



Faites du raid !

Découvrez une discipline **ludique, variée** que l'on peut pratiquer quel que soit son niveau. Du **raid famille**, en passant par le **raid sportif** jusqu'au **raid aventure**, il y en a pour tous les niveaux, toutes les envies et tous les âges !



La liste des clubs proposant une animation «faites du raid» est à télécharger sur www.fftri.com/discipline-raids/

Sam. 3 oct. à Messein

accueil 13h30-14h45 à la base nautique

Faites du Raid à Messein avec la FFTRI !



Gratuit – enfants & F.F.TRI
Prix libre – adultes

Équipes de 2 à 4 pers.

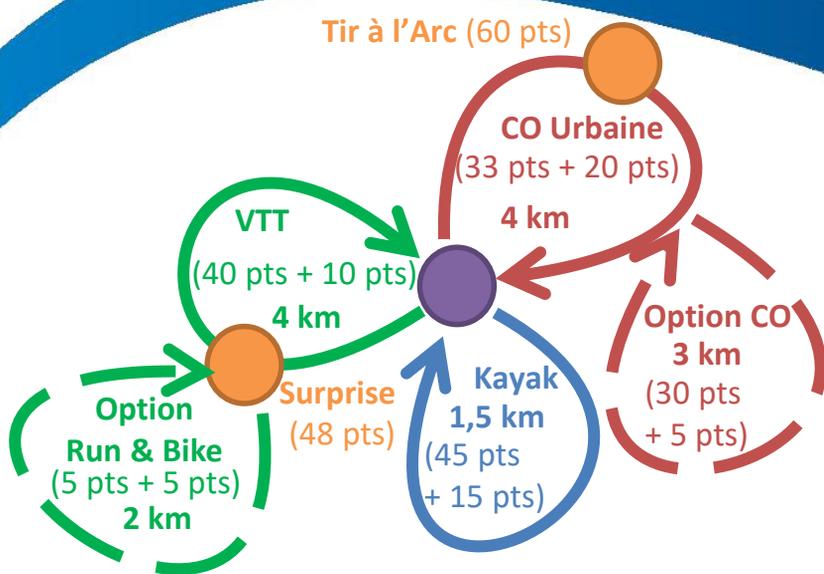
Dès 8 ans



Faites du raid !

Découvrez une discipline **ludique, variée**, que l'on peut pratiquer quel que soit son niveau.

- **Par équipe de 2 à 4 personnes**
 - À partir de 8 ans (né avant le 03/10/2012)
 - Au moins 1 pers. majeure/équipe
- **Gratuit** enfant & F.F.TRI / **Prix libre** adultes
- Non chronométré, non compétitif
 - **Accueil de 13h30 à 14h45**
 - **Départ libre** entre 14h et 15h



- **3 pétales = 3+ sports**
 - VTT (+ opt. Run & Bike)
 - Kayak
 - Course d'Orientation
- **2 épreuves de précision**
 - Tir à l'Arc
 - Surprise
- **Réaliser 2 pétales minimum**

cd54triathlon.fr



Sam. 3 oct. à Messein

accueil 13h30-14h45 à la base nautique

Rens. 03.83.47.36.53 / 06.71.95.16.56 / cdtriathlon54@gmail.com

Avec l'aide et le soutien de



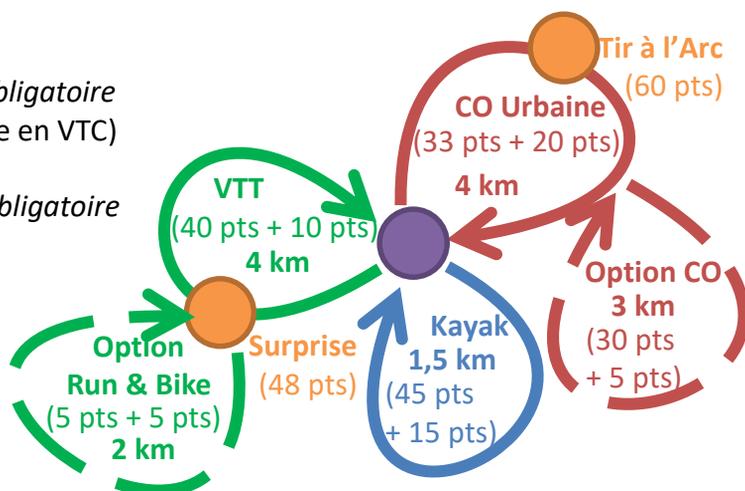
Faites du raid !

Principe



Cette découverte du Raid est organisée en pétales. L'objectif est de parcourir, en équipe, au moins deux pétales de couleur différentes. Par exemple, vous n'êtes donc pas obligés de faire le VTT si vous n'avez pas de VTT. Les kayaks sont fournis par l'organisation (ou pédalo). Il s'agit d'un Raid non chronométré, mais pour garder un petit côté *challenge* pour ceux qui le souhaitent, un système de points à récupérer est mis en place. Des balises sont présentes sur chaque pétale, avec un nombre de balises par pétale et nombre de points par balise qui varient. Et pour corser le tout, des questions sont présentes sur certaines balises (1 à 2 par pétale), qui vous feront gagner quelques points supplémentaires en cas de bonne réponse (*les réponses aux questions seront disponibles à l'arrivée*).

- **VTT 4 km (parcours balisé)** – port du casque obligatoire
– parcours 100 % plat, non technique (possible en VTC)
- **Surprise**
- **Run & Bike optionnel 2 km** – port du casque obligatoire
– entre 1 vélo pour 2 et 2 vélos pour 4
- **Canoë 1,5 km**
– Sur le plan d'eau de Messein
- **Course d'Orientation (CO) Urbaine**
– Orientation urbaine non technique
- **Tir à l'Arc**
– 12 flèches par équipe
- **CO optionnelle**
– Orientation en forêt, un peu plus technique, et avec dénivelé



Sam. 3 oct.
à Messein

**Faites du raid à Messein
avec la FFTRI !**