



## LE DEFI VERT

**Date de début :** 2024-04-27 **Date de fin :** 2024-04-28

La seconde édition du **DEFI VERT** poursuit sa découverte **des parcs de Bordeaux Métropole**. L'édition 2024 partira ainsi du parc du Bourgailh (PESSAC) et cheminera vers le Bois du Peugue (PESSAC), le bois de Monsalut (CESTAS), le plan d'eau du Rousset (CESTAS), le Lac Vert (CANEJAN), le Prieuré de Cayac (GRADIGNAN) et le pac de Mandavit (GRADIGNAN).

Le DEFI VERT est une **épreuve multisports** par **équipe de deux** et sur **deux jours**. Ce n'est pas une épreuve extrême mais une manifestation qui propose dans chaque parc **des épreuves courtes et intenses** (course à pied, VTT, biathlon tir laser, canoë, course d'orientation, course d'obstacles, escalade, run and bike).

Les liaisons entre parcs se font en VTT. L'hébergement aura lieu en tente au **chateau de Moulereus à Gradignan** et le groupe **SONO TONE** animera la soirée du samedi soir.

Les frais d'inscription comprennent tout (prix possible grâce à nos partenaires), venez juste avec votre tente et 1 VTT par participants. Plus d'informations sur **[www.lesstoquesdeladalle.fr](http://www.lesstoquesdeladalle.fr)**

Vous êtes à la recherche d'un raid convivial et festif aux abords de Bordeaux, **relevez le DEFI.**

**Localisation :** 160 avenue de Beutre, entrée 13, PESSAC - 33600 PESSAC, CESTAS, CANEJAN, GRADIGNAN

**Adresse Web :** [www.lesstoquesdeladalle.fr](http://www.lesstoquesdeladalle.fr)

**Préstations :** Les frais d'inscription sont de 75 Euro par personne (85 Euro partir du 15 janvier 2024) pour l'ensemble de la manifestation.

Ils comprennent :

- L'ensemble des repas (deux petits déj, repas du samedi midi, du samedi soir, du dimanche midi),
- L'ensemble de l'encadrement : animateur, chronométreur, matériels pour le tir laser, le canoë, la course d'orientation photo, la course d'obstacles et l'escalade, les ravitaillements,
- L'encadrement médical si nécessaire,
- Le film de la manifestation,
- L'hébergement et la soirée musicale.

Il suffit de venir avec 1 VTT par personne et une tente et c'est parti.

Cela est possible grâce à nos partenaire. Sinon le prix réel par participant serait de 211 Euro par personne.

**Récompenses** : 1 TS par participant et un tirage au sort exceptionnel le dimanche après midi.

### **Détail des épreuves :**

#### **Course à pied**

Parc du Bourgailh à Pessac - Première épreuve du DEFI VERT. 5 km de course à pied puis 630 m de VTT pour s'amuser.

**Distance** : 5km

**Lieu de départ** : Parc du Bourgailh à Pessac

**Lieu d'arrivée** : Parc du Bourgailh à Pessac

**Dénivelé +** : 0m

**Dénivelé -** : 0m

**Tarif** :75€

---

#### **Biathlon tir laser**

Bois du Peugue à Pessac - Seconde épreuve du DEFI VERT. Un circuit de 610 m à faire 3 fois en course à pied avec 2 points de tir sur le parcours. Gardez votre souffle !

**Distance** : 1km

**Lieu de départ** : Bois du Peugue à Pessac

**Lieu d'arrivée** : Bois du Peugue à Pessac

**Dénivelé +** : 0m

**Dénivelé -** : 0m

**Tarif** :75€

---

#### **Epreuve de VTT**

Parc de Monsalut à Cestas - Troisième épreuve du DEFI VERT. Un circuit de 3 km autour du lac de Monsalut à faire 5 fois en VTT. Lâchez vous avant le repas du samedi midi.

**Distance** : 15km

**Lieu de départ** : Parc de Monsalut à Cestas

**Lieu d'arrivée** : Parc de Monsalut à Cestas

**Dénivelé +** : 0m

**Dénivelé -** : 0m

**Tarif** :0€

---

### **Canoës**

Plan d'eau du Rousset à Cestas - Quatrième épreuve du DEFI VERT. 3 300 m de canoës pour reprendre en ce début d'après midi.

**Distance** : 3km

**Lieu de départ** : Plan d'eau du Rousset à Cestas

**Lieu d'arrivée** : Plan d'eau du Rousset à Cestas

**Dénivelé +** : 0m

**Dénivelé -** : 0m

**Tarif** :0€

---

### **L'épreuve de Course d'orientation photos**

Parc du Lac Vert à Canéjan - Cinquième épreuve du DEFI VERT. Pour terminer la journée du samedi, faites jouer vos neurones et recherchez les bonnes photos sélectionnées dans le parc du Lac Vert. Ensuite, place au repos et à la soirée dansante.

**Distance** : 3km

**Lieu de départ** : Parc du Lac Vert à Canéjan

**Lieu d'arrivée** : Parc du Lac Vert à Canéjan

**Dénivelé +** : 0m

**Dénivelé -** : 0m

**Tarif** :0€

---

### **L'épreuve de course d'obstacles et d'escalade**

Prieuré de Cayac à Gradignan - Sixième épreuve du DEFI VERT. Dans un site exceptionnel, relevez le défi des obstacles puis de l'escalade. A coup sûr, de futurs souvenirs.

**Distance** : 1km

**Lieu de départ** : Prieuré de Cayac à Gradignan

**Lieu d'arrivée** : Prieuré de Cayac à Gradignan

**Dénivelé +** : 0m

**Dénivelé -** : 0m

**Tarif** :0€

---

### **Run and bike**

Parc de Mandavit à Gradignan - Septième et dernière épreuve du DEFI VERT. Allez, encore un petit effort, une épreuve traditionnelle de run and bike avant le repas du dimanche midi.

**Distance** : 5km

**Lieu de départ** : Parc de Mandavit à Gradignan -

**Lieu d'arrivée :** Parc de Mandavit à Gradignan -

**Dénivelé + :** 0m

**Dénivelé - :** 0m

**Tarif :** 0€

---