



REGLEMENT SPORTIF

2010

Le Raid des 12 Lacs est **un Raid multisports Orientation** sur le principe de la course au score. Des barrières horaires sont mises en place. Des pénalités de temps seront données aux équipes ne poinçonnant pas toutes les balises.

RAPPEL

Pour toutes les épreuves en VTT, le code de la route doit être respecté, la circulation n'est pas interrompue sur la voie publique et le port du casque est obligatoire.

Sur toutes les voies ouvertes à la circulation et/ou au public, les VTT devront rouler à droite. Le non respect entraînera la disqualification de l'équipe.

Pour les épreuves de nuit, les coureurs devront avoir un chasuble, un éclairage avant et arrière sur le vélo. Les équipes ne disposant pas de ces équipements ne seront pas autorisées à prendre le départ

ATTENTION : les cartons de pointages pour les 2 jours sont distribués dans le petit sac « Sea life » lors de l'inscription.

Chaque équipe en est responsable.

Les équipes sont également responsables des puces « sportident » fournies par l'organisation et devront veiller à passer par les boîtiers Effacer, contrôler, vidage lorsque nécessaire.

DEROULEMENT DU RAID – REGLEMENTS DES EPREUVES

Samedi 10 avril

Principe de la brochette d'épreuve

Le nombre total d'équipes participantes au raid sera divisé en trois groupes (ordre des dossards) :

- 1 groupe sur la CO relais
- 1 groupe sur le Kayak&Run
- 1 groupe sur l'épreuve surprise

Les épreuves dureront 1h00 maximum et les rotations se feront toutes les 1h30.

Epreuve N°1
Course d'Orientation en relais+Tir à l'arc

Matériel :

- 1 carte d'orientation au 1/5000° soit 1cm=50m au format A3
- 1 carton de pointage
- 1 puce « Sportident »

Départ : Groupe 1 = 13h30, Groupe 2 = 16h30, Groupe 3 =15h00

Déroulement :

Le départ se fera au niveau de la cafétéria.

Les coureurs auront 500 m pour rejoindre la zone de distribution des cartes (Itinéraire jalonné)

Le coureur portant le dossard avec la **lettre A** partira poinçonner 1 balise sur le terrain avec la puce « Sportident ».

Le coureur portant le dossard avec **la lettre B** ira tirer ses flèches avec le carton de pointage.

Sur le pas de tir :

Le tireur aura à sa disposition 3 flèches, elles lui permettent de « poinçonner » une balise :

- Les cibles se situent à 8 et 12 m.
- Sur chaque cible se trouvent 5 ronds numérotés de 1 à 10. (numéros de balises)
- Le tireur choisi sa cible et tire sa ou ses flèches.
- **Seule la dernière flèche tirée sera validée** sur le carton de pointage.

Exemple : le tireur de l'équipe tire une flèche dans le rond 1, il décide de continuer à tirer, il tire la deuxième dans le rond 3, il décide de continuer à tirer et manque la cible :

- Aucune balise ne sera validée
- S'il avait arrêté au deuxième tir, la balise 3 aurait été validée

Lorsque le tireur a fini, il fait poinçonner son carton et rejoint la zone de passage de relais.

Le coureur après avoir poinçonné une balise sur le terrain, revient, poinçonne **le boitier 99** à l'entrée du couloir d'arrivée, donne sa puce et la carte à son coéquipier, récupère le carton de pointage et va sur le pas de tir à l'arc.

A l'arrivée du dernier passage, le coureur « bip » **le boitier arrivée.**

Barrière horaire : 1h00

Pour que toutes les balises poinçonnées soient valides, il faut avoir le même nombre de balises poinçonnées que de passages au tir à l'arc. (Lors de l'épreuve, lorsque le coureur A est au tir à l'arc, le coureur B est en course et **doit** poinçonner une balise, et inversement, et ce jusqu'à la fin de l'épreuve)

Si les balises ne sont pas toutes poinçonnées, le temps de référence sera de 1h00.

