



NEWSLETTER COUREURS

Mai 2015
N°1

Chères raideuses, chers raideurs

Raid In France, pour sa 7^{ème} édition, part à la découverte d'un territoire étonnant et assez peu connu : l'Ain. Les montagnes de l'Ain, qui ont gardé leur manteau de neige durant de longs mois étant à nouveau explorables, nous reconnaissons le parcours de cette nouvelle édition depuis plusieurs semaines. L'Ain, département tout en contrastes et plein de ressources, va vous offrir un vrai territoire d'aventure. L'eau, les canyons, la montagne, le maquis, les cascades, les grottes... tous les ingrédients sont réunis pour une grande, belle et inoubliable course.

2015, année initiatique

Au programme cette année : 3 jours et 3 nuits pour les premières équipes, soit environ 80 heures de course, et 90 heures pour les équipes les moins rapides. Une édition en boucle avec un point de départ et d'arrivée identique, Hauteville-Lompnes, nous permettant de gérer au mieux les shunts afin de proposer à tous le parcours le plus intéressant possible.

Nous avons aussi condensé le programme afin de proposer une course qui, avec l'ensemble des vérifications, tienne en 7 jours maximum.

Comme depuis maintenant le début de l'aventure, nous bénéficions de la part de l'ensemble des acteurs locaux d'un accueil chaleureux et d'une implication forte autour de la course.

2015, année initiatique... En effet, la configuration du parcours permet plus de souplesse dans notre logistique mais aussi moins de lourdeur d'organisation pour les équipes. Un seul point de départ et d'arrivée, 3 jours d'épreuve pour tous, un parcours nettement moins long pour les moins rapides mais toujours notre engagement historique : toutes les équipes pourront profiter au maximum du parcours. Le nombre d'équipes maximum est de 50. 30 places sont réservées aux équipes françaises et 15 aux équipes étrangères sous le principe du premier inscrit, premier servi. Les 5 dernières places (wild cards) étant à la discrétion de l'organisation.

Raid In France 2015 est fidèle à l'ensemble des engagements qui sont les siens depuis le début.

- > Un grand cheminement au travers d'un territoire sauvage et authentique.
- > Une découverte des territoires comme premier objectif du tracé.
- > Une organisation centrée sur les coureurs (cartes plastifiées, prêt de matériel, suivi GPS, cérémonie de clôture, récompenses...)
- > Le respect de l'environnement
- > Des activités sportives techniques, en totale autonomie et en orientation avec un vrai choix d'itinéraire.
- > La volonté farouche d'offrir à toute équipe motivée et préparée la certitude de franchir la ligne d'arrivée.
- > Une équipe de bénévoles toujours aussi hyper motivée et à votre écoute.

Organisation générale

L'accueil des équipes et le début des vérifications matériel commenceront le lundi 14 septembre à 14h, sur la place faisant face à la Salle des fêtes, le centre organisationnel de la course. Cette salle est située dans le centre d'Hauteville-Lompnes.

Il est obligatoire d'être sur place au plus tard le mardi 15 septembre en début d'après-midi pour le briefing et la remise des dossards (équipe complète).

Le mardi, en fin d'après-midi, à la suite du briefing et de la remise des dossards, les équipes devront préparer leur matériel pour la durée de la course. Vous aurez environ 5 heures pour organiser votre matériel. L'ensemble du matériel devra être remis à l'organisation avant 23h30 soit 30 mn avant le départ.

Le programme complet est disponible sur www.raidinfrance.com/rif-2015/programmme

Une fiche de réservation est à télécharger sur le site et à renvoyer complétée, si besoin, à Béatrice concurrent@raidinfrance.fr. Elle regroupe : les réservations de matériel eaux-vives, des caisses VTT, de la navette aéroport et du dîner de clôture pour les personnes extérieures à la course (attention le nombre de place sera limité)

Rappel à toutes les équipes : le solde des droits d'inscription doit être réglé avant le 1^{er} juillet, une majoration est appliquée au-delà de cette date (cf conditions d'inscription).



Transport

L'organisation propose une navette entre l'aéroport Lyon Saint Exupéry et Hauteville-Lompnes. Une participation financière est demandée pour ce service. Cf fiche «Booking» à télécharger en ligne. A Hauteville, des places de parking seront réservées pour les véhicules des concurrents. Nous vous demanderons d'utiliser ces places et seulement ces places situées près du centre de vie de la course.

