

FAQ 14^{ème} AVENTUR RAID EDHEC



SOMMAIRE

- I. Se rendre à l'Aventuraid EDHEC
- II. Conditions d'inscription
- III. Tarifs
- IV. Déroulement de la journée du samedi
- V. Déroulement de la journée du dimanche
- VI. Matériel nécessaire
- VII. Comment m'orienter dans la forêt ?
- VIII. Le Trophée des écoles
- IX. Autres questions pratiques
- X. Contacts

I. Se rendre à l'Aventuraid EDHEC

- **En navette :**

- ⇒ Depuis Lille : RDV à la Gare Lille Europe pour un départ prévu à **5h00**.
- ⇒ Depuis Paris : RDV à Paris Bercy pour un départ prévu à **7h00**. En face de la brasserie Chambertin, métro Bercy.
- ⇒ Pour le retour, les navettes quitteront le village d'arrivée aux alentours de **17h00**. L'arrivée à Lille s'effectuera vers 20h30 et vers 18h30 à Paris.

- **Transports en commun :**

Depuis Paris, vous pouvez prendre un **TER entre Paris Gare de Lyon et Fontainebleau-Avon** (toutes les 30 minutes, prenez par exemple celui de 6h46), puis le **bus 1** entre Plateau de la gare (Avon) et Eglise Saint Louis (Fontainebleau) (toutes les 15 minutes), puis vous marcherez une dizaine de minutes. Vous pouvez aussi prendre le **bus 8** entre Gare routière quai 3 (Avon) et Les Héronnières (Fontainebleau) puis marcher environ 5 minutes (toutes les 30 minutes).

- **En voiture :**

RDV à **8h** le samedi 28 mars sur **l'avenue des Cascades à Fontainebleau**. Un organisateur sera présent pour vous indiquer où vous garer. Le village d'arrivée n'étant pas au même endroit que le départ, votre voiture restera tout le week-end sans surveillance.

Pour les participants de la journée du dimanche uniquement, RDV à **7h00** au **Stade des Foucherolles, rue des Foucherolles à Bois-le-Roi**.

II. Conditions d'inscription

- **Age**

Tous les participants doivent avoir 20 ans ou plus à compter du 31 décembre 2020 pour la formule 2 Jours et 17 ans ou plus à compter du 31 décembre 2020 pour la formule 1 Jour.

- **Documents à fournir**

Les participants ont l'obligation de fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique des raids multisports EN COMPÉTITION, datant de moins d'un an au jour de l'événement. L'inscription à l'épreuve certifie de la capacité à s'immerger et à nager.

Seules les licences acceptées sont celles de FFTRI, FFSU ou FCD. Les licences FFA doivent être complétées par un certificat médical de non contre-indication à la pratique du VTT EN COMPÉTITION.

III. Tarifs

Formule 1 jour (sans VTT et sans navette)	Formule simple (sans VTT et sans navette)	Formule VTT (sans navette)	Formule VTT + navette
32€	60€	83€	Départ de Paris : 92€ Départ de Lille : 97€

IV. Déroulement de la journée du samedi

La course commencera à **9h30** pour le parcours sportif et **10h00** pour le parcours découverte, tous les participants doivent être **prêts à 9h15** pour le briefing du parcours.

Au programme : **VTT, VTT mémoire, trail et canoë**. À la fin de la journée, vous pourrez profiter du ravitaillement d'arrivée, monter votre tente et prendre une douche. Vous pourrez également profiter de massages par des kinés à la fin des épreuves.

La journée se terminera par une **course d'orientation de nuit**, commençant à 19h00. Vous pourrez ensuite profiter d'un dîner bien mérité avant de pouvoir rejoindre votre tente.

Les participants ayant choisi la formule 1 jour du samedi ne pourront pas participer à la course d'orientation de nuit qui n'est comprise que dans la formule 2 jours.

Il y en aura donc pour tous les goûts et le défi sportif sera au rendez-vous !

V. Déroulement de la journée du dimanche

La course commencera à **8h00**, tous les participants doivent être **prêts à 7h40 sur le village** pour le briefing du parcours.

Pour la formule 1 jour : les inscriptions sur place (dans la limite des places disponibles) ainsi que le check administratif et matériel auront lieu le matin de **7h00 à 7h25**.

