



CARNET DE ROUTE RAID SPORTIF

Merci de votre participation au Saucona ! Nous sommes heureux de vous proposer cette épreuve, et nous espérons que vous prendrez votre pied ! 20 ans de Saucona ! Une belle longévité pour cette organisation bénévole malgré un contexte économique et administratif de plus en plus compliqué : Nous sommes donc d'autant plus reconnaissants envers ceux qui nous soutiennent et envers vous qui participez !

Ce document vous permettra de préparer votre course, que vous soyez novices ou experts !

Sécurité

En cas d'urgence pendant l'évènement, voici les numéros de téléphone des organisateurs :

Etienne : 06 23 94 62 78 - **Thierry** : 06 65 41 44 96

Il y aura une équipe de secouristes sur place, néanmoins, vous allez passer dans des endroits parfois urbains, d'autres peu accessibles, et nous vous demandons donc d'être attentifs à votre sécurité et à celle des autres :

- Respectez le **code de la route**. Vous n'êtes **pas prioritaire**. Les routes ne sont pas fermées.
- Ne traversez pas les **cultures agricoles**.
- Ne rentrez pas dans les **propriétés privées**.
- Portez votre **casque** sur toutes les sections de vélo et roller.
- **Restez ensemble** (30 m maximum), vous devez pouvoir vous porter assistance à tout moment. Contrôles inopinés !
- Ne pas franchir les **falaises** mais les contourner, ne vous mettez pas en danger...
- Toujours garder votre téléphone portable allumé dans votre sac de course.
- Si vous abandonnez **PREVEENEZ** un bénévole, en indiquant votre numéro de dossard, sans quoi on vous cherchera toute la nuit...

Chronométrage / Classement

Vous serez chronométrés grâce au système Sport Ident. Une puce à accrocher à votre doigt vous sera donnée avec vos dossards (**en échange d'une caution de 50 €**). Il est indispensable de ne pas la perdre et pour cela vous aurez des cordons de sécurité que nous vous demandons d'accrocher à vos poignets !

A chaque balise il faudra placer votre puce électronique dans le boîtier et attendre un petit « bip » pour être sûr que votre passage soit validé. Notez qu'une balise sera à pointer à la fin de chaque

section. A la fin du Raid n'oubliez pas de valider la balise « Arrivée » et de passer au stand informatique (GEC) pour que l'on récupère vos temps.

A chaque balise est associée une pénalité de 15 minutes (sauf celles de fin de section qui sont obligatoires). **Le classement sera fait avec la somme des temps de parcours auquel seront ajoutées les pénalités des balises non prises.**

L'objectif n'est pas forcément de **TOUT** faire, mais de **BIEN** le faire et surtout de le faire **AVEC PLAISIR**. Vous pourrez par exemple laisser certaines balises lors du trail pour raccourcir votre course. Aussi, des barrières horaires vous orienteront vers des shunts obligatoires.

Planning

RDV au [Gymnase Marie Paradis, 69250 Neuville sur Saône](#)

10h-13h30 : Accueil, retrait des dossards et doigt électronique . Vous récupérez aussi de quoi attacher ensemble vos rollers / trottinettes que vous nous laissez à l'endroit indiqué par le bénévole.

14h : Départ du raid !

18h30 : remise des prix

Matériel obligatoire

Par équipe :

- Boussole ;
- Téléphone portable ;
- Caution de 50 € pour le prêt de la puce Sport Ident ;
- 1 porte carte VTT;
- Kit réparation VTT;
- Couverture de survie.
- 1 compteur VTT (fortement conseillé).

Par concurrent :

- VTT et casque VTT ;
- Epingles à nourrice ou porte dossard ;
- Poche à eau de 1l minimum et barres énergétiques ;
- **1 lampe**;
- 1 paire de roller, ou 1 trottinette ou 1 skate. En cas d'impossibilité d'avoir ce matériel, vous pouvez simplement courir, juste c'est moins fun.
- 1 gobelet réutilisable ;
- 1 vêtement de pluie.

