

# Raid Mouv63

(27 Mars 2019)

## Châtel-Guyon



### Programme :

9h30 : Convocation des équipes

9h45 : Préparation des box équipes + briefing

10h00 : Liaison à pied départ épreuve 1

10h30 : Départ RAID matin (4 épreuves)

12h – 12h30 : Fin des épreuves du matin

12h30 – 13h30 : Pique-nique

14h – 15h30 : Départ RAID après-midi (2 épreuves)

### Programme Raid :

#### Raid du matin

Epreuve 1 : Trail

Epreuve 2 : Sprint Co

Epreuve 3 : Run&bike Co



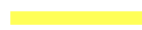
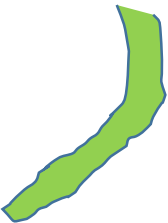
Epreuve 4 : Biathlon Vtt-tir laser

#### Raid de l'après-midi

Epreuve 5 : Trail en patrouille (1/2-3/123)

Epreuve 6 : Co



-  PC course + Sono
-  Box équipe
-  Liaison pied départ
-  Parking bus + véhicules

## Atelier 1 : Mini trail flèché



 Départ

 Corridor

 Point sécu

 Arrivée


### Règlement :

Course en équipe avec départ échelonné toutes les minutes. L'équipe doit être ensemble sur l'ensemble du parcours. Vérification sur les points sécu



## Atelier 2 : Sprint Co

 Départ

 Zone d'attente équipe

### Règlement :

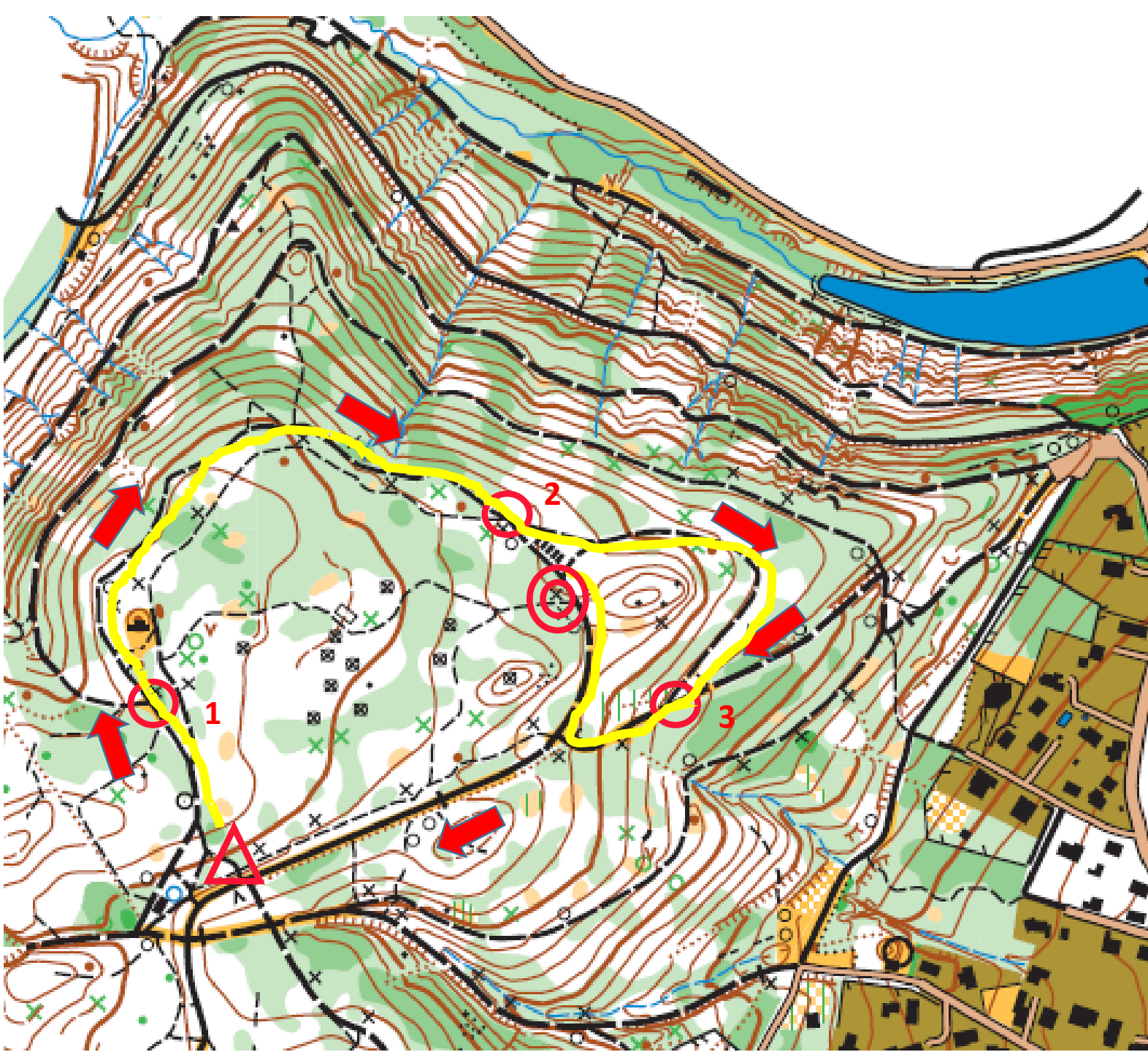
Course en relais. Chaque coureur doit trouver 3 balises

