



Championnat d'Europe + Championnat de France des courses aventure 2023

Tence, Haute-Loire, France

Du 29
sept. au
1^{er} oct.

NEWSLETTER COUREURS #1 - JUILLET 23

Chères raideuses et chers raiders,

« Juillet 2023, nous sommes en pleine préparation.

RIF Spirit 2023 sera le support du Championnat d'Europe des courses aventure, des championnats de France senior et master de la spécialité et sera aussi une course open, ouverte aux non-licenciés FFTri.

Nous avons reçu de très nombreuses demandes de renseignements ; nous vous en remercions et espérons que vous trouverez ici les réponses à toutes vos questions.

Profitez de l'été pour vous affûtez et retrouvez-nous en septembre, plein d'énergie et d'envie.

Pascal Bahuaud, directeur de course

Contact :

Béatrice Lambert

concurrent@

raidinfrance.fr



WWW.RAIDINFRANCE.COM





Organisation générale

Le programme est disponible sur le site
<https://www.raidinfrance.com/programme/>

Quelques précisions

Pour les vérifications administratives, techniques et du matériel, il est obligatoire d'être sur place au plus tard le vendredi 29 septembre 2023 à 14h00. Si l'équipe n'est pas au complet aux vérifications, les présents doivent présenter l'ensemble des certificats et le matériel des 4 équipiers.

Pour le briefing et la remise des dossards, l'équipe doit impérativement être au complet.

Le départ aura lieu à 6h00 du matin, le samedi 30 septembre 2023, à Tence.

Les équipes auront jusqu'au samedi 30 septembre 05h30 pour remettre leur matériel nécessaire à l'organisation, pour le transport de celui-ci.

La course sera fermée à 12h00 le dimanche 01 octobre 2023.

La remise des prix aura lieu à 13h00.

Un brunch sera ouvert aux équipes de 7h à 13h00.



Inscription

Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 23 juillet 2023.

Le nombre d'équipes maximum est de 75 pour le championnat d'Europe, les championnats de France toutes catégories confondues et la course open, selon le principe du premier inscrit, premier servi.

A date, les équipes souhaitant s'inscrire pour le championnat de France sont placées en liste d'attente. Il ne reste plus de place en Open.

Le formulaire d'inscription pour les équipes étrangères est disponible sur le site Internet

<https://www.raidinfrance.com/en/registrations-2/>

Le formulaire d'inscription pour les équipes étrangères francophones est disponible sur le site Internet

<https://www.raidinfrance.com/inscriptions-2/>

Le formulaire d'inscription pour les équipes françaises est disponible sur le site Internet

<https://www.raidinfrance.com/inscriptions-2/>

Pour être inscrite aux championnats de France ou d'Europe, une équipe française, au complet, devra être licenciée COMPÉTITION FFTRI au plus tard le 20 septembre, sinon elle sera inscrite automatiquement sur la course Open.

Il n'est pas obligatoire que l'équipe soit complète pour s'inscrire.

La composition des équipes devra être définitive le 03 septembre.

La fiche des prérequis précis pour les activités de RIF SPIRIT 2023 est disponible sur le site Raid in France, rubrique RIF SPIRIT 2023, ainsi que les certificats obligatoires (médical : obligatoire uniquement pour ceux qui ne sont pas licenciés Compétition FFTRI, daté de moins de 1 an et mentionnant toutes les activités du RIF Spirit en compétition et natation).

Les originaux de la fiche des prérequis, ainsi que les certificats devront être remis signés lors des vérifications d'avant-course obligatoirement. Sans ceux-ci, il ne sera pas possible de prendre le départ.

Si vous souhaitez garder l'original d'un document après la présentation, apportez une copie, pas de copie sur place.

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.

Pour les équipes étrangères, une assurance accident de rapatriement est obligatoire et à fournir lors des vérifications.

Une caution de 300 € sera demandée à chaque équipe lors des vérifications (empreinte CB ou chèque) : prêt kayak, balise GPS, doigts SI...



Vérification du matériel

Lors de la vérification du matériel, nous vérifierons : veste imperméable (double couche obligatoire), pantalon imperméable, gilet fluorescent, VTT, casques ou casque multisport et baudrier complet.

Le reste du matériel est bien sûr obligatoire, mais ne sera pas à présenter aux vérifications. A vous de vous assurer qu'il est bien conforme, si vous avez une doute, demandez aux contrôleurs.

