

## Raid sports nature

C'est un raid stratégique.

Il n'est pas prévu que tout le monde puisse tout faire.

Selon vos objectifs, choisissez et faites-vous plaisir.

Vous pouvez tout faire ou faire votre raid à la carte :-)

**15 septembre 2019 - Départ 10h - Arrivée 16h au plus tard**

? = balise(s) non cartées mais à pointer, soyez attentifs !

Km optimum Sans faire une seule erreur et en optimisant la trajectoire.

Etape	Activité	Km optimum	Etape obligatoire	Nombre de balises	Pénalité/balise manquante	Observations
1	CO score pédestre	2	non	10	5 minutes	Nouvelle carte et ce n'est pas tout plat !
2	Run and bike, suivi	6,5	oui	?	30 minutes	Avec de beaux points de vue
3	CO score pédestre	7,5	non	20	10 minutes	Mi urbain, mi forêt
4	Run and bike, suivi	5,4	oui	?	30 minutes	En quittant un site exceptionnel
5	Kayak score pédestre	3	non	20	10 minutes	Après les jambes, ce sont les bras qui travaillent
6	Suivi VTT'O	8	non	?	30 minutes	Pour ceux qui en veulent encore :-)
7	VTT' orientation en lig	7	non	20	5 minutes	Même dans l'ordre, vous n'êtes pas obligés de tout faire.
8	Suivi VTT'O	5,5	non	?	30 minutes	C'est facile, mais attention quand même à la circulation
9	Surprise	0,1	oui	?	5 minutes	Aussi pour le public et les acclamations !!!
<b>TOTAL</b>		<b>45</b>				

## Raid sports nature famille

A partir de 8 ans, accompagné pour les enfants.

**15 septembre 2019 - Départ 11h - Arrivée 14h au plus tard**

? = balise(s) non cartées mais à pointer, soyez attentifs !

Etape	Activité	Distance en km	Nombre de balises	Observations
1	CO score pédestre	3,4	10	Nouvelle carte sur un site tout à fait original
5	Kayak score pédestre	3	20	Après les jambes, ce sont les bras qui travaillent
9	Surprise	0,1	?	C'est pour passer un bon moment
<b>TOTAL</b>		<b>6,5</b>		