

INFOS ROF 2022 N°2

RAIDLINK'S 07

Bonjour à toutes,

Vous êtes bien inscrites pour la 16^{ème} édition du Raid 0' Féminin et vous avez fait le bon choix ! Toute l'équipe de Raidlink's 07 vous a préparé un Raid qui ne vous laissera pas indifférentes...

Voici les principales consignes à lire attentivement.

Bonne fin de préparation et à samedi !

Programme

Samedi 11 Juin 2022

12h30-14h : Dépose des VTT au Parc VTT n°1 (passage obligatoire avant de vous rendre à Montréal pour l'accueil)

Coordonnées GPS : 44.52034859113454, 4.305640514071423

Vous pouvez laisser du matériel avec votre vélo à condition qu'il ne soit pas dans le matériel obligatoire à porter en permanence avec vous (voir liste ci-dessous) et que vous le transportiez pendant la suite du raid (pas de transport de matériel par l'organisation).

Attention, prévoir 15' en voiture pour se rendre à Montréal depuis le parc VTT.

13h-14h30 : Accueil à la salle des fêtes de Montréal, récupération des chasubles, doigts de chronométrage (Prévoir un chèque de caution de 50€ à l'ordre du CDC007), tickets repas, Road Book et lots partenaires.

Les dossiers incomplets ou non payés ne pourront pas prendre le départ du Raid.

Initiation au tir possible jusqu'à 20' avant le départ.

14h45 : Entrée dans le SAS de départ et Briefing

15h : Départ du ROF et ROF+

17h : Arrivée des premières équipes...

Des douches seront à votre disposition au Stade de Montréal après la course.

A partir de 20h : Repas offert à toutes les participantes et Remise des récompenses à Montréal. Nous vous proposons cette année une Paëlla Géante agrémentée de délicieux laitages et glaces locales.

Ce repas sera pris en plein air en mode « champêtre », vous pouvez venir avec un petit siège de camping pour plus de confort.

Pour préserver notre environnement, nous ne fournirons pas de vaisselle jetable, nous vous demandons de venir avec votre propre popote (assiette, verre, couverts).

Des poubelles de tri sélectif seront également à votre disposition, merci de respecter ce tri à la fin de votre repas.

Parcours

A l'accueil samedi vous sera remis un Road Book avec le détail précis de chaque section. Nous vous invitons à prévoir du temps pour le lire attentivement avant votre départ et à le garder avec vous pendant le raid.

Pour les Courses d'Orientation à pied, les terrains seront peu encombrés et ne nécessitent pas de matériel de type guêtres pour se protéger les jambes.

Matériel Obligatoire

Le matériel ci-dessous doit être en permanence avec les raideuses et pendant toutes les épreuves (sauf précision contraire dans le Road book)

Matériel obligatoire par équipe sur toute la course:

- 1 Téléphone portable
- 1 couverture de survie
- 1 Petite lampe frontale accessible facilement

Matériel obligatoire par raideuse sur toute la course :

- Doigt électronique pour le chronométrage (1 par raideuse, fourni par l'organisateur, prévoir un chèque de caution de 50€/doigt à l'ordre de CDCO 07 lors du retrait des dossards)
- Gants de vélo
- Casque vélo aux normes CE
- Sac à dos avec réserve d'eau ou Porte Gourde (minimum 1 litre par personne)
- Vivres de courses (barres énergétiques)
- Chasuble (fournie par l'organisation)

Matériel spécifique VTT par raideuse

- VTT en état de marche
- Plaque de cadre (fournie par l'organisation)

Matériel conseillé :

- Boussole pour les sections avec de l'orientation
- Porte Carte VTT pour le ROF+, fabrication maison possible en suivant les conseils de Steve: <https://www.dailymotion.com/video/x426jlk>

Possibilité de location de portes cartes VTT, 4€ la journée, dans la limite du matériel disponible. **Réservation par sms au 0687368734** en précisant le nom de votre équipe. Règlement sur place à l'accueil.

Matériel Interdit :

- Vélo à assistance électrique (sauf pour le E-ROF)
- Système d'assistance GPS

Les systèmes de traction en VTT sont autorisés sous réserve qu'ils soient largables à tout moment (système interdit pour le E-ROF) et ils sont interdits lors des départs groupés et dans les descentes.

Attention, en raison des fortes chaleurs que connaît l'Ardèche ces derniers jours, nous vous demandons de prévoir de l'eau en quantité suffisante à emporter en course.

Nous prévoyons plusieurs ravitaillements en eau sur le parcours ainsi que sur la zone Arrivée mais ils pourront être espacés notamment sur le ROF+

Besoin d'informations, N'hésitez pas à nous contacter à l'adresse :
rof@raidlinks.fr

Infos en direct sur la page FaceBook du ROF

<https://www.facebook.com/pages/Raid0-Féminin/1461657034055633>

et sur INSTAGRAM

<https://www.instagram.com/raidofeminin/>

Merci à tous les partenaires du Raid 0' Féminin 2022

