



## Championnat de France de raid multisports 2022 Lettre d'information 1

Nous aussi nous sommes impatients ! Encore quelques jours et pas mal de virages et vous serez dans notre paradis !

Depuis près d'un an nous sommes investis dans l'organisation de ce Championnat de France. Une année à arpenter le territoire pour vous proposer ce que nos départements recèlent de meilleurs. Une année de rencontres et d'échanges : d'abord entre 2 clubs qui se connaissaient bien mais qui ont appris les uns des autres (l'un structuré et organisé, l'autre misant plus sur la spontanéité...). Des rencontres aussi avec propriétaires, élus, acteurs de terrain, tous, tout aussi passionnés que nous. Passion d'un territoire, ou, devrions-nous dire, de territoires, qui n'ont cessés de nous émerveiller et de nous surprendre. Nous espérons que vous pourrez profiter et partager ce plaisir le temps d'un week-end.

### VENDREDI 30 SEPTEMBRE

L'accueil se fera entre 16h30 et 20h45 sous la salle des fêtes de Langogne en Lozère (quartier Pré la Foire 48300 Langogne - 44°43'22.9"N 3°51'17.8"E)

Vous pourrez stationner gratuitement à proximité directe de la salle.

Vous devez vous présenter à l'accueil pour signaler votre arrivée et récupérer vos packs équipés qui contiennent les chasubles, les plaques vélos, les cadeaux souvenir... Vous devrez ensuite effectuer les vérifications du matériel cordes et packraft.

Lorsque ces démarches seront terminées on vous fixera les puces Sport Ident avec les bracelets.

A 21h00 se tiendra la cérémonie officielle de présentation dans la salle des fêtes.

A 21h30 aura lieu le briefing de course. Il est indispensable que vous soyez présents car des informations essentielles ainsi que les roadbook coureurs vous seront communiqués.

Vous pourrez profiter durant toute la soirée d'un point de restauration sur place. Vous seront proposés (menu provisoire) : Soupe froide ; croquemonsieurs jambon ou végétarien (chèvre/miel) ; gâteau à la châtaigne. Le tout cuisiné avec des produits locaux par des petites mains locales. Les bénéfices seront reversés à une association locale qui œuvre pour l'environnement.

Hébergements : sur le site <http://www.lozeresportnature.fr/franceraid2022/> vous trouverez les informations sur tous les hébergements dans le secteur. Sachez que le camping « Les Terrasses du Lac » est emballé à l'idée de vous accueillir et se trouve à proximité de la ligne de départ de samedi matin.

### INFORMATIONS COURSE GENERALES

Le parcours est itinérant : le membre assistant devra donc conduire le véhicule pour se rendre sur le point d'assistance suivant et transporter l'ensemble du matériel. Le départ, le site de bivouac et l'arrivée sont très éloignés les uns des autres : organisez-vous en conséquence. On sait que cela est contraignant, mais essayez de ne disposer que d'un véhicule afin d'éviter des heures de route avant ou après la course. Si vous

êtes dans l'incapacité de faire autrement que de venir à 2 véhicules, indiquez-nous le par mail à [lozere.sportnature@free.fr](mailto:lozere.sportnature@free.fr)

L'équipe peut être accompagnée d'un assistant extérieur pour conduire le véhicule. Toutefois, les zones de transition qui seront délimitées sur les points d'assistance ne seront accessibles qu'aux 3 équipiers.

Sur chaque aire de transition (AT) une zone sera matérialisée ou indiquée par les bénévoles. L'accès à ces zones sera exclusivement réservé aux équipiers. Aucune personne extérieure n'y sera tolérée. L'équipier remplaçant doit y déposer le matériel et ravitaillement nécessaire pour la section suivante. Lorsque les 2 équipiers en course terminent la section précédente, ils se rendent directement dans cette zone de transition. Il est interdit de s'arrêter à proximité du véhicule d'assistance. Lorsque les 2 équipiers partent sur la section suivante, l'équipier assistant peut ramener le matériel au véhicule. On vous remercie par avance de votre rigueur sur ce fonctionnement pour assurer une sécurité optimale sur les AT.

Des portes horaires sont mises en place afin de s'assurer que toutes les équipes terminent les étapes dans les délais impartis. Les informations sur ces PH sont spécifiées dans le roadbook course qui vous sera fourni lors du briefing. Il sera important pour les équipes les moins rapides de bien surveiller ces PH. Il n'y a toutefois que très peu de stratégie induite par ces PH.

2 cartes vous seront distribuées au départ de chaque section. Ces cartes ainsi que le roadbook course sont en papier étanche.

Les supports d'orientation seront : carte IGN ; carte IOF ; roadbook (compteur VTT conseillé).

La liste du matériel obligatoire est présente sur le site <http://www.lozeresportnature.fr/franceraid2022/>  
Nous avons limité cette liste au minimum. Toutefois les conditions météo peuvent nécessiter un équipement plus conséquent. Nous vous laissons le choix de disposer de l'équipement qui vous semble adéquat.

Comme partout en France, l'été fut caniculaire, mais nous attirons votre attention sur le fait que début octobre la météo sur nos plateaux peut être vraiment froide. Même en plein été on supportait bien la combinaison 3mm lors des reconnaissances packraft et canyon. Vous allez passer plusieurs minutes (heures ?) dans l'eau.

Les 3 équipiers vont faire du VTT, du trail, de la CO, des ateliers de cordes et du packraft/kayak en même temps. En revanche, uniquement 2 équipiers vont emprunter le canyon.

