

# Raid LYCEE UNSS Cerdagne

**Mercredi 17 mai 2017**

**13h30 à 16h30**



**UNSS**  
UNION NATIONALE  
DU SPORT SCOLAIRE

**Objectif :** Raid Nature UNSS à destination des lycéens de Cerdagne.

**Principe :** Succession d'épreuves et d'Activités Physiques de Pleine Nature par équipe mixte sur le secteur du Pla de Barres.

**Programme :** Course d'Orientation, Run & Bike, VTT, Pont de singe, Escalade, Montée Impossible, Tir à la carabine.

**Parcours :** Un seul parcours est possible.

<b>RAID LYCEE</b>
Course d'Orientation
Run & Bike (3 km)
Tir à la carabine
VTT (5,4 km)
Escalade
Montée Impossible

**Déroulement :** Les concurrents seront par équipes de 5 avec 1 fille au minimum dans l'équipe.

Les équipes composées uniquement de filles auront un classement séparé.

Un adulte devra accompagner chaque équipe pendant son parcours.

Chaque équipe devra effectuer l'ensemble des épreuves qui leur rapporteront des points pour un classement final (l'adulte ne participe pas, il a un rôle d'accompagnement et d'encadrement).

**Les équipes devront avoir un dossard, chasuble ou une tenue (tee-shirt) identique pour tous les équipiers.**

Les équipes doivent être composée au moins d'un lycéen (avec, éventuellement un ou plusieurs collégiens).

Une équipe contenant uniquement des collégiens devra participer au Raid COLLEGE UNSS Cerdagne

Les classements seront les suivants :

<b>RAID LYCEE</b>
Classement équipe Mixte Lycée
Classement équipe Filles Lycée

**Horaires :**

- 13h15 Briefing des équipes **RAID LYCEE**
- 13h30 Départ du **RAID LYCEE**
- 16h30 Fin des épreuves
- 17h00 Résultats

**Parking :** Les véhicules devront stationner aux parkings du Conseil Général pour les navettes des Bouillouses. Accès : au rond point du Pla de Barres à droite.

**Lieu :** L'accueil et le départ des épreuves seront au bout du camping du Pla de Barres, secteur « groupes ». Accès : au rond point du Pla de Barres, 50m à gauche (Parking du CG66 à droite du rond point).

**Propreté :** Tous les participants doivent s'engager à laisser le lieu le plus propre possible. Un container pour les ordures sera mis à disposition près de l'accueil. Les toilettes publiques seront ouvertes près du parking.

**Les épreuves :**

### **COURSE D'ORIENTATION**

La Course d'Orientation se déroule à pieds sur le secteur du Pla de Barres, Cami Ramader. Longueur 2 km. 25 m de dénivelé. 5 balises à trouver. Le groupe doit rester ensemble pendant la course. Utilisation de GPS, de Smartphone ou d'appareil électronique interdits. Temps limite pour effectuer le parcours : 55'. Au bout de ce temps, revenir impérativement au départ (camping). L'équipe aura une carte couleur (à poinçonner) et des cartes Noir et Blanc. Attention, de fausses balises de Course d'Orientation seront posées sur le parcours.

*Lieu :* Voir cartographie jointe.

*Organisation :* 1 personne pour donner les départs. 1 personne pour noter les temps d'arrivées.

*Matériel :* Balises, cartes couleurs plastifiées, chronomètres.

*Pointage :* La moitié des points sera apporté par la découverte des balises et l'autre moitié des points sera apporté par le temps mis pour réaliser le parcours (voir barème). Attention, les concurrents doivent porter un dossard, une chasuble ou une tenue identique pour tous les membres de l'équipe.

### **RUN & BIKE**

Le Run & Bike se déroule sur le secteur du Pla de Barres, El Rasteller.

**Parcours RAID LYCEE:** Longueur 2 km, dénivelé 30m. 2 VTT par équipe. Utilisation libre des vélos au sein de l'équipe. Interdiction de monter à plusieurs sur un VTT. Casque obligatoire en VTT.

*Lieu :* Voir cartographie jointe.

*Organisation :* 1 personne pour donner les départs. 1 personne pour noter les temps d'arrivée. 2 personnes en sécurité sur le parcours.

*Matériel :* 2 VTT par équipe (perso ou location), chronomètre, balisage du parcours avec de la rubalise.

*Pointage :* Le temps est pris sur le 5<sup>ème</sup> équipier à l'arrivée (voir barème). Attention, les concurrents doivent porter un dossard, une chasuble ou une tenue identique pour tous les membres de l'équipe.

### **TIR À LA CARABINE**

Le Tir à la carabine à plomb se déroulera près du départ des épreuves (camping). Le principe est que chaque équipe tire 25 plombs (5 par équipier) sur des cibles disposées à 10m.

*Lieu :* Voir cartographie jointe.

*Organisation :* 1 personne pour donner les explications sur la sécurité. 1 personne pour vérifier les résultats des tirs et noter les points correspondants sur les fiches de résultats. Les personnes qui encadrent seront du Pôle Biathlon de Font-Romeu.

*Matériel :* 5 carabines à plombs et des boites de plombs, des cibles, de la rubalise pour disposer autour de l'espace de tir.

*Pointage :* On note le résultat du tir de chaque équipier (5 plombs). Chaque cible touchée apporte 40 points, 1000 points au total pour l'équipe (voir barème).