Un petit-déjeuner sera offert à tous les participants avant le départ de la course.

Au programme : **VTT, Run&Bike, trail**.

Vous passerez l'arche d'arrivée du village **entre 13h00 et 15h00**, et nous procéderons à la remise des prix vers 15h30. Le 14^{ème} Aventuraïd EDHEC **se terminera vers 17h00**.

Les navettes retour **partiront à 17h00**.

VI. Matériel nécessaire

Le matériel est divisé en deux catégories : le matériel obligatoire, pour lequel l'absence d'un élément entraîne l'exclusion immédiate de l'équipe et le matériel recommandé.

	Matériel obligatoire	Matériel recommandé
Par équipe	<ul style="list-style-type: none">• 1 tente pour 2 personnes• 1 ou plusieurs gourdes (prévoir 2L)• 1 téléphone chargé	<ul style="list-style-type: none">• 1 trousse de secours (pansements, bandages, compresses, désinfectant...)• 1 boussole• 1 porte-carte (ou pochette)• 1 sifflet
Par personne	<ul style="list-style-type: none">• 1 lampe frontale• 1 gilet de signalisation• 1 sac de couchage• 1 paire de chaussures de sport• 1 couverture de survie• 1 sac à dos• Pour les participants ramenant leur propre VTT :<ul style="list-style-type: none">✓ 1 kit de réparation✓ 1 casque de vélo	<ul style="list-style-type: none">• Vêtements de pluie• Vêtements chauds pour la nuit au village de l'Aventuraid• Repas du samedi midi

Il est strictement **interdit d'utiliser du matériel de positionnement de type GPS**. En ce sens, l'utilisation des téléphones portables est limitée à un usage restreint : contactez l'organisation en cas de besoin (pour prévenir d'un fait de course par exemple). Ils peuvent aussi être utilisés comme appareil photo, mais il reste interdit de s'en servir comme GPS. Si ce point de règlement n'est pas appliqué, une pénalité sera appliquée aux équipes en tort.

VII. Comment m'orienter dans la forêt ?



Dans la forêt de Fontainebleau, chaque chemin est répertorié par un nom et à chaque carrefour, un poteau indique les directions.

Les **GR** sont des chemins de grande randonnée, reconnaissables aux 2 traits de peinture rouge et blanc (sur les arbres, les rochers...) qui les balisent régulièrement.

Les **courbes de niveaux** sont des lignes formées par les points du relief situés à la même altitude (elles sont en brun sur la carte ci-contre). Plus les lignes sont proches sur la carte, plus la pente sera raide.

Vous pouvez vous munir d'une **boussole** pour orienter votre carte mais ce n'est pas obligatoire.

VIII. Le Trophée des écoles

Vous représentez votre école à partir du moment où **une équipe complète est inscrite sur l'évènement**. Il n'y a pas de nombre maximum d'équipes par école pouvant participer au Trophée.

Une équipe est composée de **4 étudiants (soit 2 binômes)** dont au moins $\frac{3}{4}$ des étudiants **sont scolarisés dans cette même école** à la date de l'évènement. Un **certificat de scolarité** vous sera demandé pour valider l'équipe qui représentera votre école ! Nous nous réservons le droit de contacter l'admin de votre école.

Les deux binômes composant l'équipe peuvent être inscrits sur le **parcours Sportif ou Découverte indépendamment les uns des autres**. Vous ne pouvez pas changer de binôme au cours du week-end.

IX. Autres questions pratiques

- **Est-ce possible de récupérer mes affaires de VTT à la fin de portion de trail ?**

L'organisation ne ramènera pas vos affaires du village Aventuraid à la transition VTT, si vous souhaitez changer de chaussures ou de vêtements il faudra **les emporter avec vous sur la portion de trail.**

- **Quel est le modèle de VTT proposé à la location ?**

Nous proposons le **Mondraker Phase 27.5" de 2019, transmission en 9 vitesses.** Si vous disposez du forfait location de VTT, notre prestataire se chargera de réparer le vélo loué en cas de problème technique.

Par ailleurs, un casque vous sera fourni avec le vélo.

