18Ã¨me Ã©dition du Raid Normand les 29 et 30 Juin

BrÃ¨ves des organisateurs
PostÃ© par : DUBOST
PubliÃ©e le : 7/7/2013 10:23:22



Â

En 1993, nous n'utilisions pas le terme de trail mais course sur sentier, tout comme l'accrobranche que l'on nommait ateliers de cordes, tout comme la marche avec bÂtons devenue marche nordique, le marketing ayant pris aujourd'hui possession du sport nature.

Â

Le 4Ã¨me trail a fait partie intÃ©grante de cette grande fÃªte de sport nature du 20Ã¨me anniversaire de Sport Aventure Passion crÃ©ateur du Raid Normand en juin 1993.

La logistique concernant les 4 Ã©preuves du RAID NORMAND sur un mÃªme week-end, nous a obligÃ© administrativement Ã clÃ´turer les inscriptions une semaine avant le dÃ©part et une cinquantaine de traileurs n'ont pu Ãªtre retenue tout comme les inscriptions sur place.

Le parcours

Quasiment identique Ã l'Ã©dition prÃ©cÃ©dente concernant le 30 km, la dernÃ¨re boucle du 50 km a Ã©tÃ© modifiÃ©e en conservant le mÃªme profil "hors sentiers battus (traking)" ce que recherche les rustiques traileurs.

Â

Nous ne savions pas que le final de la traversÃ©e de l'Austrebertbe Ã©tait aussi attractif et terriblement souhaitÃ©, mais la configuration du lieu d'arrivÃ©e sur cette Ã©dition n'a pas permis de vous rafraÃ®chir les muscles avant l'arrivÃ©e. En 2014, vous pataugerez 50 mÃ¨tres les pieds dans l'eau au lieu des 25 mÃ¨tres des Ã©ditions prÃ©cÃ©dentes. Promis !

Sous un ciel nuageux, les frontales se sont allumÃ©es Ã partir de 22h45 pour dÃ©couvrir toute la traversÃ©e nord-sud du massif de la forÃªt du Trait-MaulÃ©vrier et pour suivre les 300 rubalises rÃ©tro-rÃ©flÃ©chissantes. A noter que les ouvreurs ont rÃ©installÃ© plus d'un kilomÃ¨tre de rubalise subtilisÃ© dans l'aprÃ¨s-midi.

Pour se perdre deux conditions : avoir une frontale d'une portÃ©e infÃ©rieure Ã 30 mÃ¨tres et attendre le dernier tiers des tracÃ©s oÃ¹ la fatigue prend le relais de la vigilance. La majoritÃ© des appels de "perdition" (10 cette annÃ©e) ayant lieu aprÃ¨s le 39Ã¨me km pour le parcours du 50 km et au 19Ã¨me pour le 30 km. Nous renforcerons le flÃ¨chage sur la derniÃ¨re partie et sur les longues distances afin de vous rassurer. Il est vrai que le flÃ¨chage en forÃªt et de nuit est plus dÃ©licat car nous ne progressons pas Ã vue comme sur les sentiers en plaine ou montagne.

3 tracÃ©s sur ce 4Ã¨me Trail dont la marche nordique

Un tracÃ© de 50 km en solo, un de 30 km en individuel ou en relais et un 15 km pour les marcheurs.

L'accÃ©lÃ©ration de Bruno DEVE de l'AC Barentin dans les derniers kilomÃ¨tres lui a permis de garder Ã distance et Ã 8 minutes Julien HAULE.

Pour les vÃ©tÃ©rans AdÃ©laÃ¯de TRIVIES de LimÃ©ray la locale a menÃ© de bout en bout la course avec 17 minutes d'avance sur Catherine PLUMAIL qui avait remportÃ© l'Ã©preuve en 2012 avec pourtant un temps supÃ©rieur de 12 minutes.

C'est un triathlÃ¨te lillois Nicolas MORDELET qui remporte le 30 km en arrivant avec 2 minutes d'avance sur la premiÃ¨re Ã©quipe du relais des frÃ¨res FEAT de Duclair.

1Ã¨re Marche nordique

45 marcheurs ont pris le dÃ©part de cette premiÃ¨re semi-nocturne en compÃ©tition.

7,37 km/h de moyenne en marchant, performance atteinte par les premiers qui rattrapaient le final des traileurs dans la premiÃ¨re cÃ´te du tracÃ© commun. Le club de Saint ValÃ©ry En Caux avec ses 160 adhÃ©rents au club (GSVA qui deviendra SVER Ã la rentrÃ©e prochaine) s'est chargÃ© de monter l'ambiance dans la course et autour du podium.

