

RAID NORMAND JUNIOR 2019

CLERES, le 1 mars 2019

Amis Raiders,

*Vous avez décidé de découvrir et visiter la **Seine-Maritime** tout en pratiquant votre sport-loisir favori : le **Raid Nature multisports**.*

Pour la dixième année consécutive, l'Association Raids Aventure 76 organisera le 21ème Raid Normand Junior.

Cette année, nous vous accueillerons à VEULES LES ROSES, sur la côte d'Albâtre, les 18 et 19 mai 2019 avec un lieu de bivouac à l'ancienne école de BLOSSEVILLE.

Pour vous inscrire, deux étapes:

Nous retourner le plus tôt possible la fiche de préinscription que vous trouverez sur notre site <http://www.raid-normand-juniors.org>, accompagnée d'un chèque (20€ par équipier). Le nombre d'inscriptions étant limité, elles seront prises en compte dans l'ordre d'arrivée au secrétariat.

Ensuite, pour que votre inscription soit définitive, ce dossier devra nous être retourné dûment complété avant le 15 mai 2019.

Nous attirons votre attention sur le fait qu'aucune participation ne sera admise sans certificat médical, et sans autorisation parentale.

Par ailleurs, un Raid ça se prépare. Alors lisez et faites lire attentivement le règlement ci-joint à tous les membres de l'équipe. De sa bonne compréhension dépend un bon déroulement du Raid.

Vous trouverez ci-joint les formulaires concernant ces autorisations, une liste du matériel à prévoir et quelques indications supplémentaires concernant le déroulement du RAID.

Vous souhaitant bonne préparation et dans l'attente, nous vous adressons nos sportives amitiés.

Règlement

1. Le RAID NORMAND JUNIOR

Se déroule cette année les 18 et 19 mai 2019 à *Veules-les-Roses*, et est organisé par "Association Raids Aventure 76", association loi 1901, <http://www.raid-normand-juniors.org>.

Chaque équipe doit être composée de **3 ou 4 concurrents de 11 à 18 ans filles et/ou garçons**.

Chacun des concurrents aura retourné le certificat médical et l'autorisation parentale ci-joints dûment complétés et signés. Ces deux documents devront autoriser le concurrent à participer au RAID NORMAND JUNIOR 2019.

L'assistant, adulte de plus de **21 ans**, de chaque équipe sera présent durant tout le raid (y compris pendant la nuit). Il est possible que plusieurs assistants adultes se relaient durant le week-end. Dans ce cas, précisez les différents noms sur la fiche d'inscription (page 7). Les assistants adultes ne font pas les épreuves et n'accompagnent pas leur équipe sur les différents parcours.

2. Le déroulement du Raid

Accueil des équipes à partir de 11h00 pour un départ de l'épreuve à 13h00, sur le lieu du bivouac, à l'ancienne école de Blosseville. Vérification des dossiers et du matériel obligatoire..

Un briefing sera fait avant chaque épreuve qui permettra de coordonner concurrents et assistants et de rappeler que l'équipe doit toujours rester ensemble.

Des briefings "Spécial-Assistants" seront aussi faits pour donner des précisions supplémentaires quant à l'organisation des différentes épreuves

Rappel: l'assistant ne doit pas accompagner son équipe. Son rôle consiste à gérer l'intendance (préparer le bivouac, le repas, réparation des vtt ...).

Vous serez en complète autonomie pendant les épreuves durant ces 2 jours. Hormis l'eau que vous pourrez tirer aux robinets du site bivouac uniquement, l'organisation ne prévoit aucun ravitaillement. Cependant, un barbecue collectif sera mis à la disposition de tous sur le site. Une pause est prévue en soirée pour un repas bien mérité.

Fin des épreuves et récompenses le dimanche vers 12h30 / 13h00.

3. Assurance

Si une assurance Responsabilité Civile Organisation a été contractée par ARA76, chaque participant doit être couvert par une assurance responsabilité Civile Individuelle (via les parents par exemple).

Les organisateurs ne peuvent pas être tenus responsables des pertes ou vols au cours de l'épreuve.

4. Les épreuves

Elles se font en allure libre sur l'ensemble du raid :

- Report de CP sur une carte IGN 1/25000^{ème} à partir d'une distance et d'un azimut.
- VTT Orientation (cette année environ 15 km),
- Course d'Orientation
- Run & Bike orientation (2 VTT pour 4, ou 1 pour 3), cette année 9 à 12 km.

