



14ème édition du Raid du Castor

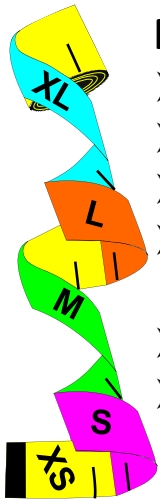
Samedi 13 & Dimanche 14 octobre 2018

Le raid du Castor c'est 5 raids de longueurs différentes, qui sont organisés sur 2 jours, le samedi ou le dimanche :

- Possibilité de participer à plusieurs raids pour courir avec vos enfants, conjoint, amis... : 2 fois le samedi et 1 au choix le dimanche,
- A l'exception du raid le plus long, chaque raid peut être fait en randonnée non chronométrée - pas besoin de certificat médical,
- Les distances en Orientation sont données à vol d'oiseau, la réalité est souvent beaucoup plus longue.

Nouveautés 2018 :

- **Durées et distances différentes : raids XS, S, M, L et XL**
- **Plusieurs créneaux de départs** pour permettre de courir avec d'autres équipes, amis, famille...
- **Ouverture du raid S aux adultes** afin de pouvoir courir au choix le samedi ou/et le dimanche
- **Dragon boat pour le fun** (20 rameurs et 1 barreur pro). Techniquement plus facile que le canoë, il est présent sur les raids XS, L et M
- **Ajout du bike & run dans le raid L, ex « découverte »**. Les épreuves sont donc identiques au XL, seules les distances changent
- **Création d'un raid facile le dimanche, le raid M** : le canoë est remplacé par du dragon boat (20 rameurs et 1 barreur pro). Vous n'avez donc pas à gérer la direction, sur un raid allégé par rapport au L.



Raid du Castor : vue synthétique

SAMEDI

DIMANCHE

XS
Durée 40' à 1h15

8-12 ans
≥18 ans

500m 1.5km 2.2km 1.7km

ou

S
Durée 1h10 à 1h45

≥12ans et som. ≥28ans
OU
≥18 ans

500m 7km 3.3km 2km

ou

≥18 ans

M
Durée 1h45 à 3h00

≥12 ans
≥18 ans

2km 10km 3.3km 2km 2km

L
Durée 2h15 à 4h

≥16 ans
≥18 ans

2km 3km 6km 3km 4km 4km 2km

ou








XL
Durée 3h00 à 6h00

≥18 ans
≥18 ans

2km 4.5km 6km 6km 10km 6km 2km

2



XS		8-12 ans					
Durée		≥18 ans	500m	1.5km	2.2km	1.7km	ou
40' à 1h15							

Raid XS est l'ex raid famille

Retrait des dossards : Samedi de 13h30 à 14h30



Briefing à 14h45

Plusieurs départs de 15h à 16h : choix du départ lors du retrait des dossards, dans la limite des places restantes. Animation sur rameurs entre les départs.











Epreuve multisports sur site sécurisé, par équipe de deux, adaptée aux jeunes de 8 à 12 ans, le capitaine étant majeur :

- Epreuve sur l'eau : canoë départ pieds dans l'eau, gilets (obligatoires) et canoë fournis par l'organisation, ou Dragon Boat pour les 20 dernières équipes arrivées à la plage de chaque départ.
- Bike and Run : 1 VTT enfant seulement, casque obligatoire. L'adulte reste à pied tout le parcours.



Un goûter, un diplôme et une médaille seront offerts à l'issue du raid.



S Durée 1h10 à 1h45	 ≥ 12 ans et  som. ≥ 28 ans					 ou 
	OU  ≥ 18 ans	500m	7km	3.3km	2km	≥ 18 ans 

Raid S est l'ex raid junior

Retrait des dossards : Samedi de 12h à 13h



Briefing à 13h15

Plusieurs départs de 13h30 à 14h30

Epreuve multisports, par équipe de deux, adaptée aux jeunes de 12 ans (dans l'année) et plus. La somme des âges des deux équipiers est de 28 ans minimum :

- Canoë : départ pieds dans l'eau, gilets (obligatoire) et canoë fournis par l'organisation
- VTT : suivi d'itinéraire, casque obligatoire
- Course d'orientation : 10 postes

Nouveauté : ce raid est ouvert à des binômes adultes, mais en mode non chronométré.



Un goûter, sera offert aux Juniors à l'issue du raid.



M		≥12 ans						
Durée		≥18 ans	2km	10km	3.3km	2km	2km	

Nouveau raid

- Retrait des dossards :
- Samedi de 14h30 à 18h00
 - Dimanche de 8h00 à 10h15



Briefing à 10h30

Départ 10h45

Épreuve multisports ouverte à tous (12 ans minimum et capitaine majeur), par équipe de 2, techniquement facile :












- VTT : casque obligatoire
- Dragon Boat : 20 rameurs et 1 barreur pro

Matériel conseillé : Boussole et porte-carte VTT, téléphone chargé, couverture de survie, ravitaillement en eau et nourriture pour la totalité de l'épreuve.