Pascal LEBLAY : "Nous avons retrouvÃ© l'ambiance qui rÃ©gnait dans les premiers raids et trails oÃ¹ le collectif prenait le pas sur l'individualisme. J'espÃ¨re que cette convivialitÃ© perdurera malgrÃ© la montÃ©e en puissance de la Marche Nordique devenue le nouveau sport nature vÃ©ritable phÃ©nomÃ¨ne de sociÃ©tÃ© sportive des pays sud europÃ©ens".

Â

Le Raid Normand

80 Ã©quipes inscritesâ€¦ mais 76 sur la ligne de dÃ©part qui est aussi le dÃ©partement de la ville de Duclair situÃ©e en bord de Seine.

110 km sur 2 jours avec 70 balises Ã pointer et 1500 mÃ¨tres de dÃ©nivelÃ© positif ; cette Ã©dition reprend les symboliques des Raids Normands : la traversÃ©e en canoÃ« du lac de la base de JumiÃ¨ges 1Ã¨re Ã©preuve nautique du 1er Raid, la descente de l'Austreberthe avec sa chute de 4,50 mÃ¨tres du 2Ã¨me Raid, l'arbraventure construit spÃ©cialement pour la 10Ã¨me Ã©dition avec sa tyrolienne oÃ¹ l'on passe de 60km/h Ã l'arrÃªt total en 20 mÃ¨tresâ€¦

Les multiples vainqueurs des RAIDS NORMANDS sur la ligne de dÃ©part

Les PIRANHAS, le HAC-COBS, ORIENTSPORT comptabilisent prÃ¨s des deux tiers des victoires des 18 Raids Normands.

Mais sur ce 18Ã¨me RAID NORMAND, c'est AVEYRON TERRE D'AVENTURE qui remporte l'Ã©preuve en ayant pointÃ© l'ensemble des 70 balises, objectif indispensable pour Ãªtre sur un podium Raid Normand. TEAM AZIMUT 76 ORIENTSPORT plus rapide sur le terrain est malaxÃ©e d'une heure de pÃ©nalitÃ© faute d'avoir pointÃ© la balise 7.

A cet instant TEAM AZIMUT 76 ORIENTSPORT se bat avec COBS-CAUX-MANCHE (ex HAC) respectivement 1er et 2Ã¨me au gÃ©nÃ©ral et la pression Ã©proque fait louper cette balise que la majoritÃ© trouve sans problÃ¨me. Si TEAM AZIMUT 76 ORIENTSPORT termine sur la 2Ã¨me place, le COBS-CAUX-MANCHE sur blessure abdique avant l'Ã©preuve de CO de nuit. Les PIRANHAS (Ã©guilers Ã leur habitude terminent sur la 3Ã¨me place du podium.

Â

L'autonomie en raid

Outre l'orientation, il faut gÃ©rer son effort et son approvisionnement en eau.

Le RAID NORMAND comme le veut son histoire se coure sans "ravitaillement organisÃ©" mais des points d'eau urbains sont indiquÃ©s par l'organisation avec une rÃ©fÃ©rence des temps d'effort entre ces points. Quelques Ã©quipes font appel aux rÃ©sidants rencontrÃ©s, les cauchois rÃ©pugnÃ©s pour n'Ãªtre pas forcÃ©ment des plus accueillants n'hÃ©sitent pas Ã rendre service Ã une personne courtoise. Des Ã©quipes venant d'autres rÃ©gions de France telle que Midi PyrÃ©nÃ©e, Poitou-Charente, Franche ComtÃ©, Alpes CÃ´te D'Azur, Bretagne, Pas-de-Calais n'ont pas osÃ© frapper aux portes des maisons rencontrÃ©es.

Â

Les Ã©preuves dont une belle CO nocturne

Par Ã©quipe de 2 les 76 Ã©quipes auront parcouru 60 km en VTT , 11 km en trail d'orientation, 8,5 km de run and bike (1 VTT pour 2) 8,5 km en canoÃ« et une course d'orientation de nuit de 15 km avec 20 balises gÃ©nÃ©rant des pÃ©nalitÃ©s en fonction de leurs difficultÃ©s 15 ou 30 minutes.

