



ORGANISATION/RAPPELS

MERCI DE NOUS ADRESSER VOS CERTIFICATS MEDICAUX EN COURS DE VALIDITE AVANT LE JOUR DU RAID, soit sur le site d'Espace Compétition, soit sur notre adresse mail : raidyon@orange.fr. Cela diminue votre temps d'attente à l'accueil, et nous facilite la tâche, merci.

Vous ne serez pas autorisé à courir sans un certificat médical valide.

Même chose pour les chèques de caution de 60 € pour les doigts électroniques. Si nous les avons avant le jour du raid, cela fluidifiera votre accueil. Merci de les adresser chez Mathilde Bridonneau, 57 rue du Furet, 85310 Rives de l'Yon.

POUR LE RAID AVENTURE :

Des zones pour garer vos véhicules sont signalées sur le plan ci-joint, merci de les utiliser.

Accueil à partir de 10h30 à la salle de sports de St Vincent sur Graon :

- Emargement,
- remise des doigts électroniques,
- des dossards,
- des tee-shirts
- vérifications du matériel d'éclairage....

Vous devrez déposer les VTT dans l'espace prévu à cet effet (cf plan ci-joint).

Il n'y aura pas de repas servi avant le raid, mais à l'issue du raid.

Briefing : 11h45

Départ : 12 h

Matériel obligatoire :

- **Pensez à imprimer votre Raid Book, il ne vous sera pas remis le jour du raid.**
- VTT et son éclairage + casque VTT
- Compteur et/ou montre gps
- Boussole + nécessaire de traçage
- Réserve d'eau et un peu de nourriture + **penser à apporter votre propre gobelet, il n'y en aura pas sur les ravitos.**
- Lampe frontale et gilet jaune
- Sans être complètement obligatoire, le porte carte vtt est fortement recommandé
-

Matériel conseillé :

- Nécessaire pour accrocher le dossard (épingles à nourrice par exemple)
- Guêtres
- Feutre
- Cadenas pour attacher votre vtt à l'issue du raid

Fin du raid à 22h :

- Possibilité de douche
- nettoyage du vélo
- repas chaud et verre de l'amitié
- podiums

Pour le repas de fin de raid, et afin de limiter la production de déchets, nous vous demandons d'apporter vos propres couverts : assiettes + couverts, merci de votre compréhension.