Un repas sera offert à chaque participant à l'issue du raid. Il est possible de réserver des repas supplémentaires pour les accompagnateurs lors de l'inscription de l'équipe, ou sur place, au tarif de 8€ par personne.



L		≥16 ans								 ou 
Durée		≥18 ans	2km	3km	6km	3km	4km	4km	2km	

Raid L est l'ex raid découverte

- Retrait des dossards :
- Samedi de 14h30 à 18h00
 - Dimanche de 8h00 à 9h45



Briefing à 10h

3 départs de 10h15 à 11h : choix du départ lors du retrait des dossards, dans la limite des places restantes. Animation sur rameurs entre les départs.

Épreuve multisports ouverte à tous (16 ans minimum et capitaine majeur), par équipe de 2, techniquement facile, enchaînant pour le **1^{er} et le 3^{ème} départ** les épreuves présentées dans le bandeau (pictogrammes). Le **2^{ème} départ** débute après le footing par le VTT et termine par le canoë.

Nouveauté : le bike&run est intégré au raid.

- Canoë (3km), ou selon les effectifs, Dragon Boat pour les 20 dernières équipes arrivées à la plage de chaque départ.
- VTT : casque obligatoire

Matériel conseillé : Boussole et porte-carte VTT, téléphone chargé, couverture de survie, ravitaillement en eau et nourriture pour la totalité de l'épreuve



Un repas sera offert à chaque participant à l'issue du raid. Il est possible de réserver des repas supplémentaires pour les accompagnateurs lors de l'inscription de l'équipe, ou sur place, au tarif de 8€ par personne..



XL		≥18 ans								
Durée		≥18 ans	2km	4.5km	6km	6km	10km	6km	2km	
3h00 à 6h00										

Raid XL est l'ex raid Défi

- Retrait des dossards :
- Samedi de 14h30 à 18h00
 - Dimanche de 7h30 à 8h30



Briefing à 8h45

2 Départs à 9h (choix du départ lors du retrait des dossards, dans la limite des places restantes).

Epreuve multisports par équipe de deux en autonomie, réservée à un public sportif, entraîné et majeur, enchaînant pour le **1^{er} départ** les épreuves présentées dans le bandeau (pictogrammes).

Le **2^{ème} départ** débute après le footing par le VTT et termine par le canoë.

Matériel obligatoire : couverture de survie, ravitaillement en eau et nourriture pour la totalité de l'épreuve.

Matériel conseillé : boussole, porte-carte VTT étanche, téléphone chargé



Un repas sera offert à chaque participant à l'issue du raid. Il est possible de réserver des repas supplémentaires pour les accompagnateurs lors de l'inscription de l'équipe, ou sur place, au tarif de 8€ par personne.



Certificat Médical

Le certificat médical est obligatoire pour les raids en mode chronométré.

Fournir un certificat médical ou licence sportive (Multisports, FFCO, Triathlon, FFCK, FFSAviron, FFCyclisme, FFAthlétisme) en compétition de moins de 12 mois.

Une copie du certificat médical est à remettre lors du retrait des dossards.

Si oubli du certificat médical, l'équipe basculera en mode non chronométré. Dans le cas du raid XL, l'équipe devra basculer sur un autre raid, en fonction des places disponibles.



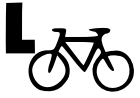
Services

- **Un parc à vélo gardé** est mis à disposition le temps de la course uniquement. Prévoyez la sécurité de votre matériel en dehors de ce temps.
- Les canoës, les pagaies, les gilets de sauvetage sont fournis par l'organisation



- **Des vestiaires et douches** sont à disposition dans l'enceinte du Parc.

Services



➤ Location de vélo / casque

Si vous avez besoin d'un VTT et/ou d'un casque pour les épreuves, une réservation est possible : Attention, disponibilités très limitées le dimanche.

- La réservation des VTT se fait par mail à l'adresse suivante : **castor@asul-aviron.com**
Merci d'indiquer pour chaque vélo réservé : Nom + Prénom + Nom de l'équipe + choix du raid + TAILLE du concurrent(e).
Nous vous confirmerons sous 24h la disponibilité des vélos et vous demanderons de confirmer par retour de mail votre réservation.
- Le tarif est de 10€ par vélo pour les raids du samedi (raids XS-S) et de 20€ pour les raids du dimanche (raids M-L-XL), casque compris.
- Le règlement se fait par chèque en ajoutant le montant de la location à celui de votre inscription. Merci de rappeler dans le courrier le détail des raids et vélos.