Hébergement

Nous avons conçu, avec l'Office du tourisme du plateau d'Hauteville, des offres pour faciliter votre hébergement sur place. Les responsables de l'office sont disponibles pour vous aider à trouver le meilleur hébergement correspondant à vos attentes : bungalows, chambres, gites... N'hésitez pas à les interroger.

Parcours

Raid In France 2015 sera plus court en distance mais ne sera pas pour autant une édition mineure. 370 km environ pour les équipes qui feront l'intégralité de l'itinérance pour 80h d'effort et 200 km pour les moins rapides avec 90h d'effort incluant le stop obligatoire. Finir Raid In France restera un vrai challenge et les équipes qui passeront la ligne d'arrivée auront toutes réalisé un réel exploit et pourront savourer le bonheur d'avoir vécu une aventure inoubliable.

Les distances par activité sont d'environ 90 km sur l'eau, 90 km de trek et 180 km de VTT + 10 km de divers. Attention, le territoire regorge de vallons, de montagnes, de cours d'eau, de falaises... et le temps peut être peu clément : un vrai territoire d'aventure.

Logistique de course

> **VTT** / Vos vélos seront transportés dans des caisses rigides, que vous devrez fournir, de dimensions réglementées : 140x80x30cm, standard du circuit ARWS.

Les caisses devront être imperméables (carton brut interdit). Elles doivent pouvoir rester dehors en cas de pluie. Et donc être résistantes à l'eau. Le poids des caisses + VTT étant limité (28kg), le poids de la caisse vide est important. Vous aurez la possibilité de mettre à l'intérieur ce que vous désirez. Plus votre caisse sera légère, plus vous pourrez transporter de matériel...

Nous vous proposons une offre de vente de caisses conformes au règlement, imperméables et légères. Cf fiche «Booking» à télécharger en ligne.

> **Eaux vives** / Le matériel d'eaux vives sera transporté dans des sacs étanches (2 maximum), que vous devrez fournir. Les sacs poubelles ou similaires ne seront pas acceptés. Le poids est réglementé (30kg au total) et vous aurez la possibilité de mettre à l'intérieur ce que vous désirez.

Le reste du matériel sera transporté dans des caisses que l'organisation mettra à votre disposition afin de limiter les frais des équipes. Le poids de chaque caisse sera limité et vous aurez la possibilité de mettre à l'intérieur ce que vous désirez.

> **Assistance** / L'organisation vous fournira 1 bidon d'une contenance de 225 l pour votre matériel d'assistance. Le poids du bidon sera limité et vous aurez la possibilité de mettre à l'intérieur ce que vous désirez.

Activités

Les certificats de compétences techniques sont en ligne, ainsi que le certificat médical type. Il est obligatoire d'utiliser le certificat médical type (conforme à la réglementation française) mis à votre disposition. Aucun certificat non conforme ne sera admis ; les médecins n'en délivreront pas.

Les équipes étrangères devront fournir un certificat d'assurance rapatriement. Les assurances adossées aux cartes de crédit ne sont pas acceptées.

Les originaux des certificats seront à montrer lors des vérifications. Nous ne garderons que l'original du certificat médical, ainsi que la copie de tous les autres documents.

Pour toutes les équipes, étrangères et françaises, un certificat d'assurance responsabilité civile pour l'ensemble des activités, ainsi que d'assurance individuelle accident est fortement recommandé.

> **Trek** / Comme lors des éditions précédentes, vous trouverez tous types de progression. Du sentier de grande randonnée (GR) au passage « droit dans le pentu » hors sentier, du pierrier au fond de ruisseau humide et glissant. Seules constantes, les paysages et la découverte... surtout ne pas penser que l'Ain est une morne plaine...

> **Eau vive** / Elle sera présente cette année et sur de longues distances... Avec navigation de nuit. Nous ne demandons pas de certificat de compétence mais nous avons mis en ligne les connaissances que nous pensons être nécessaires pour bien appréhender cette activité. La navigation pourra peut-être se dérouler sous plusieurs formes et pas uniquement en kayak. Dès que nous le pourrons, nous vous donnerons des compléments d'information sur ce point.