Ravitaillement : il y aura un ravitaillement solide et liquide à la fin de la 3ème section (VTT) et à l'arrivée. **Pensez à prévoir de quoi vous alimenter.**

VTT : Besoin de matériel ou d'une location ? Notre partenaire [Génération VTT](#) saura vous répondre.

Vous n'avez pas de porte carte VTT ? Vous pouvez en bricoler un à moindre frais (1 pochette plastique et quelques attaches). Merci à nos collègues du Sud Raid pour l'astuce :



Orientation

Vous aurez 2 jeux de cartes [IOF](#) par équipes, en papier résistant à l'eau. Les cartes seront données en début de section concernée.

Un extrait de la légende [IOF](#) :

	Petit cours d'eau franchissable		Clôture
	Cours d'eau secondaire ou saisonnier		Route large
	Arbre ou buisson remarquable		Chemin
	Gros bloc rocheux		Sentier
	Végétation, progression difficile		Zone interdite d'accès
	Végétation, course lente		Points de passage
	Terrain découvert		Zone interdite d'accès
	Courbe de niveau		Balise (au centre du cercle)
	Petite dépression		Départ
	Trou		Arrivée
	Falaise		

A **pied**, les balises vous guident le long d'un itinéraire principal. Toutefois certaines seront hors sentier et où la progression peut être ralentie par les ronces et l'orientation délicate. Il en faut pour tous les goûts ! Encore une fois, elles ne sont pas obligatoires : à vous d'adapter vos choix à votre niveau et à l'horaire.

Les **VTT** seront soit :

- jalonnés, il faut suivre les rubalises.
- en suivi d'itinéraire, il faut respecter le tracé sur la carte (surligné en pointillés jaunes)
- en lecture de roadbook.

Les jalons / rubalises sont les suivantes :



Le RoadBook se présente ainsi :

Distance depuis le départ (m)	Intersection et direction	Depuis le dernier point (m)
2550	Suivre le balisage jusqu'à l'arrivée. 1 balise.	1225
1325		1000
325		165
160		160
0	Parc VTT	

Vous arrivez du bas de la case, vous ressortez par la voie indiquée par la flèche

À cette ligne, vous avez parcouru 165 m depuis la dernière intersection, et 325 m depuis le départ

Sens de lecture ↑

Définitions des sections

Sportif				Départ 14h
	Distance (km)	D+ (m)	Temps rapide	Remarques et portes horaires
VTT1	12	250	40 min	1ère partie commune avec le parcours découverte : Itinéraire balisé, suivre les jalons. 2ème partie : suivi d'itinéraire sur carte. 1 balise sur l'itinéraire.
CO	3.5	150	30 min	CO carte IOF, 11 balises en ordre libre. 15 minutes de pénalité par balise manquante. Barrière Horaire : sortie de la section à 16h max. 10 minutes de pénalité par minute dépassée.
VTT2	7	25	20 min	1ère partie : lecture de roadbook. 1 balise sur l'itinéraire 2ème partie : itinéraire jalonné. 1 balise sur l'itinéraire
TrailO	9	200	70 min	Gardez le casque VTT avec vous ! 15 balises, ordre imposé. 15 minutes de pénalité par balise manquante (attention à la barrière horaire kayak).
Roller	1,5	5	6 min	Trottinette, roller ou skate, casque obligatoire. Suivre les jalons. Attention, itinéraire partagé, respectez les autres usagers.
Kayak	2	0	30 min	Matériel fourni. 1 balise. Barrière Horaire : 18h30 dernier départ autorisé (après poursuivre en roller)
Trail Neuville (tir)	2	30	20 min	Itinéraire jalonné et road book photos Atelier tir, puis 2 balises sur l'itinéraire.
Total	38,5	630	3h45	Arrivées entre 17h45 et 19h15