Le règlement par chèque est à faire à l'ordre du *Club du Grand Parc de Miribel (CGPM)*. Il peut être :

- Soit déposé à l'accueil du Grand Parc
 - Soit envoyé à l'adresse suivante : **Raid du Castor – Atol**
Grand Parc Miribel-Jonage
Chemin de la Bletta
69120 Vaulx-en-Velin
- Retrait du vélo
 - Merci de prévoir une pièce d'identité à remettre en caution lors du retrait du vélo.
 - Pour les raids du **samedi**, les vélos sont à récupérer et à retourner au magasin de location de l'Atol (à côté de l'accueil du raid).
 - Pour le **dimanche** les vélos sont à récupérer au retrait des dossards (dans l'Atol) et seront retournés au magasin de vélo de l'Atol où vous récupérerez en échange votre pièce d'identité.

Tarifs	Normal	Groupe (min 5 équipes tous raids confondus)
	Tarif par équipe	Tarif par équipe
XS – samedi 14h45	19 €	15 €
S – samedi 13h15	19 €	15 €
M – dimanche 10h30	39 €	28 €
L – dimanche 10h	49 €	38 €
XL – dimanche 8h45	59 €	48 €
Repas supplémentaires	8 € par personne	

Inscription

L'inscription se fait uniquement par Internet sur le site : raid-castor.asul-aviron.com

Avant de vous rendre sur le site pour vous inscrire assurez vous de disposer pour les 2 coéquipiers du : nom, prénom, sexe, date de naissance, code postal, adresse mail, numéro tél. portable.

Le certificat médical est obligatoire pour les raids en mode chronométré.

Le règlement peut être effectué par CB ou par chèque.

Le règlement par chèque est à faire à l'ordre du *Club du Grand Parc de Miribel (CGPM)* sous 7 jours. Il peut être :

- Soit déposé à l'accueil du Grand Parc
- Soit envoyé à l'adresse suivante : **Raid du Castor – Atol**
Grand Parc Miribel-Jonage
Chemin de la Bletta
69120 Vaulx-en-Velin

L'inscription est majorée de 8 euros après le 8 octobre.

Clôture des inscriptions le vendredi 12 octobre à 12 h. Pas d'inscription sur place.


Règlement


1. Le Raid du Castor est organisé par le Club du Grand Parc de Miribel en partenariat avec l'ASUL Aviron.
2. En cas de force majeure, l'organisation se réserve le droit d'annuler et de modifier des épreuves ou le règlement. Seul le cas de force majeure ou la raison médicale, avant samedi 12h pourront donner lieu à des remboursements d'inscriptions.
3. Chaque participant doit être capable de se déplacer en autonomie, à pied, à VTT, d'interpréter les indications de la carte, d'apprécier les risques et d'adapter sa vitesse et sa technique, de nager 25 mètres avec un gilet de sauvetage. Le port du casque est obligatoire en VTT. Prévoir une tenue adaptée et des vêtements de rechange.
4. La prudence, l'assistance aux personnes en danger, le respect du code de la route, le respect des biens privés ou publics, le respect de la nature et des chasseurs, le port du dossard (visible et devant), le respect des consignes des organisateurs sont obligatoires sous peine de mise hors course immédiate. La mise hors course dégage l'organisateur de tout engagement envers l'équipe concernée.
5. Tout abandon doit être signalé dans les plus brefs délais à l'organisation en remettant les dossards de l'équipe au point de départ ou aux contrôleurs sur le parcours.
6. Les organisateurs ont souscrit une assurance auprès de la MAIF couvrant leur responsabilité et celle des participants, conformément à la loi. Le Club du Grand Parc informe les participants de leur intérêt à souscrire une assurance individuelle accident.
7. L'inscription est prise en compte après inscription sur le site internet et réception du règlement, d'une autorisation parentale pour les mineurs et de l'attestation de natation sur l'honneur (cochée lors de l'inscription sur internet).
8. Une copie du certificat médical est à remettre lors du retrait des dossards pour les raids en mode chronométré ; certificat médical ou licence sportive (Multisports, FFCO, Triathlon, FFCK, FFSAviron, FFCyclisme, FFAthlétisme) en compétition de moins de 12 mois.
Si oublié du certificat médical, l'équipe basculera en mode non chronométré. Dans le cas du raid XL, l'équipe devra basculer sur un autre raid, en fonction des places disponibles.
9. Chaque participant est responsable de son matériel en dehors du temps du raid.

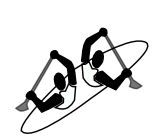
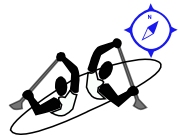
Pictogrammes et abréviations de la page 2



Som. : somme de l'âge des 2 coéquipiers

≥ : supérieure ou égal

 : équipier

 : binôme, équipiers majeurs

  : canoé sans ou avec orientation

  : course sans ou avec orientation

  : VTT sans ou avec orientation

 : bike and run

 : dragon boat

 ou  : chronométré ou non