

MENTHON RAID

SAMEDI 6 OCTOBRE 2012

ROAD BOOK

LE ROAD BOOK VOUS EST OFFERT PAR :

**L'ASSOCIATION DES ARTISANS
ET COMMERCANTS DE MENTHON**

LE CENTRE D'ANIMATION DE MENTHON

L'ENTENTE SPORTIVE DU LANFONNET

LE TENNIS CLUB DE MENTHON

FICHE EPREUVE 1**COURSE A PIED**

DATE	SAMEDI 6 OCTOBRE 2012
PLAGE HORAIRE	10 H 00 – 10 h 30
TYPE EPREUVE	COURSE A PIED / MARCHE
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	4 KM
FERMETURE CIRCUIT	NON SOUHAITEE
NATURE DES VOIES	ROUTES ET CHEMINS COMMUNAUX
DETAIL PARCOURS	CLOS CHEVALLIER – ROUTE DES MOULINS – CHEMIN DU BIOLLON – PETIT PONT DES MOULINS – ROUTE DU CLOS DON JEAN – SENTIER DES JARDINS – CHEMIN DES PLANTEES – CHEMIN DE L'ARETE – MONTEE DE LA FONTAINE – PONT DES MOULINS – MONTEE DU CHATEAU DEPUIS LA VALLOMBREUSE – SENTIER A TRAVERS CHAMPS LE LONG DE L'ALLEE DU CHATEAU – PASSAGE LE LONG DE LA FERME – ROUTE DES COTES – ALLEE DU CLOS CHEVALLIER
DIFFICULTE	2 SUR UNE ECHELLE DE 5
TEMPS MAXIMUM	30 MINUTES
NOTATION	CHRONOMETRAGE
PENALITES	10 MINUTES SI UN CONTROLE RATE
RESPONSABLE	JEAN-CHRISTOPHE CABOT
SECURITE	SIGNALEUR A CHAQUE CROISEMENT
NOMBRE DE SIGNALEURS	10
NOMBRE DE CONTROLEURS	2
SECOURS	MEDECINS ET CROIX BLANCHE

FICHE EPREUVE 2**RUN & BIKE**

DATE	SAMEDI 6 OCTOBRE 2012
PLAGE HORAIRE	10 H 30 – 11 h 15
TYPE EPREUVE	RELAIS VTT / COURSE A PIED
INTERVALLE DEPART	ENCHAINE AVEC EPREUVE 1
COMPOSITION	EQUIPE DE 2 PARTICIPANTS
LIEU DEPART	CLOS CHEVALLIER – MENTHON-SAINT-BERNARD
ETAPE	PORT – MENTHON-SAINT-BERNARD
LIEU ARRIVEE	CLOS CHEVALLIER – MENTHON-SAINT-BERNARD
DISTANCE	7,8 KM / 2 KM
FERMETURE CIRCUIT	NON SOUHAITEE
NATURE DES VOIES	ROUTES ET CHEMINS COMMUNAUX
DETAIL PARCOURS	CLOS CHEVALLIER – ROUTE DE RAMPONNET – ROUTE DE LA CHAPELLE – CHEMIN DES VIGNES – ROUTE DE LA FRUITIERE – CHEMIN DE TRAVERSY – TRAVERSEE RD 909A – CHEMIN DE COMBELLE – CHEMIN DES GOUTTES – ENTREE DANS LE ROC DE CHERE – SENTIER JUSQU’AU BELVEDERE – SENTIER A TRAVERS LE ROC DE CHERE – CHEMIN DU ROC DE CHERE – SQUARE DES BAINS – ROUTE DES BAINS – PROMENADE PHILIBERT D’ORLYE – PORT
	EPREUVE DE NATATION
	PORT – ROUTE DU PORT – PARKING DES FINIS – SENTIER DES REVIEUX – ALLEE HIPPOLYTE TAINE – CENTRE VILLAGE – ROUTE DE RAMPONNET – ROUTE DES COTES – CLOS CHEVALLIER
DIFFICULTE	3 SUR UNE ECHELLE DE 5
TEMPS MAXIMUM	1 H 30
NOTATION	CHRONOMETRAGE
PENALITES	10 MINUTES SI UN CONTROLE RATE
RESPONSABLE	MICHEL JACOB
SECURITE	SIGNALEUR A CHAQUE CROISEMENT GENDARMERIE EN TRAVERSEE DE RD 909A A PERROIX
NOMBRE DE SIGNALEURS	33
NOMBRE DE CONTROLEURS	10
SECOURS	MEDECINS ET CROIX BLANCHE