Pénalités :

- 10 minutes par balise non poinçonnée
- 10 minutes par minute de retard

Epreuve N°2 **Kayak&Run**

Matériel :

- 1 kayak

Départ : Groupe 1 = 15h00, Groupe 2 = 13h30, Groupe 3 = 16h30

Déroulement :

Le départ du kayakiste se fera devant le Centre Nautique

Le départ du coureur se fera devant la cafétéria

Le premier **kayakiste** devra avoir sur lui le dossard possédant la **lettre A**

De ce fait le premier **coureur** aura le dossard possédant la **lettre B**

Les équipes devront échanger leur rôle à chaque point de contrôle (au nombre de 8), tout « oubli » sera pénalisé.

Le chrono sera arrêté à l'arrivée du dernier kayakiste (A)

Barrière horaire :

- Au point de contrôle n°5 : 35 minutes

Si l'équipe arrive après les 35 minutes, les équipiers laisseront leur kayak, reviendront sur la zone d'arrivée à pied (env 2km) et leur temps pris en compte sera de 1h30 + le temps de dépassement par rapport à 35 minutes.

- Au point de contrôle n°7 : 45 minutes

Si l'équipe arrive après les 45 minutes, après le changement le kayakiste (B) rejoindra la zone d'arrivée et son temps sera majoré de 15 minutes.

Une carte du parcours sera affichée dans la zone de départ.

Epreuve N°3 **Epreuve surprise**

Matériel : ???

Matériel à prévoir pour les équipes :

- Une tenue ne craignant pas l'eau
- De quoi se changer après l'épreuve (pour votre confort)

Départ : Groupe 1 = 16h30, Groupe 2 = 15h00, Groupe 3 = 13h30

Déroulement : ???

Bonus :

- Le premier aura un bonus de 20 minutes, le 2^{ème} de 19 minutes,...le 8^{ème} de 13 minutes.
- Du 9^{ème} au 18^{ème} : 8 minutes de bonus
- Du 19^{ème} au... : 0 minute de bonus

Epreuve N°4
Epreuve papier crayon

Epreuve organisée lors du repas du samedi soir.
Cette épreuve aura pour thème la course d'orientation.
Prévoir le matériel de report (crayon, boussole, règle...)
Chaque équipe veillera à bien indiquer son numéro de dossard sur le document.

Pénalité :

- 10 minutes par mauvaise réponse

Epreuve N°5
Course d'Orientation de nuit :
de 22h00 à 1h30

Cartes au 1/5000^e soit 1cm=50m au format A4
Cartes au 1/7500^e soit 1cm=75m au format A3

Chaque balise doit être poinçonnée par les deux équipiers.
Les équipes doivent rester groupées durant toute la course.

Déroulement :

- « Trail vertical »
- Course d'orientation à pied (7 balises)
- Road Book
- Course d'orientation à pied et VTT.

Les équipes ont deux moyens de déplacement (à pied, et VTT), elles les utilisent comme elles le désirent mais doivent obligatoirement passer l'arrivée avec leurs vélos.

Attention : à certaines balises, un message sera affiché, l'équipe devra alors réaliser l'action demandée, sans quoi le poinçonnage ne sera pas validé

Barrière horaire : 3H30

Si toutes les balises ne sont pas poinçonnées, le temps de référence sera de 3h30

Pénalités :

- 20 minutes par balise non poinçonnée
- 10 minutes par minute de dépassement (toute minute entamée est due)
- **Au minimum 20 minutes pour toute équipe ne se trouvant pas groupée.**

Dimanche 11 avril

Epreuve N°6

VTT suivi d'itinéraire+Road Book :
(env 14km)

Matériel :

- 1 Road Book
- 1 carton de pointage

Pénalités :

- 30min par balise non poinçonnée

Epreuve N°7

CO à pied :

Première carte :

Carte au 1/7500^e soit 1cm=75m au format A4

Matériel :

- Puce « sportident »

Attention : à certaines balises, un message sera affiché, l'équipe devra alors réaliser l'action demandée, sans quoi le poinçonnage ne sera pas validé
--

Barrière horaire : 2H30 depuis le départ

Deuxième carte :

Carte au 1/7500^e soit 1cm=75m au format A4

Matériel :

- Cartons de pointage

Les équipiers ont une carte mais peuvent se séparer pour aller poinçonner les balises à l'aide de leurs cartons de pointages.