Association Raids Aventure 76 chez Eric Monchatre – 436 rte de l'Epinais – 76690 La Rue Saint Pierre

Contacts: Eric Monchatre: 02.35.34.30.42 ou Nicolas Simon: 02.35.60.91.21

Email: contact@raid-normand-juniors.org

- Course Orientation nocturne
- Activité nautique
- Bivouac
- + "Surprises"

Précisions : Les épreuves d'orientation seront de 4 types (CP = contrôle de passage = balises à poinçonner) :

- CP indiqués sur la carte, le plan ou la photo aérienne, il faudra les retrouver sur le terrain.
- CP à positionner sur la carte, le plan ou la photo avec les indications du Road book, dans ce cas nous ne laisserons partir les équipes que si elles ont bien placé leurs CP sur la carte (boussole ou rapporteur indispensable pour tracer à partir d'un azimuth et d'une distance donnée).
- placer sur la carte, ou le plan, le CP rencontré sur le terrain.
- placer sur la carte, ou le plan ou la photo, le CP rencontré sur le terrain et calculer ses coordonnées.
- Les supports pourront être de véritables road-books (description schématiques des intersections, distances et routes à suivre sans carte ni photo aérienne).

Des commissaires de courses et assistants-organisation pourront remettre les égarés dans le droit chemin.

Deux catégories avec les mêmes épreuves mais un peu rallongées et un peu plus dur en orientation pour les experts:

- Les "experts"
- Les "+ cool"

L'organisation s'autorise à stopper le raid pour tout concurrent ou équipe qui :

- aurait des difficultés physiques jugées incompatibles avec la poursuite des épreuves
- ne respecterait pas le règlement
- ne respecterait pas le code de la route
- ne respecterait pas la nature (papiers abandonnés, dégradations ...)
- ne disposerait pas de l'équipement adéquat (notamment VTT (freins), gants et **CASQUE** en bon état)

L'organisation s'autorise aussi à neutraliser toute épreuve si les conditions de sécurité s'avèrent insuffisantes.

6. Encadrement

Il conviendra aux concurrents et assistants de se conformer aux instructions données par l'encadrement.

L'organisation s'engage quant à elle à mettre en place un encadrement suffisant, compétent et qualifié pour la bonne réalisation des épreuves :

- directeur de course
- coordinateurs d'épreuves
- encadrement spécialisé pour les épreuves le nécessitant
- assistants organisation
- commissaires de course

L'équipe s'engage quant à elle à avoir un assistant de plus de 21 ans qui pourra être sollicité à tout moment par les organisateurs pour de l'aide si les conditions le nécessitent.

7. Matériel Obligatoire :

Par équipe :

- 1 boussole, 1 règle graduée, 1 crayon ou stylo, 1 couverture de survie.
- pour le bivouac : tente, duvets, réchaud, nourriture ...
- sacs à dos (au moins un par équipe)
- **un téléphone portable** dont le numéro sera donné à l'organisation avec pochette étanche.

Pensez que les épreuves peuvent être longues et qu'il peut faire chaud ou froid : eau, barres de céréales permettront de les appréhender au mieux !

Par équipier :

- 1 VTT (en état de fonctionnement : freins, vitesses, attention aux **extrémités du guidon qui doivent être bouchées** (par des bouchons ou autre) + casque + gants
- 1 bidon d'eau ou sac à dos d'hydratation
- 1 lampe frontale ou autre + gilet jaune ou brassard de visibilité (ou tout autre vêtement) réfléchissant.

Le concurrent s'engage à posséder le matériel de sécurité imposé et à le présenter à toute réquisition de l'organisateur durant la totalité de l'épreuve.

Matériel conseillé :

- matériel de réparation VTT (Chambre à air de rechange, rustines et colle, attache rapide de chaîne, pompe...)
- vêtements et chaussures de rechange, et notamment vêtement de pluie
- une mini-pharmacie 1ers soins : désinfectant, pansements, pince à épiler, bande élasto ...

8. Matériel fourni par l'organisation :

- cartes, photos aériennes, livres de route ...
- aire de bivouac
- sanitaires (point d'eau, toilettes ... pas de douches cette année !!!)
- barbecue
- matériel et équipement pour les activités surprises

IMPORTANT

Ce règlement est envoyé au correspondant de l'équipe indiqué sur votre fiche d'inscription. A lui de faire prendre connaissance de ce règlement à l'ensemble de l'équipe avant le début du Raid et de prendre les mesures nécessaires en conséquence.

Info Orientation

Le terrain :

Savoir toujours où l'on se trouve en rapport avec la carte. En cas de doute ne pas faire + de 100 mètres sans se repositionner, sinon retourner sur ses pas.

Se servir de tout ce qui vous entoure, les lignes à haute tension, descentes, montées, une mare, une rivière, un sentier, un GR ...

Ne jamais être sûr de soi, vérifier sans cesse la carte.

Ne pas suivre les autres équipes aveuglément.