### **VTT**

**Parcours RAID LYCEE:** Le VTT est une épreuve chronométrée du Pla de Barres jusqu'au Rocher d'escalade des Avellans.

*Trajet* : Départ du Pla de Barres, fin au rocher d'Escalade des Avellans. Longueur 5,4 km, dénivelé 140 m.

*Lieu* : Voir cartographie jointe.

*Organisation* : 1 personne pour noter les temps de départ. 2 personnes pour noter les temps d'arrivée avec liaison radio ou téléphone pour les chronométrages. 1 personne en assistance sur le trajet avec du matériel de secours et de réparation (véhicule ou VTT au niveau de la passerelle du Mas de La Borde).

*Matériel* : 5 VTT par équipe (perso ou location), 4 chronomètres ou montres synchronisés, Road Book avec le parcours.

*Pointage* : Le temps est pris sur le 5<sup>ème</sup> équipier à l'arrivée (voir barème). Attention, les concurrents doivent porter un dossard, une chasuble ou une tenue identique pour tous les membres de l'équipe.

### **PONT DE SINGE**

Le Pont de Singe permettra de traverser la rivière en face du rocher des Avellans. Une tyrolienne servira à faire franchir les VTT.

*Lieu* : Voir cartographie jointe.

*Organisation* : La mise en place et l'encadrement seront réalisés par Didier Fabre et les élèves de la Section Montagne de Font-Romeu.

*Matériel* : Cordes statiques, Grigri, poulies, mousquetons, cordelettes, sangles... (Section Montagne du Lycée de Font-Romeu).

Pas de chronométrage ou de pointage durant cet atelier.

### **ESCALADE**

L'escalade se déroule au rocher des Avellans.

Plusieurs voies de niveaux différents seront proposées aux équipes qui devront réaliser en tout 3 voies avec un assurage en moulinette.

*Lieu* : Voir cartographie jointe.

*Organisation* : L'encadrement est réalisé par Christine Carrera et la section UNSS Escalade du collège de Font-Romeu.

*Matériel* : Matériel d'escalade (Section UNSS Escalade du collège de Font-Romeu), matériel de secours.

*Pointage* : L'équipe doit réaliser un total de 3 voies. Chaque équipier ne peut faire au maximum que 1 voie. Chaque voie réalisée rapportera des points en fonction de la difficulté. Aucun essai n'est permis. Toute chute est éliminatoire, dans ce cas la voie ne sera pas bonifiée de points (voir barème).

Liaison par la route entre le rocher des Avellans et le Mas de La Borde, sans chronométrage.

### **MONTÉE IMPOSSIBLE**

La Montée Impossible se déroule sur une piste forestière au dessus du Mas de la Borde. L'objectif est de réussir à monter le plus haut possible sur un chemin forestier. Longueur 160m, dénivelé 35m, pente moyenne 17%, pente maxi 28%.

*Lieu* : Voir cartographie jointe.

*Organisation* : 1 personne pour donner les départs. 1 personne pour noter les distances d'arrivées.

*Matériel* : 5 VTT par équipe (perso ou location, voir Patrick Chalon), 2 x double-décamètre, balisage du parcours avec de la rubalise et des plots tous les 5 mètres.

**Pointage** : On note la distance parcourue par chaque équipier en mètre. Le repère de référence sera pris au milieu de la roue avant, (voir barème).

Liaison retour par la route entre le Mas de La Borde et le Pla de Barres, sans chronométrage.

## **Organisation générale**

**Sécurité** : Chaque équipe devra être en possession d'un nécessaire de réparation pour le VTT (outils, chambre à air, rustines...), une pharmacie, un téléphone portable, des bouteilles d'eau et de la nourriture. Casques obligatoires en VTT et en Escalade.

**Déroulement** : Les équipes prendront successivement le départ de chaque épreuve. Le lieu de départ principal est au Pla de Barres (camping), grand parking disponible au départ des navettes pour Les Bouillouses. Les équipes commenceront leurs épreuves par la Course d'Orientation, la Slackline, le tir à la carabine ou le Run & Bike, puis elles partiront sur le VTT, l'Escalade et la Montée Impossible. Les épreuves de VTT, d'Escalade et la Montée Impossible seront être enchainées l'une à la suite de l'autre par une étape de liaison sans chronomètre. Après la Montée Impossible les équipes devront revenir au Pla de Barres par la route, sans chronométrage et rendre leur feuille de pointage à l'organisation après la réalisation de toutes les épreuves.

**Organisation** : 1 personne responsable informatique pour la saisie et l'édition des résultats. 1 personne pour l'organisation générale des départs sur les épreuves. 1 personne en sécurité sur la route pour l'étape de liaison entre le rocher des Avellans et la Mas de La Borde. 1 personne en sécurité sur la route pour le retour entre le Mas de La Borde et Le Pla de Barres.

**Matériel** : Ordinateur portable, feuille de pointage pour les épreuves, matériel de secours, gilets fluorescents, affiches, affichages épreuves, feuille de classement, flèches directionnelles.

**Informations** : Service Départemental UNSS, Mairie de Mont-Louis (Camping), Mairie de La Llagonne, Mairie de Bolquère, Mr Antoine Frances CG 66 (Site des Bouillouses), CNEC de Mont-Louis, ONF, Pompiers, PGHM ou CRS de Montagne.

**Contact** : Pierre Parent, Professeur EPS collège de Bourg-Madame, 06 83 70 38 78, pierre.parent@libertysurf.fr.