1-2-3 pour le coureur(1)

4-5-6 pour le coureur (2)

7-8-9 pour le coureur (3)

## Atelier 3 : Run&Bike-Co



Départ



Poinçon de contrôle



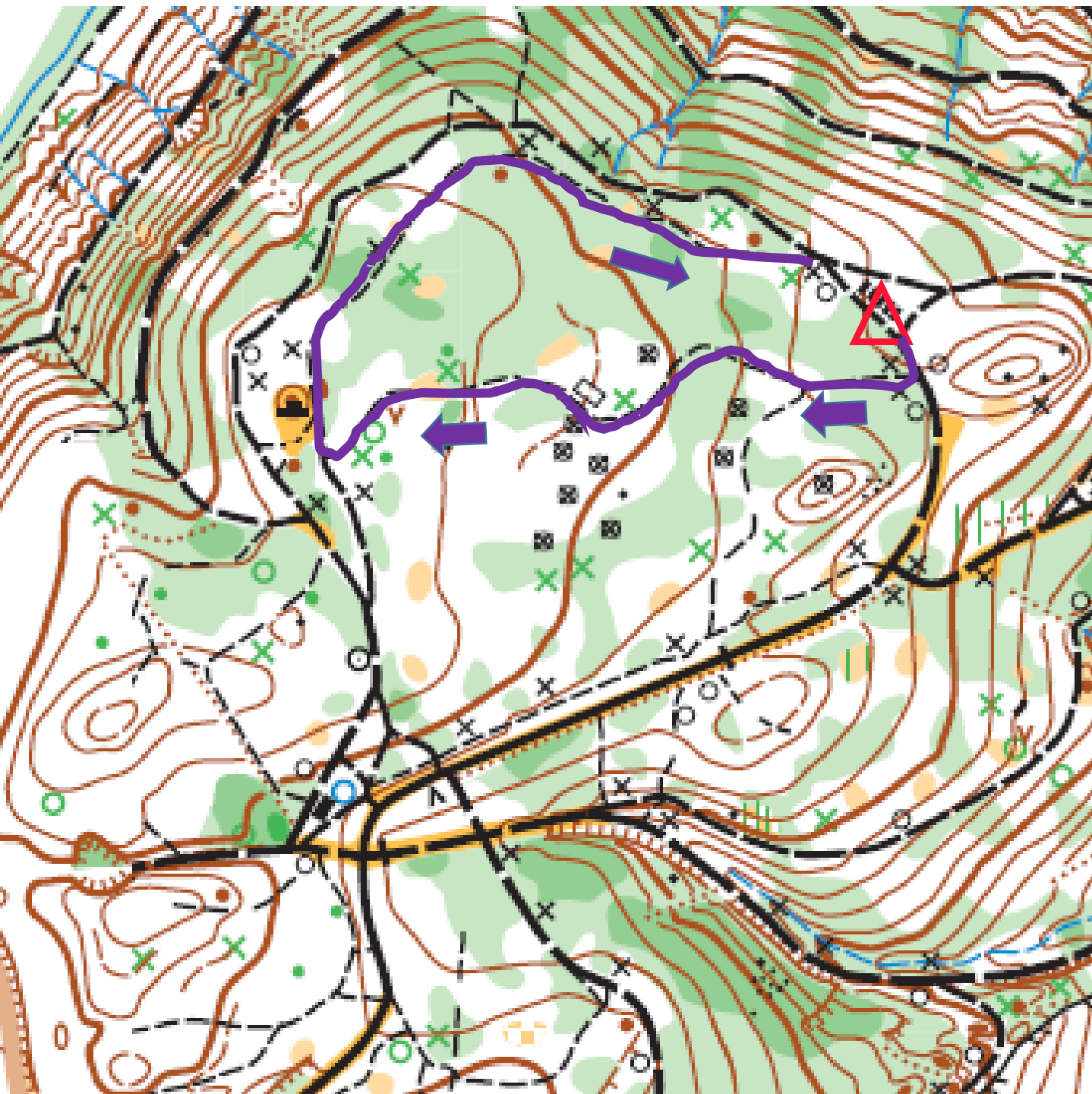
Arrivée

**Règlement** : 1VTT pour 3...Casque obligatoire pour les 3 coureurs...L'équipe doit poinçonner les 3 balises de passage sur le carton de contrôle




## Atelier 4 : Biathlon-Vtt

 Départ et zone de tir

**Règlement** : chaque coureur 1 part sur le parcours puis doit tirer.  
Passage du vélo comme témoin  
Si 3 cibles allumées passage de témoin au prochain coureur de l'équipe.  
Fin du raid du matin après le tir du 3<sup>ème</sup> coureur.



## Atelier 5 : Trail patrouille

-  Zone de relais
-  Zone d'attente équipe
-  Départ

### Règlement :

Le coureur 1 effectue la première boucle (2200m)

Le coureur 2 et 3 effectue la deuxième boucle

L'équipe toute entière (1,2,3) effectue la troisième boucle



## Atelier 6 : Co au score



Départ



Arrivée

### Règlement :

A l'issue du trail en patrouille,  
l'équipe part pour une Co au score.  
16 balises pour les équipes garçons  
et mixtes

12 balises pour les équipes filles  
Toute balise fautive ou manquante =  
plus de 10' de pénalité

