

Raid académique

UNSS Pays de la Loire



26 avril 2017

Canoe
Biathlon

VTT

Carabine
C.O.

Bike Run
Tir à l'arc



UNSS
UNION NATIONALE
DU SPORT SCOLAIRE

Planning horaire

8H30 / 9H30: Accueil des équipes

- Vérification des dossiers (licences...)
- Vérification des vélos (élèves du lycée pro de Pierre et Marie Curie)

9H30 / 9H45: Briefing :

10H : Début des activités :

16H30: Fin du raid :

17H: Récompenses

17H30 : Départ dans les bus

Informations complémentaires

Repas pris en autonomie pendant le raid

4 vélos raideurs + 1 vélo accompagnateur

1 trottinette (sans assistance électrique ni pédale)

En cas d'accident:

Appeler le SAMU : 15

ou le N° du responsable sur site :.....



Mercredi

Légende :

En vert : épreuve de liaison avec accompagnateur

En bleu : épreuve sans accompagnateur






Les règles de sécurité pour les accompagnateurs :

- L'accompagnateur est toujours devant sur les liaisons et respecte le code de la route
- Les passages piétons sont sous la responsabilité de l'accompagnateur (attention ils sont nombreux)

PS : Un professeur se déplacera sur les différents parcours pour vérifier que ces règles soient bien respectées (des pénalités lourdes seront attribuées si ces règles ne sont pas respectées. EX : traversée de route devant les accompagnateurs...)



6 mns de pénalités par balise manquante quelle que soit l'épreuve

	Epreuve : CO run and bike Départ en binôme relai + CO bike and run 12 balises à trouver dans l'Oisilière	
	Epreuve : VTT liaison en suivi d'itinéraire avec accompagnateur <u>Nombre de KMS</u> : 4,100 kms Attention il y aura des balises volantes sur le parcours (ouvrez grand vos yeux)	Balise N°1 → <input type="text"/>
		Balise N°2 → <input type="text"/>
		Balise N°3 → <input type="text"/>
	Epreuve : VTT Rallye photos <u>Nombre de KMS</u> : 2,700 kms Une carte vous sera donnée au départ de cette épreuve. Chaque photo vous indique la direction à suivre (suivre les photos dans l'ordre) pour rejoindre la prochaine étape.	
	Epreuve : VTT liaison en suivi d'itinéraire <u>Nombre de KMS</u> : 2,200 kms	
	Epreuve : VTT chrono <u>Nombre de KMS</u> : 2,300 kms	



Epreuve : Run and canoë

Nombre de KMS : 1,600 km, 2 raideurs font l'aller avec 2 balises à poinçonner sur tribord

Pendant que leurs équipiers et l'accompagnateur traversent le pont pour échanger les rôles en amont du pont. Le retour se fait à l'inverse avec 2 autres balises à poinçonner.

Attention : le matériel doit être remis en place pour ne pas avoir de pénalités !



Epreuve : CO aux Etangs d'Azé

Durée : 1 heure maximum.

12 balises à prendre. Au choix : 6 balises à pointer à quatre élèves puis possibilité de se partager les 6 balises restantes en binôme. Vous avez aussi la possibilité de rester par équipe entière.

Attention: on enlève une balise par minute entamée au-delà de 1h d'épreuve



Epreuve : VTT liaison Retour l'oisilière

Nombre de KMS : 3,900 kms

Attention il y aura des balises volantes sur le parcours (ouvrez grand vos yeux)



Epreuve : Biathlon : Course à pied / carabine laser

Déroulement:

1 pas de tir par équipe.

5 tirs par équipier.

Chaque équipier passe à tour de rôle.

A faire : effectuer un parcours de « préfatigue » en courant, rentrer sur le pas de tir et effectuer ses 5 tirs.

Pour chaque tir non validé (non allumé), effectuer un tour de pénalité.

A la fin des tours de pénalité, passer le relais à son partenaire.

Le chrono s'arrête quand le dernier concurrent a fini ses éventuelles pénalités.



Epreuve : Run and trottinette and tir à l'arc

1 tour de piste de roller en trottinette

Tir à l'arc (3 flèches) sous forme chamboule-tout (faire tomber le plus de boîtes de conserve)

Passer le relais au second, au troisième et au quatrième

Le nombre de boîtes de conserve restantes sur la table entraîne autant de tour de pénalités que toute l'équipe doit faire en Run and trottinette (ex: 4 boîtes restantes = 4 tours de pénalités)

Nature de l'épreuve		H	MN	S
CO run and bike	Heure arrivée :			
	Heure départ :			
	Temps effectué :			
VTT rally photo	Heure arrivée :			
	Heure départ :			
	Temps effectué :			
VTT chrono	Heure arrivée :			
	Heure départ :			
	Temps effectué :			
Run and canoë	Heure arrivée :			
	Heure départ :			
	Temps effectué :			
CO	Heure arrivée :			
	Heure départ :			
	Temps effectué :			
Biathlon (course à pied / tir à la carabine)	Heure arrivée :			
	Heure départ :			
	Temps effectué :			
Run and trottinette and tir à l'arc	Heure arrivée :			
	Heure départ :			
	Temps effectué :			