Barrière horaire : 3H15 depuis le départ

Pénalités :

- 20 minutes par balise non poinçonnée
- **Au minimum 20 minutes pour toute équipe ne se trouvant pas groupée (Première carte)**
- 10 minutes par minute de dépassement

Epreuve N°8

Road Book :

(env 7km)

Matériel :

- 1 Road Book
- 1 carton de pointage

Pénalités :

- 30min par balise non poinçonnée

Epreuve N°9

Course d'Orientation Mixte:

Carte au 1/5000° soit 1cm=50m au format A3

Matériel :

- 1 carton de pointage
- 1 puce « sportident »
- 1 canoë

Déroulement :

Les équipes ont deux moyens de déplacement (à pied, et canoë), elles les utilisent comme elles le désirent.

Chaque canoë a un numéro qui correspond au numéro de dossard. L'équipe est responsable de son canoë du début à la fin de l'épreuve.

Lorsque le canoë est laissé sur la rive, il doit être remonté à moitié et ne pas gêner une autre équipe qui voudrait accoster au même endroit.

Attention, les canoës seront pris au « **départ canoë** » et devront être obligatoirement déposés au point « **arrivée canoë** » qui est l'arrivée obligatoire du Raid.

Attention : à certaines balises, un message sera affiché, l'équipe devra alors réaliser l'action demandée, sans quoi le poinçonnage ne sera pas validé
--

Barrière horaire : 5H00

Pénalités :

- 20 minutes par balise non poinçonnée
- **Un minimum de 20 minutes pour toute équipe ne se trouvant pas groupée.**
- 10 minutes par minute de dépassement

RECAPITULATIF DES EPREUVES

SAMEDI 10 AVRIL

HORAIRES	EPREUVE	TEMPS MAX	PENALITES	DISTANCE maxi	
13H30	Brochette	3x1h00	10 min par balise 10 min par min de retard		
20h30	Papier crayon		10 min par mauvaise réponse		
21h20	Convoi VTT			Env 5km	
22h00	CO de nuit	3h30	20 min par balise 10 min par min de retard	Env 28 km	

DIMANCHE 11 AVRIL

HORAIRE	EPREUVE	TEMPS MAX	PENALITE	DISTANCE	
8H30	VTT			14 km	
	CO à pied	3h45	20 min par balise 10 min par min de retard	Env 10 km	
	VTT Road Book		30min par balise	Env 7 km	
	CO mixte	5h00	20 min par balise 10 min par min de retard	Env 10 km	

Légende utilisée sur les cartes de CO et sur le Road-Book

	Zone dangereuse / Arbres couchés		Mare / Lac		terrain découvert
	Zone humide / Marécage		Abrupt de Terre		Terrain découvert + arbres dispersés
	Forêt		Arbre particulier		
	++ vitesse de course --		Souche isolée		
	Végétation		Dépression		Escalier
	Muret		Amas de rochers		Zone d'habitations
	Ruine		Zone cultivée		Trou / Butte
	Fossé		Borne / Objet particulier		Levée de terre
	Verger		Zone Marécageuse encombrée		Road-Book: Dénivelé Positif
	Balise		Construction		Road-Book: Dénivelé Négatif
	Arrivée		Zone Interdite		Road-Book: Passage dangereux (route)
	Départ		Barrière		Road-Book: Point kilométrique
	Eclairage lumineux		Limite distincte de végétation		Direction Interdite
			Route		Point de passage possible
			Chemin		Clôture
			Sentier		Ligne haute tension
			Sentier peu visible		
			Laie - Continuité aléatoire		
			Sens de circulation		
			Voie ferrée		