Les équipes en championnat de France disposeront d'un doigt SI par équipier. Sur chaque section, tous les équipiers en course doivent pointer les balises. A chaque transition les équipiers qui terminent la section pointent la transition. Sur les sections à 3 équipiers, soyez vigilants à ce que les 3 équipiers pointent toutes les balises.

L'étape de samedi se termine par une section à 2 équipiers. L'équipier remplaçant devra toutefois se rendre sur l'aire d'arrivée pour venir pointer avec ses équipiers l'arrivée. Les 3 doigts doivent impérativement pointer l'arrivée.

Les équipes en Raid Open n'auront qu'un seul doigt. Soyez vigilants à bien vous transmettre le doigt aux transitions afin que celui-ci ne se retrouve pas au poignet de l'équipier assistant.

Un roadbook assistance vous sera fourni. Il permettra à l'équipier assistant de se rendre d'une AT à l'autre. Sur celui-ci, vous trouverez une carte avec l'itinéraire routier à suivre, ainsi que les coordonnées GPS de l'AT suivante. Sur les AT, suivez les consignes des bénévoles pour le stationnement et l'accès à la zone de transition.

La durée pour se rendre d'une AT à l'autre est toujours largement plus courte que celle pour effectuer la section en course : soyez donc prudents.

## SAMEDI 1 OCTOBRE

Le départ aura lieu à 7h00 en masse à la Base nautique de Naussac.

La course débutera par un court prologue surprise où les 3 équipiers participeront. Vous enchainerez ensuite 5 sections pour un total de 100km et 3200m de D+. Parmi ces 5 sections, 4 s'effectueront à 2 et 1 à 3 équipiers. Les durées des sections iront de 45min à 5h pour les équipes les plus rapides. Le total sera de 11h30 pour les plus rapides, 16h pour les dernières équipes. Toutes les équipes devraient être arrivées à 23h00.

L'arrivée se fera sur le lieu de bivouac. Pensez à bien pointer celle-ci à 3 pour le championnat de France. Après votre arrivée, rendez-vous à la GEC afin d'effectuer la lecture des doigts.

Sur le lieu de bivouac, vous pourrez installer votre tente dans une aire accessible en véhicule.

Une soupe chaude vous sera offerte et une salle sera à votre disposition pour prendre votre repas. Par ailleurs des WC accessibles et de l'eau potable disponible.

Le bivouac se trouve à plus de 1000m d'altitude bien exposé au vent. Prévoyez de quoi vous couvrir et un duvet adéquat.

## DIMANCHE 2 OCTOBRE

A partir de 4h15, du café et du thé seront disponibles.

Le départ sera donné en masse à 5h30. La première section se fait à 2 équipiers. L'équipier assistant aura largement le temps de ranger le matériel de bivouac et de se rendre à l'AT après le départ. Les équipiers assistants ne pourront quitter le lieu de bivouac qu'après le départ.

Sur cette étape, il y aura 6 sections avec 80km et 1550m de D+. 4 sections se feront à 3 équipiers en course. Les premières équipes mettront 6h30. Les moins rapides 10h.

Il vous faudra prévoir un sac de 60L minimum pour y déposer tout le matériel corde et tout le matériel packraft des 3 équipiers afin que l'organisation se charge du rapatriement à l'arrivée. Vous n'aurez pas à transporter ce sac durant la course.

L'arrivée sera installée dans un lieu magnifique. Le repas et la remise des prix se feront également sur ce site.

Pensez à prévoir votre vaisselle pour le repas.

## SUIVI COURSE

Pour ceux n'ayant pas la chance de pouvoir venir en Lozère nous allons tenter diffuser de l'information sur la course et la progression des équipes via le site <http://www.lozeresportnature.fr/franceraid2022/>

Une sorte de leaderboard permettra de connaître les horaires de passages des équipes en différents points : bien entendu les AT mais aussi différents PC notamment sur les sections longues. Toutefois, ce suivi ne représentera pas un classement officiel, mais uniquement les passages des équipes. Autrement dit, ça ne tiendra pas compte des pénalités, portes-horaires...

Par ailleurs, nous tâcherons de diffuser sur les réseaux sociaux des photos et infos sur la course.

## PETITES ACTIONS

Nous sommes bien conscients de que notre activité impacte l'environnement. Nous tentons, modestement, de limiter cet impact. Nous essayons de tenir les comptes... Aussi les lignes les moins vertes sont généralement :

- Les déplacements :
  - o De notre côté, on a tenté d'optimiser : covoiturer ; se rendre sur site de reco à vélo ; réunion inter-clubs en visio...
  - o Aidez-nous à être moins mauvais : un véhicule par équipe ; roulez à l'économie et profitez du paysage ; ne vous arrêtez pas chez McDégueu...
- Les repas : du local et peu carné seront de rigueur.
- Le matériel :
  - o Désolé il n'y aura pas de tee-shirt souvenir. Mais bien mieux... surprise !
  - o Et puisque nous sommes sûr que comme nous, vous avez des chaussures trop petites commandées en ligne qui traînent dans le garage, ou un tee-shirt du team 2017 que votre sponsor à quatre zéros ne veut plus que vous portiez, nous mettons à disposition une écobox lors de l'accueil, vendredi soir, dans laquelle vous pourrez y déposer tout matériel de sport inutilisé afin de lui donner une seconde vie. C'est la MAIF qui, à travers son dispositif « Sport Planète », coordonne cette belle action.

Bonne fin de préparation, nous sommes excités à l'idée de vous retrouver en Lozère et en Ardèche !

