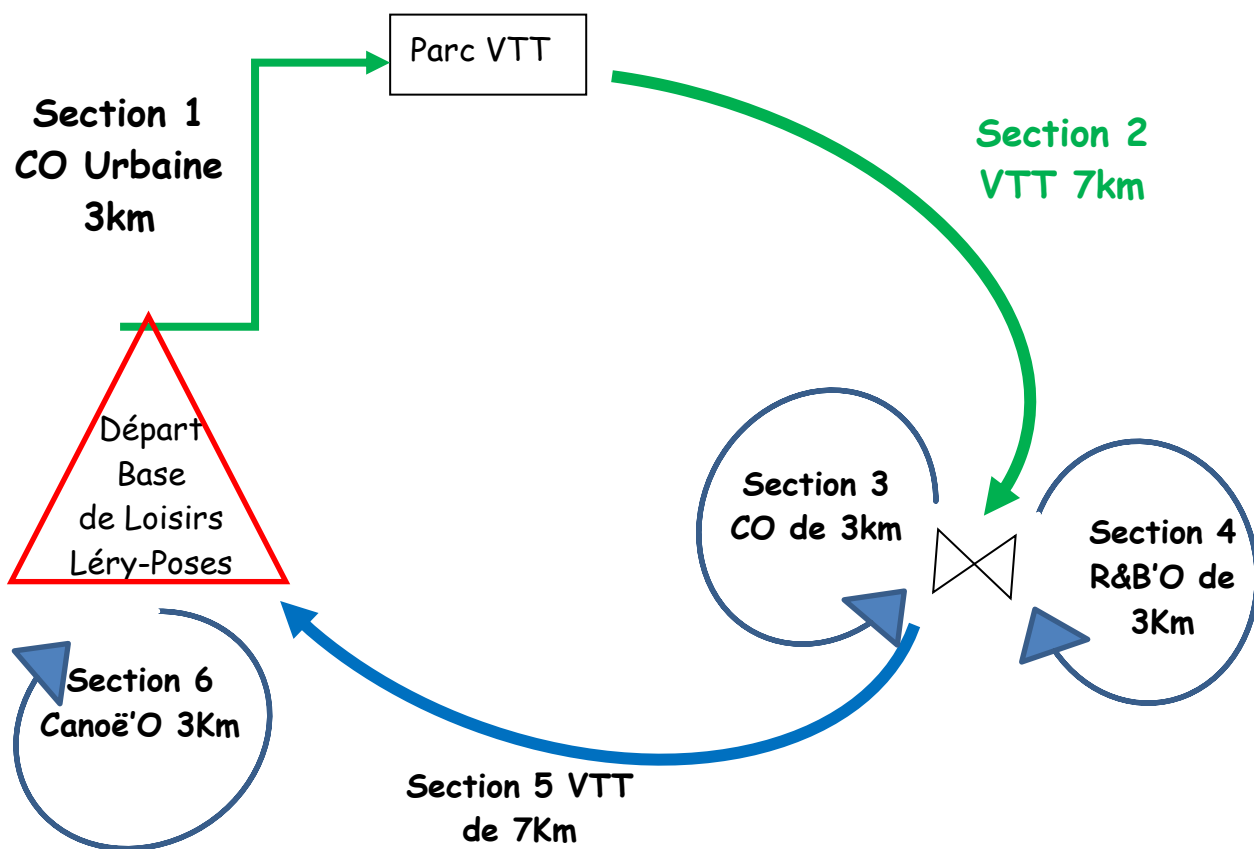
9H30 : Départ en masse

15h00 : Barrière horaire Dépassement de la barrière horaire = pénalité « 1min de dépassement = 10min de pénalité »

15H30 : Mise hors course des équipes

16H00 : Proclamation des résultats et remise des récompenses

Synoptique parcours DECOUVERTE ≈ 25 km



A la fin de la section 2 vous vous aurez le choix de partir soit sur la section 3 ou sur la section 4.

Descriptif	Nom du traceur	Kilomètre	Nbr de balise
Section 1D CO	Fred	3	
Section 2D VTT'O	Xavier	7	
Section 3D CO	Arnaud L	3	
Section 4D R&B	Valérie C	3	
Section 5 VTT	Xavier	7	
Section 6 canoë'O	David	3	
Total		26	

Toutes les balises sont cartées.

Rappel matériel : 1 boussole, 1 compteur kilométrique, 1 porte-carte étanche et ou pochette plastique, 1 stylo, 1 téléphone en état de marche, chargé et allumé avec numéro de secours de l'organisation mémorisé, 1 trousse de premiers secours (désinfectant, compresses, pansements...), Eau, aliments énergétiques, 1 sifflet, 1 couverture de survie, 2 casques homologués VTT (norme CE) sur la tête et attachés tout au long des épreuves de VTT et Run & Bike, 1 kit réparation, 1 vtt par personne sans assistance électrique.

Pénalité de 30 mins par balise manquante IGN ou IOF

Dépassement de la barrière horaire = pénalité « 1min de dépassement = 10min de pénalité

**Epreuve surprise
à la section 3**