

Vous êtes inscrits au Raid Nature 46 Samedi prochain. L'anticyclone est là, la météo s'annonce superbe !!
 Vous trouverez ci-dessous quelques informations au bon déroulement de cette journée.
 L'accueil est à la salle des fêtes de Lamagdelaine, rond-point de la D653, zone jaune sur la carte ci-dessous.
 A 6 km de Cahors direction St Cirq Lapopie.
 Toutes les commodités seront mises à votre disposition (accueil, camping gratuit (vendredi et samedi), sanitaires, douches)



EPREUVE ECO-RESPONSABLE

Merci de prévoir vos bol, assiette, couverts, verre pour le repas.

La remise des prix aura lieu durant le repas vers 20h

Sur le parcours court, le Triathlon Nature entièrement balisé

Accueil à partir de 11h30, briefing 12h45, départ 13h00.

Matériel obligatoire, voir règlement.

Chronométrage au SportIdent

Le départ VTT se fera lancé derrière une voiture électrique (ne pas la doubler !), le parcours sera balisé (rubalise Groupama et peinture orange).

Le trail nécessite une petite frontale (torche téléphone portable, petite lampe porte clé autorisées), il y a 10m à faire dans le noir absolu !

Sur le canoé, passage d'une chaussée, suivre les consignes des signaleurs.

L'arrivée de la course sera devant la salle des fêtes sous l'arche.

Merci d'aller récupérer rapidement vos vélo au parc VTT (3km de Lamagdelaine)

VTT balisé 16km 550mD+

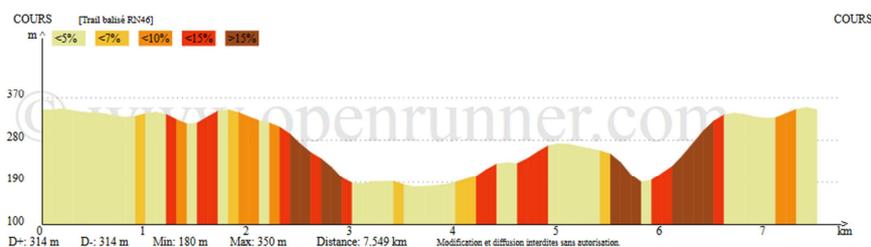
Trail 7.5km 320mD+

Ravito

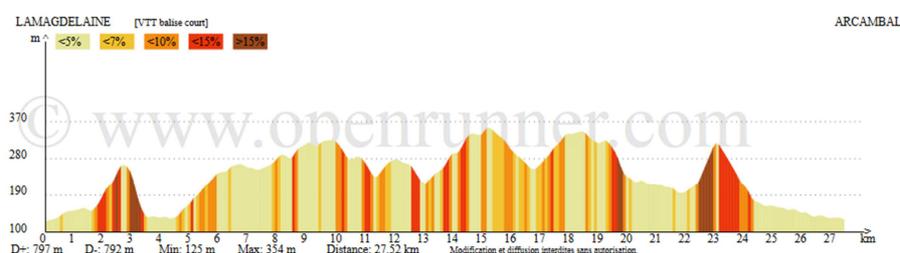
VTT balisé 13km 350mD+

Canoé 4km 10mD-

Profil section VTT complète.



Profil section Trail



Sur le parcours long, le Raid Orientation

Accueil à partir de 9h30, briefing 10h45, départ 11h00

Matériel obligatoire, voir règlement. Eclairage obligatoire sur le VTT, certains vont arriver de nuit. Un porte carte VTT est recommandé.

Chronométrage au SportIdent. Merci de nous transmettre les numéros de vos puces perso par mail (50 temps mini)

Deux cartes par équipes.

Pénalités : 15mn par balise, 2h par balise fantôme, équipe non complète pointant une balise : 30mn (contrôle)

Dépose des vélos au parc VTT avant le départ, 6km aller-retour, suivre fléchage. Ouvert à partir de 9h30

Départ en ligne en canoë, suivre les indications du signaleur sur l'eau. **(Pagaie perso autorisée)**

Section 2 : VTT balisé suivre rubalise Groupama et peinture orange.

Section 3 : CO photo aérienne, vous effectuerez une partie balisée (balise fantôme) qui nécessite une petite frontale (torche téléphone portable, petite lampe porte clé autorisées), il y a 10m à faire dans le noir absolu !

Section 4 : VTT suivi, balise fantôme

Section 5 : CO IGN, porte horaire 17h au départ de la section des balises optionnelles (bonus 20mn indiqué sur les cartes)

Section 6 : VTTO, porte horaire 18h au départ de la section des balises optionnelles (bonus 1h et 30mn indiqué sur les cartes)

L'arrivée de la course se fera devant la salle des fêtes sous l'arche. **ATTENTION à la traversée du rond-point devant la salle des fêtes**

Départ 11h de Lamagdelaine

Canoë 5km 10mD+

VTT balisé 11,5km 450mD+

CO Photo 9km 350mD+

Ravito

VTT suivi 12.5km 350mD+

CO IGN 6km 250mD+

VTTO 16km 350mD+

Bonne fin de préparation et à samedi

Le bureau