

**SPORT AVENTURE PASSION fête son 20<sup>ème</sup> ANNIVERSAIRE le 29 et 30 juin 2013**

**Après course**

Posté par : DUBOST

Publié le : 7/4/2013 10:09:09



À

SPORT AVENTURE PASSION fête son 20<sup>ème</sup> ANNIVERSAIRE le 29 et 30 juin 2013

avec un grand week-end de compétitions multisports

À DUCLAIR en Vallée de Seine, son lieu de naissance : 1<sup>er</sup> RAID NORMAND juin 1993.

À

Ouvert aux débutants, Sportifs accomplis, Raideurs, Traileurs, Marcheurs, de 11 À 75 ans,

chacun y trouvera son bonheur sportif et même peut-être en famille.

À

Le 18<sup>ème</sup> RAID NORMAND : du samedi 10h00 au dimanche 10h00.

Le RAID NORMAND s'effectuera pour la 1<sup>ère</sup> fois par équipe de 2 mais le concept reste le même avec un bivouac pour la nuit. Raid en semi-autosuffisance, en orientation sur 110 km d'aventure 1500 D+ et 70 balises à pointer.

11 changements d'épreuve : VTT et trail d'orientation sur cartes fournies IGN, CO au 1/15000<sup>ème</sup> et 1/3500<sup>ème</sup>, run and bike, canoë en rivière avec chutes, tir à l'arc, passages de cordes.

Prix par équipe : 110 Euro (repas du samedi inclus et tee-shirt technique pour tous).

## Â

Le 4<sup>ème</sup> TRAIL Nocturne du Raid Normand : Départ samedi 22h00.

2 Tracés au choix : 50 km avec 1000 D  ou 30 km avec 600 D .

Le 30 km peut s'effectuer en relais par équipe de 2 (14,4 km + 15,6 km).

Une grande boucle dans les forêts de la Vallée de Seine.

90% de sentiers forestiers   jalonnés de rubalises r tror fl chissants.

Sous label FFA depuis 2012 et pour conserver une certaine égalité pour tous les traileurs venant hors région, les parcours ne sont dévoilés qu'au départ.

Prix pour le 50 km 25 Euro, pour le 30 km 20 Euro et pour le relais 30 Euro par équipe. Majoration de 5 Euro à partir du 20 juin.

Ravitaillement à mi-course et petit-déjeuner à l'arrivée. Tee-shirt technique pour tous.

## Â

La MARCHE NORDIQUE en semi-nocturne : Départ samedi 22h00.

Epreuve de 15 km avec b tons de marche, possibilité de pr at, sur un tracé forestier jalonné de rubalises.

Prévoir 3 heures de course minimum avec frontale obligatoire.

Prix : 9 Euro par marcheur.

Café, thé, eau, à l'arrivée et cadeau souvenir.

## Â

Le 15<sup>ème</sup> RAID NORMAND Juniors : du samedi 13h00 au dimanche 13h00.

Par équipe de 4, de 11 à 17 ans avec 1 assistant adulte. Toutes les épreuves d'un RAID sont présentes : VTT, course d'orientation, run and bike, sarbacane, épreuve nautique à

Pour tous renseignements : [Raid Normand juniors](#)

## Â

Les DEPARTS et ARRIVÉES de ces à manifestations ainsi que le bivouac auront lieu dans l'espace du stade Maurice Chabal autour "d'un village" dédié aux sports nature.

## Â

A RETENIR : A 22h00 le départ groupé du 4<sup>ème</sup> TRAIL Nocturne, de la course d'orientation du 18<sup>ème</sup> RAID NORMAND et de la MARCHÉ NORDIQUE dans une ambiance très festive !

À

Les règlements et les bulletins d'inscription sont disponibles sur [www.raidnormand.eu](http://www.raidnormand.eu)

ou nous contacter au 02 35 37 00 75 ou à [pleblay@raidnormand.eu](mailto:pleblay@raidnormand.eu) si vous souhaitez les recevoir par courrier.

À

En espérant vous compter parmi nous lors de ce rassemblement multisports nature, nous vous souhaitons une bonne saison sportive.

À

Pascal Leblay et toute l'équipe de SPORT AVENTURE PASSION.