Durant les navigations, vous aurez des portages à réaliser sur des distances suffisamment longues pour que nous imposions des systèmes de portage dans le matériel obligatoire. Nous mettrons en ligne très prochainement les caractéristiques de ces systèmes de portage.

Pour les équipes étrangères, il sera possible de les acheter auprès de l'organisation.



> **Canyoning** / Comme de coutume, il y aura du canyoning en 2015. Cette activité requiert une très bonne connaissance des techniques de corde. Comme pour le reste, un entraînement approprié est nécessaire et plus que recommandé. Les compétences techniques sont rassemblées dans l'attestation 2015 «cordes et spéléologie».

> **Spéléologie** / Cette activité devrait de nouveau être présente pour l'édition 2015. Nous vous donnerons plus de détails dans la prochaine lettre d'information. Les compétences techniques sont rassemblées dans l'attestation 2015 «cordes et spéléologie».

Pour rappel, cette activité se pratique toujours en temps bloqué ; le but recherché est principalement de faire découvrir les richesses souterraines du territoire, tout en restant accessible et ludique.

> **VTT** / Du vrai... comme d'habitude sur Raid In France. Tous les types de terrain seront au menu. De la piste, du sentier, du single, du "là où il n'y a rien", de la montée (parfois trop raide...), de la descente (parfois très technique) et du portage. Bref, du VTT comme on en trouve en raid.

> **Orientation** / Les cartes distribuées durant la course sont au 1/50 000^{ème}. Certaines seront cependant au 1/25 000^{ème} sur des terrains permettant une belle orientation... Vous pourrez trouver en ligne prochainement une carte et le road book correspondant afin de permettre aux équipes nouvelles sur Raid In France de mieux les connaître.

L'attestation 2015 d'orientation est obligatoire pour toutes les équipes.

Deux jeux de cartes plastifiées et un road-book sont fournis aux équipes. Les points de passage sont déjà posés sur les cartes. Tous les points de passage doivent être pointés sous peine de disqualification.

Assistance

Cette année, il y a un stop obligatoire. Il se fera sur le point d'assistance, identique pour tous.

L'organisation veut vous assurer un vrai temps de repos. Lors de votre arrivée sur ce stop obligatoire, vous devrez rester 3h00 dans une zone matérialisée "zone de repos" sans avoir accès à votre matériel.

Vous pourrez uniquement prendre avec vous de la boisson et de la nourriture (pas de réchaud ou autre matériel). Cette zone doit être une aire de récupération où chacun respecte le repos des autres.

Vous pourrez entrer dans cette aire quand vous le souhaitez mais une fois à l'intérieur vous devrez y rester 3h00. Des toilettes seront à proximité...

Matériel obligatoire

Une partie du matériel obligatoire, principalement vestimentaire, sera marquée lors du contrôle.

Durant la course, tout le matériel qui n'aura pas cette marque sera considéré comme non conforme.

Cette absence donnera lieu à une pénalité, au minimum.

Vous devrez avoir des sacs étanches pour ranger votre matériel, ainsi que vos sacs à dos de course dans les bateaux. Il faut prévoir de quoi attacher les sacs aux bateaux. Les bidons étanches ne sont pas admis.

> **Kayak** / Les gilets de sauvetage doivent être adaptés à votre poids, conformément à la réglementation française.

Le tableau des correspondances

Poids (kg)	30-40	40-50	50-60	60-70	70-80	>80
Tour de poitrine (cm)	60-78	78-85	85-100	100-120	120-130	>130
Flottabilité 70N	40	55	55	70	70	70

Les pagaies et les gilets peuvent être fournis par l'organisation, à condition d'en faire la demande auprès de l'organisation. Cf fiche «Booking» à télécharger en ligne.

Les pagaies et les gilets personnels sont autorisés.

Attention, vous aurez à transporter votre matériel obligatoire personnel et équipe eaux-vives durant plusieurs portages et votre matériel canyon durant un trek.

Pour toute question concernant la course et le matériel, n'hésitez pas à nous contacter.

Bon entraînement à tous. Nous avons hâte de vous retrouver sur Raid in France

Pascal Bahuaud



Toutes les infos sur www.raidinfrance.com