Sport Aventure Passion a toujours voulu partager sa passion du sport nature et n'hÃ©site pas Ã innÃ©nger comme depuis 10 ans, la section audio-visuelle du LycÃ©e Corneille pour le film du Raid, depuis 2 ans des Ã©tudiants du Staps interrogent les concurrents de l'HIVERNALE et du RAID pour en tirer un mÃ©moire "Pourquoi pratiquer le sport nature ?". En 1994, les scouts avaient coupÃ© les armatures en bois des radeaux Ã construire par les concurrents. Pour cette Ã©dition, la cellule de Sport Nature du Conseil GÃ©nÃ©ral 76 a pris en charge la CO nocturne en fonction d'un cahier des charges proposÃ© par Pascal Leblay afin de respecter le protocole RAID NORMAND. Le CG76 a gÃ©rÃ© le dÃ©part, l'arrivÃ©e, la pose des balises et la gestion de la carte.

Le tir Ã l'arc pratiquÃ© depuis le 1er RAID a une nouvelle fois dÃ©partagÃ© deux Ã©quipes sur le podium mixte entre les 2 et 1 INDESTRUCTEAM HAC TRI. La dernÃ¨re marche revient au couple "GOULIN" Ã©quipe "LA GOULE ROULE".

Une blessure digne d'un 20ème anniversaire

TrÃ¨s rarement rencontrÃ© dans les Ã©preuves sportives, quelque fois en compÃ©tition VTT, les deux mÃ©decins urgentistes du Raid ont vite dÃ©tectÃ© une rupture partielle de l'urÃ¨tre d'un concurrent lors d'un choc violent avec la selle de son VTT et a Ã©tÃ© transportÃ© par l'ambulance du Raid au CHU de Rouen.

Nous souhaitons un bon rÃ©tablissement Ã notre concurrent que nous remercions d'avoir signÃ© de son empreinte cette Ã©dition anniversaire.

Le mot de l'organisateur

"C'Ã©tait une vÃ©ritable folie d'organiser 4 Ã©preuves multisports en un week-end, mais aprÃ¨s l'expÃ©rience du Raid en Angleterre (3 jours) et de la TraversÃ©e de la Normandie de Dives-Sur-Mer Ã Saint-VaÃ©ry-En-Caux (220 km en 24 heures), je savais que je pouvais compter une nouvelle fois sur une Ã©quipe solidaire de 60 personnes, responsable, rustique dans leurs conditions de sommeil et professionnelle dans l'organisation : gÃ©rer prÃ¨s de 500 concurrents sur plusieurs Ã©preuves est une vÃ©ritable gageure. Le dÃ©part Ã 22h00 sur le stade a Ã©tÃ© une joie pour nous, regroupant les concurrents du trail, de la marche nordique et de la CO nocturne du Raid Normand dans une ambiance animÃ©e. Ce qui me fait avancer, c'est aussi de travailler pour des Ã©quipes frÃ¨les quasiment pÃ©nalisent depuis le dÃ©but de l'aventure outre les trois premiÃ¨res clÃ©es au dÃ©but : les doyens (59 et 61 ans) Les 60ème Rugissants, Captaine Coaillu qui termine 6ème cette annÃ©e, les "jeunes filles" Les Tartiflettes Normandes, Les Notaires Normands, Les Raideurs se dÃ©placentÃ©gde pas si loin, Les Grenouilles Vertes de Dieppe, DGA Techniques Hydrodynamiques du Val de Reuil, Sidel mais aussi tant d'autresÃ¸ Nous avons vieilli sportivement ensemble en affrontant chacun nos gaÃ¨res respectives d'aventurier et d'organisateur. Une vÃ©ritable amitiÃ© sportive s'est nouÃ©e et je pense souvent Ã ces raideurs lors de mes reconnaissances sur le terrain en anticipant sur un facteur d'erreur."

Prochaine manifestation de SPORT AVENTURE PASSION

La 14Ã¨me HIVERNALE du Raid Normand nuit du 1er et 2 fÃ©vrier 2014 Ã Canteleu dans la pÃ©riphÃ©rie rouennaise.Par Ã©quipe de 3 ou 4 sur un parcours de 55 km ou 42 km (au choix) tout en orientation. Une belle aventure nocturne hivernale trÃ¨s forestiÃ¨re.

Â

DÃ©couvrez le reportage photo avec prÃ¨s de 500 images !

Cliquez ici : http://nicolasbroquedis.dargroom.com/ ... 130629-raidnormand-121734

Â© photos : Nicolas Broquedis