FICHE EPREUVE 3**NATATION**

DATE	SAMEDI 6 OCTOBRE 2012
PLAGE HORAIRE	11 H 00 – 12 h 00
TYPE EPREUVE	NATATION
INTERVALLE DEPART	ENCHAINE AVEC EPREUVE 2
COMPOSITION	EQUIPE DE 2 PARTICIPANTS
LIEU DEPART	EMBARCADERE AU PORT – MENTHON-SAINT-BERNARD
LIEU ARRIVEE	EMBARCADERE AU PORT – MENTHON-SAINT-BERNARD
DISTANCE	440 M
NATURE DES VOIES	LAC D'ANNECY
DETAIL PARCOURS	1 BOUCLE TRIANGULAIRE
DIFFICULTE	2 SUR UNE ECHELLE DE 5
TEMPS MAXIMUM	15 A 45 MINUTES
NOTATION	CHRONOMETRAGE
PENALITES	10 MINUTES SI RAMASSAGE BATEAU
RESPONSABLE	MARTINE PLACE
SECURITE	3 BATEAUX (3 PILOTES + 3 PLONGEURS + 1 MEDECIN A BORD) 1 AMBULANCE AVEC 3 SECOURISTES 1 MEDECIN A TERRE VERS L'EMBARCADERE
NOMBRE DE CONTROLEURS	20
SECOURS	MEDECINS ET CROIX BLANCHE
MATERIEL	2 TENTES (VESTIAIRES) 1 TABLE + TRETEAUX (RAVITAILLEMENT) RALLONGE ELECTRIQUE (RAVITAILLEMENT) 10 TAPIS DE NEIGE OU MOQUETTE FIL DE FER ENROBE POUR FIXER LES TAPIS LIGNE D'EAU 5 GROS FLOTTEURS / BOUEES 20 BARRIERES DE SECURITE POUR SECURISER LE SITE 20 BARRIERES DE SECURITE POUR LE PARC A VELOS RUBALISE, GROS SCOTCH MARRON MOUSSE (PROTECTION DES PETITS PLOTS) SACS POUBELLE (RECUPERATION DES BONNETS)

FICHE EPREUVE 4**RANDONNEE**

DATE	SAMEDI 6 OCTOBRE 2012
PLAGE HORAIRE	14 H 30 – 17 H 00
TYPE EPREUVE	RANDONNEE
INTERVALLE DEPART	DEPART EN LIGNE
COMPOSITION	EQUIPE DE 2 PARTICIPANTS
LIEU DEPART	CLOS CHEVALLIER – MENTHON-SAINT-BERNARD
ETAPE	CHAMPS DE MARCORAN
LIEU ARRIVEE	CLOS CHEVALLIER – MENTHON-SAINT-BERNARD
DISTANCE	10 KM
NATURE DES VOIES	ROUTES ET CHEMINS COMMUNAUX
DETAIL PARCOURS	CLOS CHEVALLIER – ROUTE DES COTES – ROUTE DE RAMPONNET – ALLEE DU CHATEAU – RD 269 – BOVIDUC – ROUTE DES PENOZ – SOMMET DU GR – PISTE CAVAGNOUX – ROUTE DES PENOZ – BOVIDUC – RD 269 – BOIS DU CHATEAU – PRES DE MARCORAN
	EPREUVE DE TIR A L'ARC
	PRES DE MARCORAN – SENTIER DE MARCORAN - ROUTE DE RAMPONNET – ROUTE DES COTES – CLOS CHEVALLIER
DIFFICULTE	2 SUR UNE ECHELLE DE 5
TEMPS MAXIMUM	2 H 30
NOTATION	CHRONOMETRAGE
PENALITES	10 MINUTES SI UN CONTROLE RATE
RESPONSABLE	LAURENT NYCOLLIN
SECURITE	SIGNALEURS CONTROLEURS ET POLICE MUNICIPALE RECUS PAR RADIOS
NOMBRE DE SIGNALEURS	30
NOMBRE DE CONTROLEURS	10
SECOURS	3 MEDECINS ET CROIX BLANCHE

FICHE EPREUVE 5**TIR A L'ARC**

DATE	SAMEDI 6 OCTOBRE 2012
PLAGE HORAIRE	15 H 00 – 17 H 00
TYPE EPREUVE	TIR A L'ARC / 2 VOLEES PAR COMPETITEUR / CIBLE A 8 M
INTERVALLE DEPART	ECHELONNE EN FONCTION DE L'EPREUVE DE RANDONNEE
COMPOSITION	EQUIPE DE 2 PARTICIPANTS
LIEU DEPART	CHAMP DE MARCORAN – MENTHON-SAINT-BERNARD
LIEU ARRIVEE	CHAMP DE MARCORAN – MENTHON-SAINT-BERNARD
DISTANCE	NEANT
FERMETURE CIRCUIT	OUI ENTIEREMENT SECURISE
NATURE DES VOIES	CHAMP PRIVE – ACCES PAR CHEMINS COMMUNAUX ET PRIVES
DETAIL PARCOURS	CHAMP CLOS PAR CLOTURE ET BOISEMENT AVEC DEUX ACCES SURVEILLES ET BALISES AUX EXTREMITES
DIFFICULTE	1 SUR UNE ECHELLE DE 5
TEMPS MAXIMUM	NON DETERMINE - EN FONCTION DE L'EPREUVE DE RANDONNEE EN COURS
NOTATION	PAS D'ARRET DU CHRONOMETRE
PENALITES	BONUS SI VOLEE DANS LA CIBLE - PENALITE SI VOLEE HORS CIBLE
RESPONSABLE	MARYLINE ERAZMUS
SECURITE	2 SIGNALEURS A L'ENTREE ET LA SORTIE DE LA ZONE DE TIR 1 SIGNALEUR PAR ZONE DE TIR (6 SECTEURS)
NOMBRE DE SIGNALEURS	10
NOMBRE DE CONTROLEURS	24
SECOURS	MEDECINS ET CROIX BLANCHE



