



MENTHON RAID JUNIOR

SAMEDI 5 OCTOBRE 2019

ROAD BOOK

ÉPREUVE 1 - COURSE A PIED

PLAGE HORAIRE	14 H 30 - 15 h 15
TYPE EPREUVE	COURSE A PIED / MARCHÉ
INTERVALLE DEPART	DEPART EN LIGNE
COMPOSITION	EQUIPE DE 2 PARTICIPANTS
LIEU DEPART	CLOS CHEVALLIER – MENTHON-SAINT-BERNARD
LIEU ARRIVEE	CLOS CHEVALLIER – MENTHON-SAINT-BERNARD
DISTANCE	1 KM
FERMETURE CIRCUIT	NON
NATURE DES VOIES	ROUTES ET CHEMINS COMMUNAUX
DETAIL PARCOURS	CLOS CHEVALLIER - ALLEE DU CLOS CHEVALLIER - ROUTE DE LA TOURNETTE - ROUTE DE RAMPONNET - ROUTE DES COTES - STADE DE FOOT - TERRAIN OMNISPORT
DIFFICULTE	2 SUR UNE ECHELLE DE 5

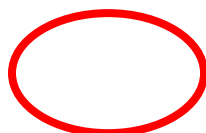


ÉPREUVE 2 - BIATHLON LASER

PLAGE HORAIRE	14 H 45 – 15 H 30
TYPE EPREUVE	BIATHLON LASER / 5 TIRS PAR COMPÉTITEUR OU PAR ÉQUIPE / CIBLE À 10 M
INTERVALLE DEPART	ECHELONNE EN FONCTION DE L'ÉPREUVE DE COURSE A PIED
COMPOSITION	EQUIPE DE 2 PARTICIPANTS
LIEU	TERRAIN OMNISPORT - CLOS CHEVALLIER
DISTANCE	NEANT
FERMETURE CIRCUIT	OUI ENTIEREMENT SECURISE
NATURE DES VOIES	TERRAIN OMNISPORT INTERCOMMUNAL
DIFFICULTE	2 SUR UNE ECHELLE DE 5
PÉNALITÉS	1 TIR MANQUÉ : PAS DE PÉNALITÉ 2 ET 3 TIRS MANQUÉS : 1 TOUR DE PÉNALITE DE 50 M. 4 ET 5 TIRS MANQUÉS : 1 TOUR DE PÉNALITE DE 100 M.



ÉPREUVE 3 - ÉPREUVE SURPRISE



LOCALISATION EPREUVE SURPRISE

ÉPREUVE 4 - FAT TROTT

PLAGE HORAIRE	15 H 00 - 16 h 45
TYPE EPREUVE	PARCOURS DE FAT TROTT
INTERVALLE DEPART	ENCHAINE AVEC L'ÉPREUVE PRECEDENTE
COMPOSITION	EQUIPE DE 2 PARTICIPANTS EN RELAIS
LIEU DEPART	CLOS CHEVALLIER - MENTHON-SAINT-BERNARD
LIEU ARRIVEE	CLOS CHEVALLIER - MENTHON-SAINT-BERNARD
DISTANCE	PARCOURS DE 500 M. ENVIRON
NATURE DES VOIES	CHAMP COMMUNAL
DETAIL PARCOURS	1 BOUCLE ALLER / RETOUR
DIFFICULTE	2 SUR UNE ECHELLE DE 5



LOCALISATION PARCOURS DE FAT TROTT

LE 5 OCTOBRE 2019

EVENEMENT

MENTHON-ST-BERNARD

Salle du Clos CHEVALLIER

Buvette, frites, crêpes, toute la journée
Restauration Snacking à partir de 18 h
Soirée ouverte à tous avec l'Orchestre
Mick & ses Boys

10^{ème} ÉDITION DU MENTHON RAID

Limité à 150 équipes

3^{ème} Édition
JUNIOR

Limité à 40 équipes

. Course à pied

. Natation

. Run & Bike

. Randonnée

. Biathlon
visée laser

. Epreuve surprise



Raid sportif & ludique
par équipe de 2 au profit
des associations:



Pour Cyril

&



LE GRAND
BORNAND

BULLETINS D'INSCRIPTIONS
à imprimer, compléter et retourner
en Mairie avec le règlement

www.menthon-raid.fr

www.imprimerie-gutenberg.com



MENTHON ST-BERNARD



Menthon Raid association loi 1901 n° W741001718