- **Doit-on prévoir à manger ?**

Sur certains check points, les équipes pourront se ravitailler en eau et en nourriture énergétique. Les repas du **samedi soir et du dimanche midi seront servis** à la fin des épreuves.

Il est recommandé de **prévoir un pique-nique pour le samedi midi**, ainsi que de l'eau et des barres de céréales pour les 2 jours du parcours. De plus, dans l'optique de son action environnementale, l'organisation invite les participants à **apporter leurs propres couverts et récipients.**

Des **écocup**s (gobelets en plastique réutilisables et floqués aux couleurs de l'Aventuraid) seront distribués aux participants lors du check administratif. Par conséquent, **aucun gobelet jetable ne sera distribué lors du week-end.**

- **Quand peut-on monter nos tentes ?**

A votre arrivée sur le village, le soir du Jour 1, avant la course d'orientation de nuit.

- **La nuit en tente est-elle obligatoire ?**

La nuit en tente fait partie de l'épreuve et toute équipe manquant à cette obligation se verra disqualifiée de la course.

L'organisation se réserve le droit de procéder à l'appel le dimanche matin sur le bivouac afin d'éviter toute tricherie.

Les participants doivent apporter leur propre tente.

- **Quelles sont les distances à parcourir ?**

N.B : Les distances sont approximatives car le parcours se fait en orientation.

- **Parcours découverte :**

Les distances peuvent varier selon la stratégie que vous choisirez :

Jour 1 : 38km de section obligatoire + 9km optionnels

Jour 2 : 35km de section obligatoire + 26km optionnels

Vous effectuerez **entre 66km et 79 km de VTT au maximum**, ce qui correspond à environ **73% du parcours**. Vous effectuerez **entre 6km et 21km de trail au maximum**, et **5km de Run&Bike**.

Le canoë-kayak se déroulera sur **3km**.

- **Parcours sportif :**

Les distances peuvent varier selon la stratégie que vous choisirez :

Jour 1 : 67km de section obligatoire + 16km optionnels

Jour 2 : 44km de section obligatoire + 18km optionnels

Vous effectuerez **entre 98km et 117 km de VTT au maximum**, ce qui correspond à environ **77% du parcours**. Vous effectuerez **entre 13km et 21km de trail au maximum**, et **5km de Run&Bike**.

Le canoë-kayak se déroulera sur **3km**.

- **Si je vois beaucoup de participants devant moi, est-ce que cela veut forcément dire que je suis mal classé ?**

Non, pas du tout ! L'évènement est stratégique. En effet, le parcours sera composé de plusieurs sections. Certaines sections seront **obligatoires** et d'autres **optionnelles**. Chaque section aura **un coefficient** vous permettant d'obtenir un certain nombre de points. Ainsi, les participants devant vous n'ont pas forcément effectué les mêmes choix stratégiques que vous, l'ordre de la course ne correspond donc pas forcément au classement définitif.

- **Est-ce-que les épreuves sont les mêmes entre parcours sportif et parcours découverte ?**

Les épreuves sont exactement les mêmes que ce soit pour le parcours sportif ou le parcours découverte, c'est-à-dire **VTT, VTT mémoire (samedi), course à pied, course d'orientation, canoë (samedi) et Run&Bike (dimanche)**.

- **Comment se déroule l'épreuve de course d'orientation de nuit ?**

Cette épreuve se déroulera en début de soirée. Vous devrez vous déplacer de balises en balises, chacune d'elles sera plus ou moins éloignée. Les balises rapportent un nombre de points prédéfini. À vous d'établir votre stratégie selon vos objectifs ! Le temps pour réaliser cette épreuve sera limité.

X. Contacts

Les **numéros des secouristes ainsi que celui du directeur de course** seront annotés sur vos cartes. En fonction du problème vous pouvez joindre l'un d'entre eux.

Personnes à contacter en cas de besoin :

Sami Dardouri	Directeur de l'évènement	06 24 79 30 62
Antoine Vengeon	Directeur de course	06 16 51 66 20
François Jacqueau	Président de l'association	06 95 25 64 02

Pour toute autre question, n'hésitez pas à nous contacter !

Par mail : contact.aventuraidedhec@gmail.com

À très vite !