Des contrôles du matériel seront faits durant la course.

IL sera obligatoire de signaler à l'organisation, lors des vérifications, si vous emportez pendant la course une montre GARMIN avec le mode AVENTURE RACE.

Toutes autres montres, avec GPS, podomètre... sont interdites.

Matériel

La liste du matériel obligatoire est disponible sur le site Raid in France rubrique RIF SPIRIT24/documents officiels et newsletters.

Le matériel obligatoire est le matériel minimum qu'il nous semble judicieux d'avoir durant la course. En fonction de vos capacités et de votre expérience, vous pouvez ne pas avoir les mêmes besoins...

Même si la Haute-Loire n'est pas un département de haute-montagne, le temps peut y être très changeant et surtout très hostile avec des brouillards épais, du vent très froid et fort, ainsi que de la pluie (c'est très vert toute l'année...). Pensez-y quand vous choisirez vos vêtements. La nuit, il pourrait faire entre 2 et 5 degrés et avec la fatigue, mouillé, il fait très très froid.

VTT

Il n'y a pas de caisse à vélo imposée par souci de limiter les frais pour les équipes n'ayant pas ce type de matériel.

Par contre, lors des transports, aucun matériel ne devra rester sur votre vélo. Nous ne ferons pas la chasse, mais sachant que vous avez toujours une caisse logistique qui vous suit, il n'y a aucun intérêt à laisser du matériel sur votre vélo. Vous serez entièrement responsable de toute perte ou détérioration dans le cas où, malgré tout, vous auriez laissé un accessoire sur le vélo.



Eaux vives

Comme de plus en plus souvent sur le circuit ARWS, le matériel d'eau vive est transporté dans un sac spécifique pouvant accueillir l'ensemble du matériel d'eau vive. En 2023, ce type de sac est obligatoire sur RIF SPIRIT. Nous vous proposons une offre de vente pour ce sac « O » au prix de 100 €. Ces sacs seront livrés au départ lors des vérifications ou à retirer à Lyon sur demande.

Les côtes exactes seront reportées sur la liste du matériel obligatoire avec une photo.

L'organisation peut louer aux équipes qui le souhaitent les gilets de sauvetage et les pagaies. Les équipes n'auront pas à porter ce matériel durant la course en dehors des sections de kayak. Les équipes doivent remplir la fiche de réservation avec leurs besoins. Durant les sections de kayak, les membres des équipes auront à porter leur casque de VTT.

Cette année, en fonction de votre avancement, vous aurez peut-être à choisir de nager pour être performants... Pour cela, dans la liste du matériel obligatoire, il a été rajouté une bouée et un système de flottaison. Nous serons tolérants sur cet appendice, mais néanmoins celui-ci doit pouvoir vous faire flotter en plus du sac étanche obligatoire dans votre sac à dos. Cela peut être une bouée ronde de type «canard», un gilet de sauvetage, une combi néoprène, un matelas pneumatique....

Les fiches de réservation devront être retournées au plus tard le 3 septembre. Elles sont téléchargeables sur le site.

Le règlement doit être effectué à la réservation par virement (coordonnées bancaires dans les conditions d'inscription) ou aux vérifications par CB ou chèque (si espèces, avoir l'appoint)

L'organisation fournira aux équipes 2 caisses plastique pour le matériel. Les équipes auront le droit uniquement à ces deux caisses et à leur sac O pour ranger l'ensemble de leur matériel pour toute la course. Il ne sera pas autorisé d'autres sacs ou rangements sur les lieux de course.

Tout manquement sera considéré comme une assistance extérieure.



Casques

Des équipes utilisent des casques multiactivités. Cette année, les casques doivent être certifiés pour les activités suivantes : VTT, montagne ou spéléo. Certains casques, précédemment certifiés, ne le sont plus comme le Météor IV alors que le III est approuvé.

À notre connaissance, sont approuvés : Météor III et seulement le III, Caso Gams, Bios Instinct, Kong Scarab... peut être que d'autres sont certifiés, mais nous vous recommandons de le vérifier auprès de l'organisation avant la course.

Si vous n'avez pas de casque homologué pour différentes activités, alors il faudra vous équiper d'un casque pour chaque activité, soient 2 casques différents.

Dossard

Fourni par l'organisation, il doit rester vierge de tout ajout (stickers...). Il est offert à la fin de la course.

