SPORT AVENTURE PASSION fÃªte son 20Ã¨me ANNIVERSAIRE le 29 et 30 juin 2013
AprÃ¨s course
PostÃ© par : DUBOST
PubliÃ©e le : 7/4/2013 8:09:09



Â

SPORT AVENTURE PASSION fÃªte son 20Ã¨me ANNIVERSAIRE le 29 et 30 juin 2013

avec un grand week-end de compÃ©titions multisports

Ã DUCLAIR en VallÃ©e de Seine, son lieu de naissance : 1er RAID NORMAND juin 1993.

Â

Ouvert aux DÃ©butants, Sportifs accomplis, Raideurs, Traileurs, Marcheurs, de 11 Ã 75 ans,

chacun y trouvera son bonheur sportif et mÃªme peut-Ãªtre en famille.

Â

Le 18Ã¨me RAID NORMAND : du samedi 10h00 au dimanche 10h00.

Le RAID NORMAND s'effectuera pour la 1Ã¨re fois par Ã©quipe de 2 mais le concept reste le mÃªme avec un bivouac pour la nuit. Raid en semi-autosuffisance, en orientation sur 110 km d'aventure 1500 D+ et 70 balises Ã pointer.

11 changements d'Ã©preuve : VTT et trail d'orientation sur cartes fournies IGN, CO au 1/15000Â° et 1/3500Â°, run and bike, canoÃ« en riviÃ¨re avec chutes, tir Ã l'arc, passages de cordes.

Prix par Ã©quipe : 110 EuroÂ (repas du samedi inclus et tee-shirt technique pour tous).

Â

Le 4Ã¨me TRAIL Nocturne du Raid Normand : DÃ©part samedi 22h00.

2 TracÃ©s au choix : 50 km avec 1000 D+ ou 30 km avec 650 D+.

Le 30 km peut s'effectuer en relais par Ã©quipe de 2 (14,4 km + 15,6 km).

Une grande boucle dans les forÃªts de la VallÃ©e de Seine.

90% de sentiers forestiersÂ jalonnÃ©s de rubalises rÃ©trorÃ©flÃ©chissants.

Sous label FFA depuis 2012 et pour conserver une certaine Ã©galitÃ© pour tous les traileurs venant hors rÃ©gion, les parcours ne sont dÃ©voilÃ©s qu'au dÃ©part.

Prix pour le 50 km 25 Euro, pour le 30 km 20 Euro et pour le relais 30 Euro par Ã©quipe. Majoration de 5 Euro Ã partir du 20 juin.

Ravitaillement Ã mi-course et petit-dÃ©jeuner Ã l'arrivÃ©e. Tee-shirt technique pour tous.

Â

La MARCHE NORDIQUE en semi-nocturne : DÃ©part samedi 22h00.

Epreuve de 15 km avec bÃ¢tons de marche, possibilitÃ© de prÃªt, sur un tracÃ© forestier jalonnÃ© de rubalises.

PrÃ©voir 3 heures de course minimum avec frontale obligatoire.

Prix : 9 Euro par marcheur.

CafÃ©, thÃ©, eau, â€¦ Ã l'arrivÃ©e et cadeau souvenir.

Â

Le 15Ã¨me RAID NORMAND Juniors : du samedi 13h00 au dimanche 13h00.

Par Ã©quipe de 4, de 11 Ã 17 ans avec 1 assistant adulte. Toutes les Ã©preuves d'un RAID sont prÃ©sentes : VTT, course d'orientation, run and bike, sarbacane, Ã©preuve nautiqueâ€¦

Pour tous renseignements : Raid Normand juniors

Â

Les DEPARTS et ARRIVEES de ces 4 manifestations ainsi que le bivouac auront lieu dans l'enceinte du stade Maurice Chatel autour "d'un village" dÃ©diÃ© aux sports nature.

Â

A RETENIR : A 22h00 le dÃ©part groupÃ© du 4Ã¨me TRAIL Nocturne, de la course d'orientation du 18Ã¨me RAID NORMANDÂ et de la MARCHE NORDIQUE dans une ambiance trÃ¨s festive !

Â

Les rÃ¨glements et les bulletins d'inscription sont disponibles sur www.raidnormand.eu

ou nous contacter au 02 35 37 00 75 ou Ã Â pleblay@raidnormand.eu si vous souhaitez les recevoir par courrier.

Â

En espÃ©rant vous compter parmi nous lors de ce rassemblement multisports nature, nous vous souhaitons une bonne saison sportive.

Â

Pascal Leblay et toute l'Ã©quipe de SPORT AVENTURE PASSION.