

Les équipes sont composées

- ▶ pour le parcours Découverte : de minimum 2, maximum 4 personnes. *ouvert à tous*
- ▶ pour le parcours Rando challenge® : minimum 3, maximum 4 personnes *ouvert à tous*(1)
(présenter le jour de l'épreuve, pour chaque membre de l'équipe, sa licence et produire un certificat médical d'aptitude à la compétition de moins d'un an ou un certificat médical de moins de 3 ans accompagné de l'attestation négative au questionnaire de santé pour les années intermédiaires).

(1) seuls les licenciés FFRandonnée marqueront des points pour leur clubs

Votre vitesse de progression imposée est de :

- ▶ 3,5 km/h pour le parcours « Découverte »
- ▶ 4,0 km/h pour le parcours « Rando challenge® ».

Chaque participant devra prendre dès le départ son pique nique pour midi car le repas sera tiré du sac pendant la randonnée. Les randonneurs déjeunent où et quand ils le souhaitent sur le parcours (merci de laisser les lieux propres, de ramener tous vos déchets et d'appliquer à la lettre la charte du randonneur).

Sens de progression des circuits :

- ▶ « Découverte » : circuit fléché sur la carte
- ▶ « Rando challenge® » : sens des aiguilles d'une montre.

Sur l'itinéraire, vous trouverez des «Bornes FFRandonnée» :

1. Chaque borne est composée :
 - a. D'un cylindre rouge, jaune et blanc,
 - b. D'une pince de contrôle de couleur rouge (avec un poinçon différent à chaque borne),
 - c. D'une fiche plastifiée comportant une affirmation avec trois réponses possibles,
 - d. D'une épingle à nourrice
2. Lorsque vous arriverez à une borne :
 - a. Vous répondrez à l'affirmation en poinçonnant la fiche de contrôle dans la ou les case(s) correspondante(s) à votre ou vos réponse(s), à l'aide de la pince de contrôle de couleur rouge. **Attention** prenez bien la partie striée de la pince sous votre pouce et passez la pince par le bas de la feuille.
 - b. A l'aide de l'épingle à nourrice, vous percerez la carte en couleur plastifiée à l'endroit où vous pensez que la borne est positionnée (relation entre le terrain et la carte),

En arrivant au lieu de rendez-vous :

Allez directement aux tables « Accueil/Enregistrement » où vous y recevrez

1. Votre numéro de dossard
2. Votre heure de début d'épreuve

A votre heure de début d'épreuve :

Présentez vous à la table « Remise des enveloppes » pour y recevoir votre matériel contenant

1. une documentation sur les zones traversées (histoire, patrimoine, flore, faune....),
2. une photocopie couleur plastifiée d'extrait de carte IGN avec l'itinéraire surligné sur la carte
 - a. au 1/25000^{ème} pour le parcours Rando challenge®
 - b. à une échelle plus facilement lisible pour le parcours Découverte
3. une photocopie couleur non plastifiée d'extrait de la même carte IGN
4. Une fiche de contrôle sur laquelle est mentionnée votre heure de départ et votre numéro d'équipe ainsi que les noms du capitaine et de votre club (Rando challenge® uniquement)

Avant de partir, préparer sur carte votre parcours :

1. En vous servant de la carte non plastifiée, estimez la distance à parcourir
2. Ajouter 1km pour chaque 100m de dénivelé positif relevé sur la carte
3. Divisez cette distance dite **distance effort** par la vitesse de progression imposée
4. Vous obtiendrez ainsi votre temps de marche
5. Ajouter à votre temps de marche 15 minutes de préparation plus 30 minutes de pause repas
6. Vous obtiendrez ainsi votre **temps cible**

Avant votre départ effectif sur le circuit :

Vous devez impérativement vous présenter à la table « Départ/Arrivée » pour donner à l'organisateur votre temps cible (attention, donnez la durée de votre parcours, pas votre heure d'arrivée).

Le temps de référence de l'organisateur ne vous est pas communiqué.

A vous de bien calculer votre temps cible et d'essayer de vous en approcher le plus possible.

ATTENTION :

1. l'utilisation du GPS et des téléphones, autre que pour la sécurité, est interdite et entraîne la **disqualification** de l'équipe.
2. Les parcours proposés passent dans plusieurs propriétés privées. Les autorisations de passage ont été obtenues **uniquement** pour cette journée.

Votre classement sera calculé en totalisant vos pénalités :

1. les pénalités « temps » :

Cumul des écarts entre

- a. le temps cible et le temps réalisé d'une part
- b. le temps cible et le temps de référence d'autre part

1 point par minute en plus ou en moins,

2. **les pénalités « lecture carte »** : 10 points par borne mal positionnée et 15 points par borne manquante ou excédentaire,

3. **les pénalités « affirmations à choix multiples »** : 5 points par réponse fausse ou incomplète et 20 points en cas d'absence de réponse ou de mauvais poinçon.

L'équipe qui l'emportera sera celle qui totalisera le moins de pénalités.

Pour plus de détails sur cette méthode de calcul, merci de vous reporter au règlement fédéral des Rando challenge® édité par la FFRandonnée version 2017.

Consignes de sécurité :

1. L'équipe doit rester groupée en permanence.
2. Sur la route, **veuillez respecter le code de la route** et marcher sur le côté gauche (sauf si manque de visibilité) de la chaussée l'un derrière l'autre (groupe de 3 à 4 personnes). Merci de votre compréhension.

A l'arrivée :

1. le chrono s'arrête lorsque le dernier de l'équipe (groupée) se présente à la table « Départ/Arrivée ».
2. vous remettez au contrôleur votre enveloppe, qui contient votre numéro d'équipe, votre fiche de contrôle ainsi que vos photocopies de carte.

ATTENTION: une heure limite d'arrivée vous sera communiquée lors du briefing avant la remise des enveloppes.

Au-delà de cette heure, les équipes ne seront pas classées.

Nous vous souhaitons une bonne journée et bonne chance à tous.