Veste de protection

2 couches signifient qu'une membrane est collée au tissu extérieur. Les vestes avec uniquement une enduction ne sont pas acceptées. Cependant, il existe des vestes ultralight 2 couches.

Il est rappelé que les équipes se doivent d'être complètement autonomes en cas de dégradation soudaine de la météo et doivent pouvoir se mettre à l'abri pour attendre le retour d'un temps plus clément. Vous pouvez aussi rester de très longues heures sans abris.

Pantalon de protection et différentes autres pièces vestimentaires

Même réflexion.



Parcours RIF SPIRIT 23

11 sections (4 VTT - 4 Trek - 1 Corde/marche aquatique - 2 Kayak)

Comme à son habitude, l'équipe a cherché à tracer le parcours qu'elle aurait aimé découvrir... Toutes les formes de progressions possibles sont au menu de cette édition, dans le cadre sauvage et authentique de la Haute-Loire : forêt, gorges, rivières et lacs.

Orientation Deux jeux de cartes, un road book et un passeport seront données à chaque équipe. En papier imperméable et indéchirable. Les cartes seront aux 1/50000 et 1/25000 suivant les zones. Les jeux de cartes sont donnés en temps réel, c'est-à-dire juste après le départ de la course et au départ de certaines sections. Aucun support autre que ceux fournis par l'organisation ne sont autorisés. Des contrôles pourront être effectués par le jury.

VTT Beaucoup de pistes roulantes, mais aussi toujours des petits passages bien sauvages, parfois techniques et parfois physiques.

Trek La forêt des hauts plateaux peut être quelque peu dense et difficile à parcourir ou pour s'orienter... De très beaux fonds de vallée sont aussi au programme. Une découverte du territoire riche et diversifiée.

Eaux vives La Haute-Loire possède quelques très belles rivières et gorges. Vous aurez la chance de pouvoir en découvrir.

Activités de cordes et diverses (rappel, via cordata...) Ces moments de récréation doivent vous permettre quelques petits instants de répit physiques, et pour cela une préparation adéquate est la bienvenue.

Natation Sur une section de trek, le choix peut se poser de traverser à la nage plutôt que de faire un détour. Les distances sont entre 150 m et 300 m. Lors de ces traversées en nage, vous serez obligé de gonfler votre bouée (une par personne) et d'avoir un bâton lumineux attaché à la bretelle de votre sac, la nuit.

Pour valider votre passage, vous aurez à votre disposition, par équipe : un doigt électronique et le passeport.

Les deux modes de validation devront obligatoirement être utilisés sous peine de disqualification.



Sécurité et suivi de la course

Durant la course, vous disposerez d'une balise GPS satellitaire afin de pouvoir assurer votre sécurité, mais aussi d'opérer un suivi de la course sur le site de Raid in France.

Transfert des équipes étrangères

Pour les équipes étrangères qui le souhaitent, un transfert payant sera organisé à partir de l'aéroport de Saint-Exupéry (Lyon), le jeudi 28 septembre à 18h00 à destination de Tence et le dimanche 01 octobre à 15h00 vers Lyon.

Fin des inscriptions pour le transfert, le 3 septembre.

Coût : 30 euros/personne aller-retour.

Hébergement

A Tence, il existe de nombreux hébergements de type gîtes, mais il y a aussi un camping (Les Murmures du Lignon) avec des places de tentes. Pour une équipe, ces places sont aux alentours de 30 € par nuit par équipe. Il existe aussi quelques hébergements sans sanitaire, en dur.

Pour les informations et réservations, prendre directement contact avec l'accueil du camping :

Tél : +33 (0)4 71 59 83 10 et info@lesmurmuresdulignon.com.

Attention, il faut une voiture pour aller du camping au village.

Le Head Quarter de la course est en centre-ville au complexe sportif de la Liongière.

Tactical Foodpack, partenaire

Cette marque estonienne spécialisée dans l'alimentation lyophilisée offrira 1 200 repas aux coureurs et bénévoles de Raid in France 2023. Composés d'ingrédients 100 % naturels, sans additifs ni conservateurs, avec un vrai goût de repas fait maison, ces lyophilisés sont idéaux pour les randonneurs et les adeptes de sports aventure.

**VIVEMENT LA GRANDE AVENTURE...
NOUS AVONS HATE DE VOUS RETROUVER**

**PLUS D'INFO
WWW.RAIDINFRANCE.COM**