La Carte :

Exemple: Carte IGN au 1/25000° (1 cm = 250 m ; 4,5 cm = 1125 m) ou carte course d'orientation IOF.

Le nord est toujours en haut de la carte, une ligne Est-Ouest ou Nord-Sud est forcément présente sur la carte

"Entrer dans la carte" c'est faire coïncider le paysage et le papier en faisant en sorte qu'ils soient orientés dans la même direction. Apprendre à la lire.

Les CP ou balises sont rarement placés au milieu de nulle part, mais soit sur un croisement, un sentier, un point précis...

Une fois vos CP placés, il faut tracer votre parcours sur la carte.

La Boussole :

Elle est indispensable, et à utiliser en cas de doute pour replacer la carte par rapport au terrain, ou pour calculer un azimut.

S'il y a 12 heures sur une montre, il y a 360° sur la boussole.

- | | | |
|-------------------|-----------|-----------|
| - Le point 0 = | le nord = | 12 heures |
| - Le point 90° = | l'est = | 3 heures |
| - Le point 180° = | le sud = | 6 heures |
| - Le point 270° = | l'ouest = | 9 heures |

Donc 120° est au sud-est ; la boussole est cependant plus précise

A un point correspond un cap (= azimut) et une distance par rapport à un autre point

Fiche d'inscription au RAID NORMAND JUNIOR 2019

Nom de l'Equipe : N° de l'Equipe :

Féminine : Masculine : Mixte :

Catégorie: Experts + cool

Capitaine de l'équipe :

Nom : Prénom : Date de naissance :

Adresse :

.....

tél. : E-mail : Taille T-shirt: S M L XL.

1^{er} co-équipier :

Nom : Prénom : Date de naissance :

Adresse :

.....

tél. : E-mail : Taille T-shirt: S M L XL

2^{ème} co-équipier :

Nom : Prénom : Date de naissance :

Adresse :

.....

tél. : E-mail : Taille T-shirt: S M L XL

3^{ème} co-équipier :

Nom : Prénom : Date de naissance :

Adresse :

.....

tél. : E-mail : Taille T-shirt: S M L XL

Assistant adulte :

Nom : Prénom : Date de naissance :

Adresse :

.....

tél. : E-mail :

Fait à , le Nom du signataire :

Signature :

Fiche Individuelle Obligatoire

(à photocopier par équipier)

Nom de l'équipe :

M., Melle* Prénom

Date de naissance :

Contact(s) en cas d'urgence : Mme, M.* : tél. :

Autorisation Médicale

Je, soussigné(e) Dr, Docteur en Médecine, certifie avoir examiné ce jour M^{elle} M. dont l'état de santé ne présente aucune contre-indication à la pratique du sport en général et des épreuves du 21^{ème} *Raid Normand Junior* en particulier (20 km VTT, 10 km Run & Bike, 2x4 km course d'orientation) qui se déroulera les 18 et 19 mai 2019.

La licence Fédération Française de Triathlon en cours de validité dispense du certificat médical et de l'attestation de natation.

Date : Signature + cachet obligatoire :

Autorisation Parentale

Je, soussigné(e), Responsable Légal de M^{elle}, M.*, l'autorise à participer en tant que concurrent à l'ensemble des épreuves du 21^{ème} *Raid Normand Junior* qui aura lieu les 18 et 19 mai 2019.

J'autorise par ailleurs toute personne compétente à appliquer en cas d'urgence sur M^{elle} M. toutes les mesures et traitements qui s'impose sur le plan médical, chirurgical et anesthésique.

J'autorise la prise de vues (photographiques et vidéo) de M^{elle} M. * par l'organisation ainsi que leur diffusion dans le cadre de reportages TV et/ou de presse écrite et/ou de promotion de l'événement.

Date : Signature du responsable légal :

Engagement du concurrent

Je, soussigné(e) M^{elle} M. déclare participer au *Raid Normand Junior* 2019 en pleine connaissance du règlement de l'épreuve dont j'accepte les termes sans réserve.

(* nom et prénom du concurrent)

Date :

Signature du concurrent :

Nom d'équipe :

ATTESTATION DE NATATION

(à remplir par un maître-nageur)

Je soussignétitulaire du BEESAN N° , ou du
BNSSA N° , ou du BEES Canoé-Kayak N° , atteste que
M, Melle, né(e) le a la capacité de nager sur un
parcours de 25m, avec passage sous une ligne posée et non tendue, sans présenter de signe de
panique.

Le parcours est réalisé dans la partie d'un bassin ou d'un plan d'eau d'une profondeur au moins égale à
1m80. Le départ est effectué par une chute arrière volontaire, un saut, ou un plongeon.

Date:

Signature:

Cachet de l'établissement: