



# RAID MONTATHLON 2011

EQUIPES ROUGES (18 ans et plus):

EQUIPES BLEUES (à partir de 16 ans):

EQUIPES DECOUVERTES (à partir de 16 ans):

EQUIPES VERTES ( 13.14.15 ans)

EQUIPES JAUNES (10.11.12 ans)

EQUIPES BLANCHES (7.8.9 ans)



**MONTATHLON**  
Organisations

book samedi montathlon 2011



# INTRODUCTION

- Ce document présente dans les grandes lignes le déroulement des épreuves du RAID MONTATHLON 2011.
- Ce déroulement provisoire ainsi que les parcours sont susceptibles d'être modifiés à tout moment par l'organisation (météo, sécurité, etc...)

# MATERIEL OBLIGATOIRE



- **TOUT AU LONG DU RAID en équipe de 4 (homme, femme, mixte):**
- Par équipier :
- - 1 casque VTT
- - 1 camel-back ou sac avec réserve d'eau
- - 1 coupe vent
- - des barres de céréales ou autres sucres rapides
- - des chaussures de course à pied (prévoir le transport si chaussures automatiques vélo)
- - 1 lampe frontale avec suffisamment de piles (raid nocturne)
  
- Par équipe de 4 :
- - 1 sifflet
- - 1 trousse réparation VTT
- - 1 boussole
- - 1 porte carte vélo

# IMPORTANT

- De nombreux dossiers d'inscription sont incomplets (certificats médicaux, etc...)
- Le détail des listes manquantes figure sur le site [www.montathlon.com](http://www.montathlon.com) rubrique « Liste des inscrits ».
- Si les pièces manquantes ne sont pas fournies au plus tard le jour du raid, les concurrents se verront refuser le départ.
- PAS DE CERTIFICAT MEDICAL ou LICENCE = PAS DE DEPART DU RAID
- Toutes les épreuves de CO, course à pied/trail et VTT devront être faites OBLIGATOIREMENT à 4 (sécurité)
- Sur la CO, des contrôleurs vérifieront, sur certaines balises, que les 4 équipiers sont présents (une pénalité de temps de 1 heure sera appliquée si 1 seul des concurrents arrive sur la balise)
- Le jour du raid il sera interdit de basculer d'une couleur à une autre.
- Pagaie personnelle non autorisée.

# GENERALITES / SECURITE

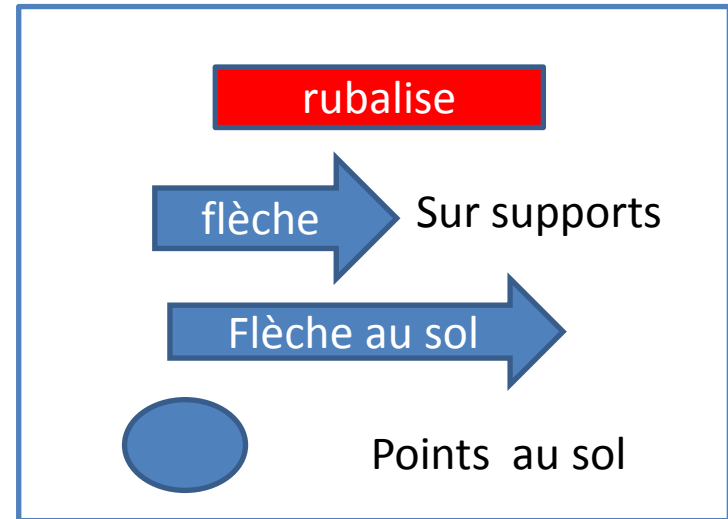
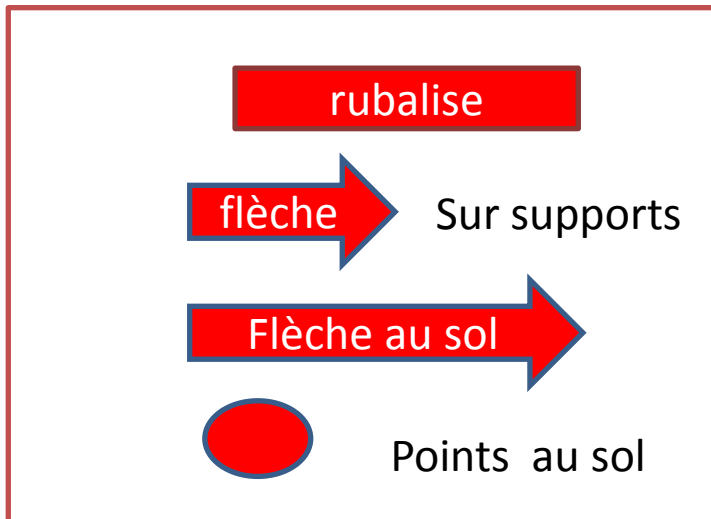
- TOUTE ASSISTANCE SUR ZONE DE COURSE EST INTERDITE, mais envisageable en zone de transition (Mont saint CYR, FLAUJAC-POUJOLS, LE MONTAT)
- Attention VTT, course à pied = circulation non neutralisée, RESPECTER LE CODE DE LA ROUTE
- GPS interdit
- La météo étant par définition incertaine prévoir des vêtements pour la pluie.
- VTT = PORT DU CASQUE OBLIGATOIRE TOUT AU LONG DE L'EPREUVE (bike and run inclus)
- Interdiction de jeter des déchets sur tous les parcours (Emballages barres de céréales, etc...), sous peine de disqualification de l'équipe.
- Numéro du permanent du RAID : 06.28.70.42.79.

# COULEURS DU FLECHAGE

ROUGE

BLEU

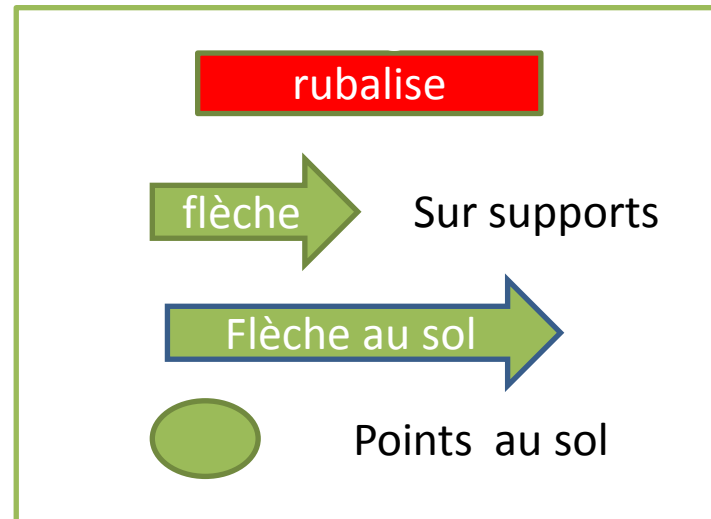
SAMEDI ET DIMANCHE



Croix au sol = SENS INTERDIT

# COULEURS DU FLECHAGE

## VERT ET DECOUVERTE SAMEDI ET DIMANCHE

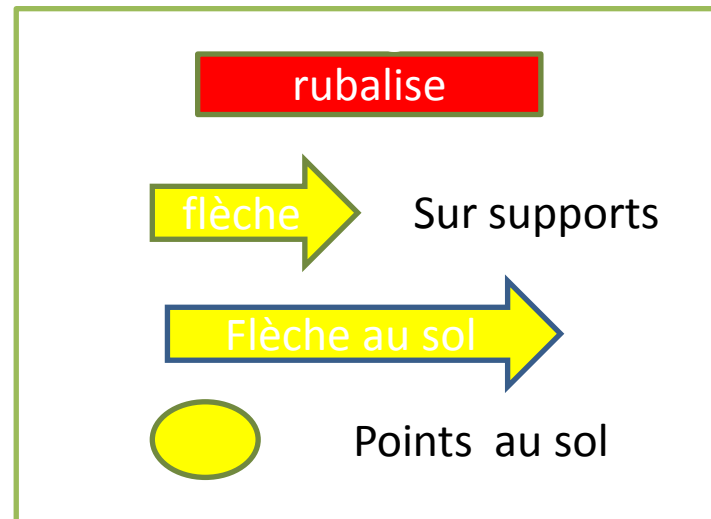


Croix au sol = SENS INTERDIT

# COULEURS DU FLECHAGE

JAUNE

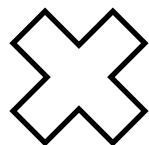
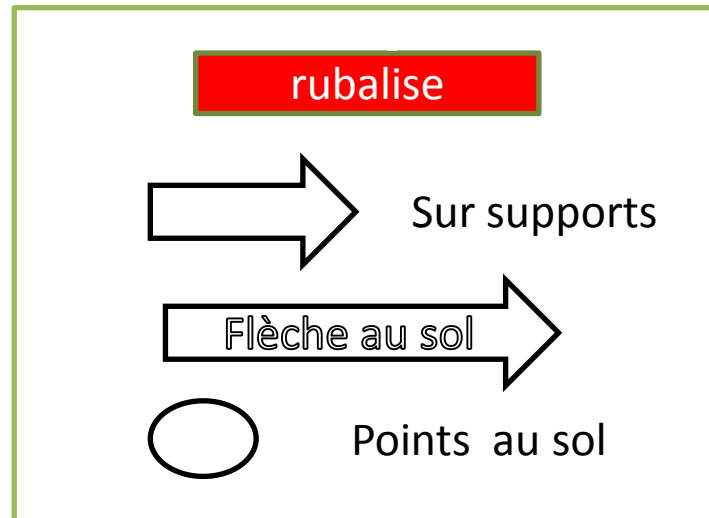
SAMEDI ET DIMANCHE



Croix au sol = SENS INTERDIT

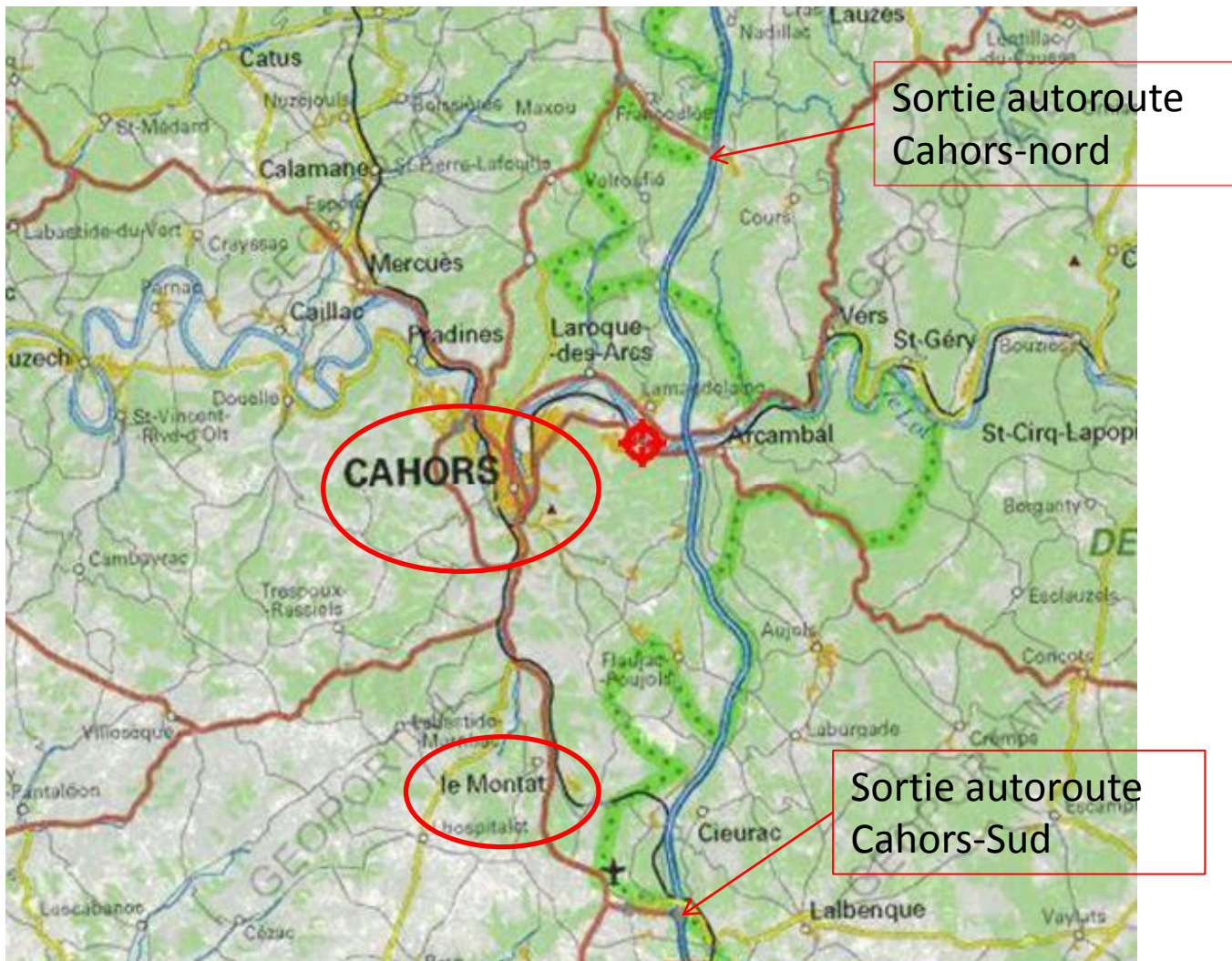
# COULEURS DU FLECHAGE

Equipe BLANCHE  
SAMEDI ET DIMANCHE



Croix au sol = SENS INTERDIT

# Plan d'accès aux différents sites



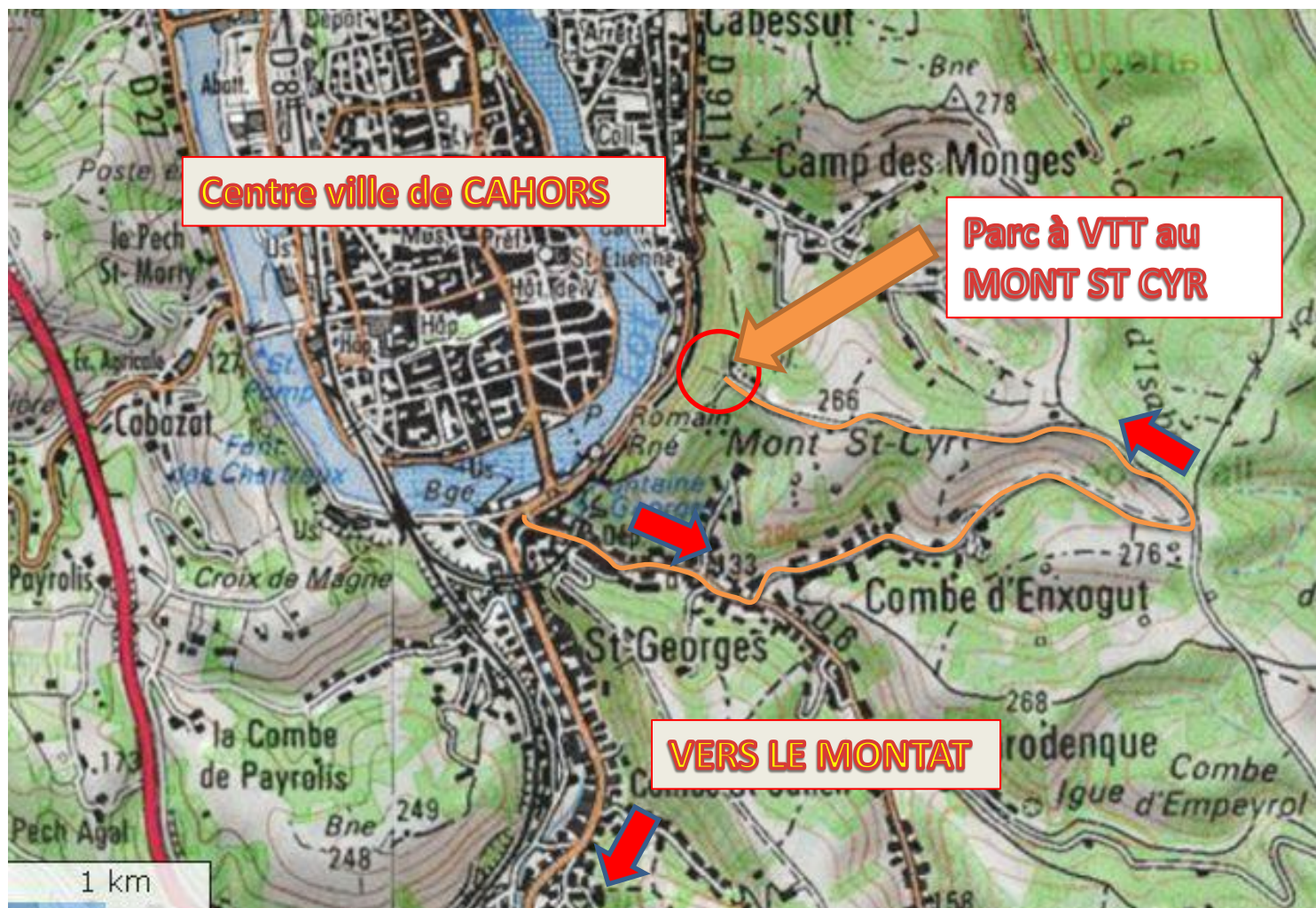
# CAHORS accueil place Fénelon

samedi 28 de 9 h à 13 h derrière la place Mitterrand (centre ville)

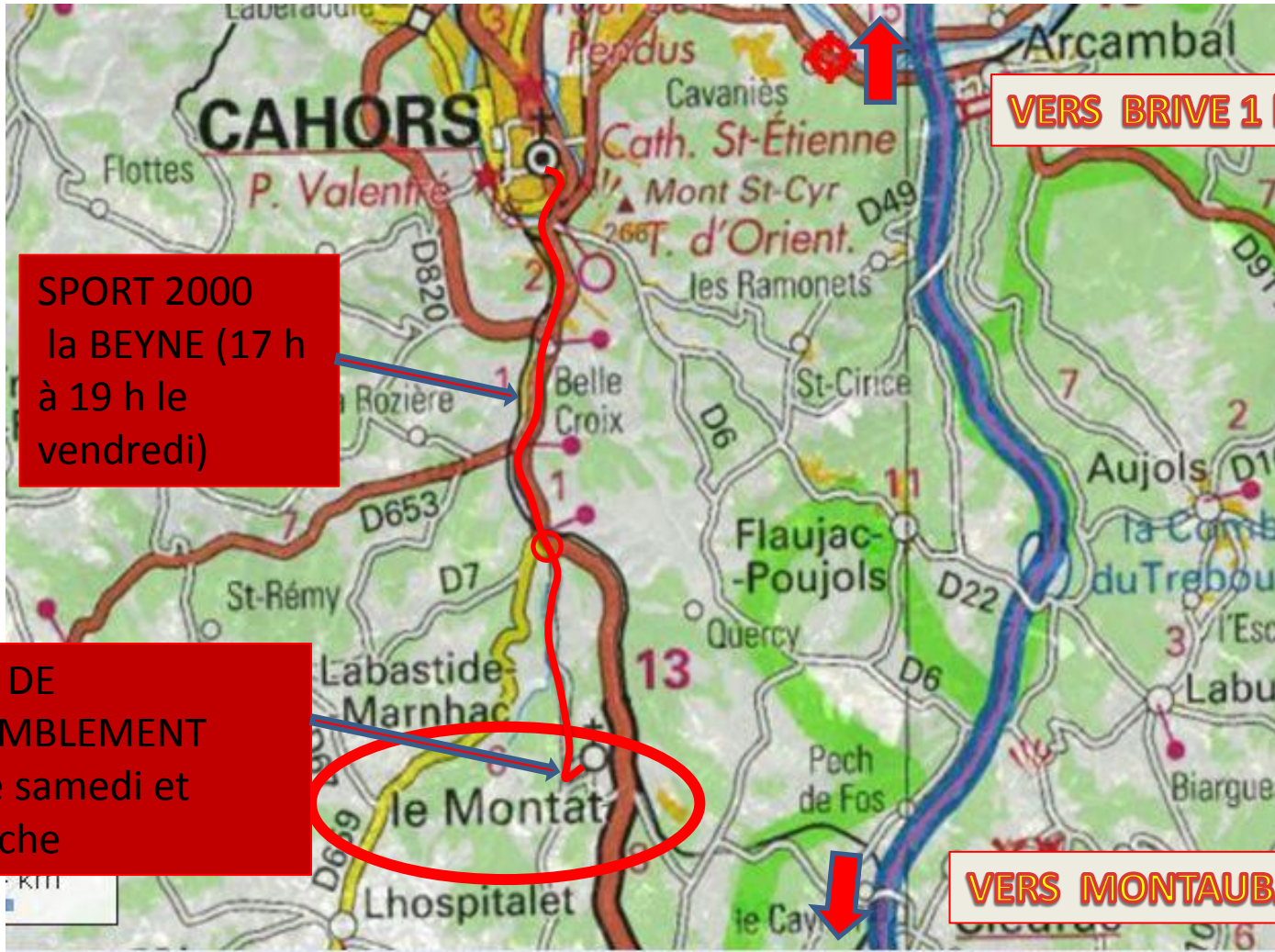


# Parc à VTT (Découverte, BLEU et ROUGE) au Mont ST CYR

le samedi 28 entre 14 h et 17 h 30 (attention aux heures de départs des couleurs)



# SITE DU MONTAT



# INFORMATIONS

- Tout au long du parcours, des pointages surprises seront réalisés par les membres de l'organisation. Equipes non pointées à 4 = 2h de pénalité
- 1 ravitaillement sera proposé à la liaison Trail/VTTO (rouge et bleu)
- 1 ravitaillement sera proposé à la liaison VTTO/VTT (rouge et bleu)
- 1 ravitaillement sera proposé à l'Arrivée Place de la Maison du Temps Libre au MONTAT pour toutes les couleurs
- Le dimanche un repas vous sera proposé à l'arrivée, après la course 11h30 à 13h30 pour les blancs, jaunes et verts. 14h30 à 16h00 pour les découvertes, bleus et rouges
- Les abandons d'un équipier le dimanche se verront attribuer 1 pénalité de temps de 2h
- **IMPORTANT : TOUT ABANDON DEVRA ETRE SIGNALE AU RESPONSABLE COULEUR**
- En cas d'accident toute les équipes se doivent de prévenir La personne de la sécurité la plus proche ou le responsable couleur
- Les classements définitifs ne seront annoncés qu'à la remise des prix à 16H30

# RAID EQUIPES ROUGES

<b>RETRAIT DES DOSSARDS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>. Vendredi 27 Mai<ul style="list-style-type: none"><li>- de 17H00 à 20H00 à SPORT 2000 à CAHORS (sortie sud de CAHORS)</li></ul></li><li>. Samedi 28 Mai<ul style="list-style-type: none"><li>- de 9H00 à 13H00 Allée Fénelon à CAHORS (centre ville)</li></ul></li></ul>
Lieu et heure de Dépôt des VTT	Parc à vélo du Mont St Cyr entre 14 h et 15 h (point de vue sur CAHORS) Possibilité de laisser sur place votre équipement vélo)
Lieu et heure de Rassemblement	Au MONTAT à la MTL à 15H30
Départ du BUS(obligatoire pour tous)	16H00
Briefing dans le BUS	Déplacement vers le site du départ
Début des Epreuves	17H00

# EQUIPES ROUGES-DEROULEMENT DU SAMEDI 28 MAI 2011

- Rassemblement des équipes à 15H30 au MONTAT Place de la Maison du Temps Libre (6 kms au sud de CAHORS)
- Départ du bus à 16H00
- Départ du Prologue à 17H00 – 3kms
- Epreuve 2 : **Canoe** – Parcours sécurisé sur le Lot – 4kms
- Epreuve 3 : **Trail** – Parcours balisé – 12 kms
- Ravitaillement 1 : fin du parcours Trail
- Epreuve 4 : **VTT** – Parcours balisé – 25 kms (prévoir le transport de votre matériel de course à pied, ne rien laisser dans le parc VTT)
- Ravitaillement 2 : fin du parcours VTT
- Epreuve 5 : **CO** – tracé par Bruno MARCHEGAY (prévoir frontale et boussole)
- Arrivée de la 1 journée
- Ravitaillement 3 : fin du parcours CO = arrivée
- ARRIVEE ARRET CHRONO et réalisation du classement provisoire du samedi
- REPAS (compris dans votre inscription)
- Bivouac sur le site (terrain de football)

# RAID EQUIPES BLEUES

<b>RETRAIT DES DOSSARDS</b>	<b>. Vendredi 27 Mai de 17H00 à 20H00 à SPORT 2000 à CAHORS (sortie sud de CAHORS) . Samedi 28 Mai de 9H00 à 13H00 Allée Fénélon à CAHORS (centre ville)</b>
Lieu et heure de Dépôt des VTT	Parc à vélo du Mont St Cyr entre 14H00 et 16H00
Lieu et heure de Rassemblement	Au MONTAT à la MTL à 16H30
Départ du BUS (obligatoire pour tous)	17H00
Briefing dans le BUS	Déplacement vers le site de départ
Début des Epreuves	18H00

# EQUIPES BLEUES-DEROULEMENT DU SAMEDI 28 MAI 2011

- Rassemblement des équipes à 16H30 au MONTAT Place de la Maison du Temps Libre (6 kms au sud de CAHORS)
- Départ du bus à 17H00
- Départ du Prologue à 18H00 – 2kms
- Epreuve 2 : **Canoe** – Parcours sécurisé sur le Lot – 3kms
- Epreuve 3 : **Trail** – Parcours balisé – 8 kms
- Ravitaillement 1 : fin du parcours Trail
- Epreuve 4 : **VTT** – Parcours balisé – 22 kms (prévoir le transport de votre matériel de course à pied, ne rien laisser dans le parc VTT)
- Ravitaillement 2 : fin du parcours VTT
- Epreuve 5 : **CO** – tracé par Bruno MARCHEGAY (prévoir frontale et boussole)
- Arrivée de la 1 journée
- Ravitaillement 3 : fin du parcours CO = Arrivée
- ARRIVEE ARRET CHRONO et réalisation du classement provisoire du samedi
- REPAS(compris dans votre inscription)
- Bivouac sur le site (terrain de football)

# RAID EQUIPES DECOUVERTES

## RETRAIT DES DOSSARDS

- . Vendredi 27 Mai  
DE 17H00 à 20H00 à SPORT 2000 à CAHORS (sortie sud de CAHORS)
- . Samedi 28 Mai  
de 9H00 à 13H00 Allée Fénélon à CAHORS (centre ville)

Lieu et heure de Dépôt des VTT

Parc à vélo du Mont St Cyr entre 14 h et 17 h 30

Lieu et heure de Rassemblement

Au MONTAT à la MTL à 18H00

Départ du BUS (obligatoire pour tous)

18H30

Briefing dans le BUS

Déplacement vers le site de départ

Début des Epreuves

19H00

# EQUIPES DECOUVERTES

## DEROULEMENT DU SAMEDI 28 MAI

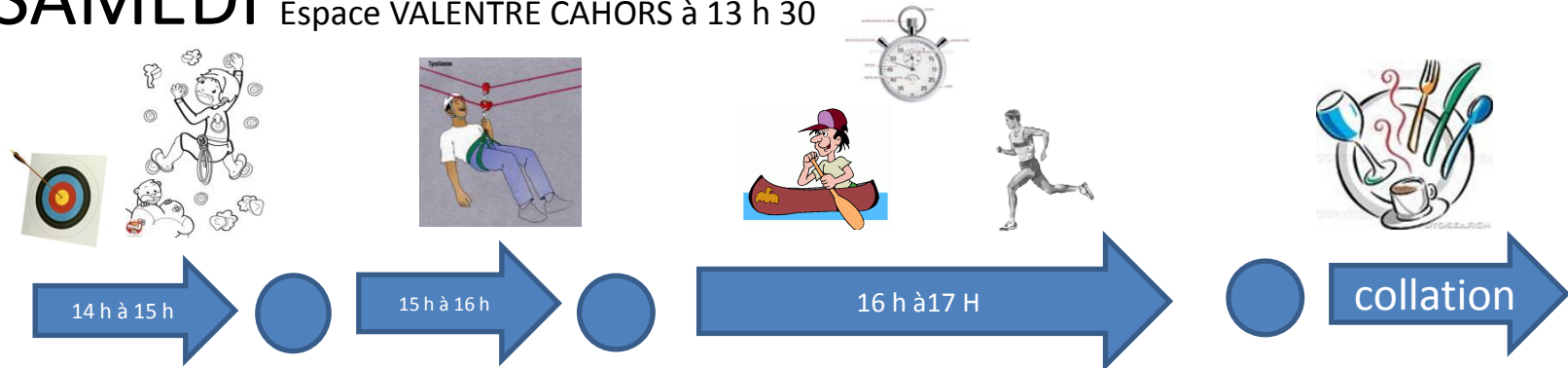
- Rassemblement des équipes à 18H00 au MONTAT Place de la Maison du Temps Libre ( 6 kms au sud de CAHORS)
- Départ du bus à 18H30
- DEPART COURSE 19 H 00
- Epreuve 1 : **Canoë** – Parcours sécurisé sur le Lot – 2kms
- Epreuve 2 : **Trail** – Parcours balisé – 3 kms
- Ravitaillement 1 : fin du parcours Trail
- Epreuve 3 : **VTT** – Parcours balisé – 18 kms (prévoir le transport de votre matériel de course à pied, ne rien laisser dans le parc VTT)
- Ravitaillement 2 : fin du parcours VTT
- Epreuve 4 : **CO** – tracé par Bruno MARCHEGAY (prévoir frontale et boussole)
- Ravitaillement 3 : fin du parcours CO = Arrivée
- ARRIVEE ARRET CHRONO et réalisation du classement provisoire du samedi
- REPAS(compris dans votre inscription)
- Bivouac sur le site (terrain de football)

# INFORMATIONS

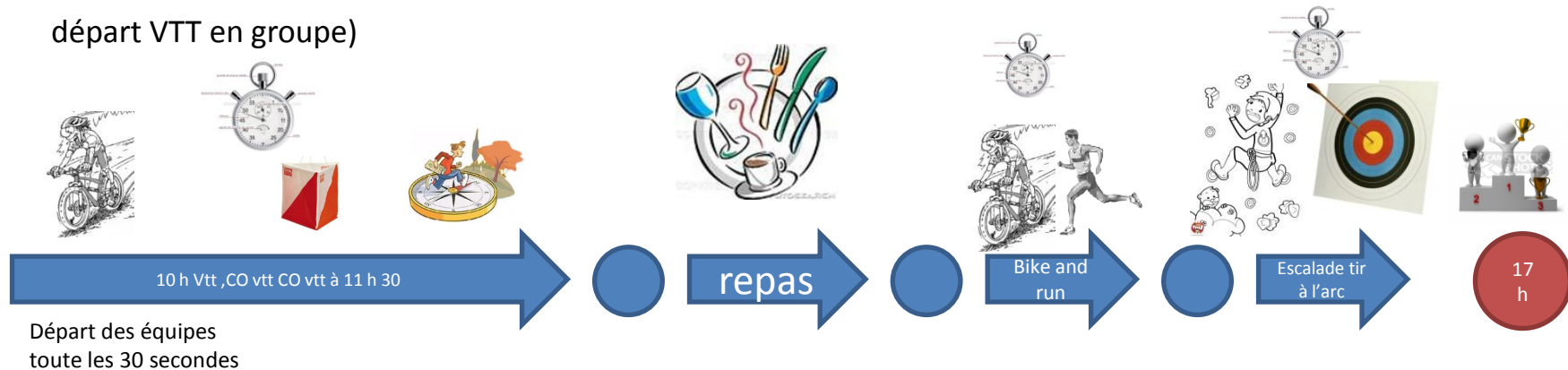
- Tout au long du parcours des pointages surprises seront réalisés par les membres de l'organisation. Equipe non pointée = 2h de pénalité
- En cas d'accident toute équipe se doit de prévenir le responsable de couleur ou tout autre personne de l'organisation le plus proche ou un n° de tel indiqué au dos de votre dossards ou plaque vélo.
- Des ravitaillements seront proposés sur le parcours et à l'arrivée.
- A l'arrivée : Repas à la Maison du Temps Libre au MONTAT
- Les abandons du samedi se verront attribuer une pénalité de 2 H , Ils pourront donc continuer la course le dimanche
- **IMPORTANT : TOUT ABANDON DEVRA ETRE SIGNALE AU PODIUM DU MONTAT** (responsable de course 06.28.70.42.79.)
- TOUS CLASSEMENTS (provisaires) DU SAMEDI SERONT AFFICHES SUR LE PANNEAU DES RESULTATS (Place de la Maison du Temps Libre)

# DEROULEMENT EPREUVES DES EQUIPES BLANCHES

- **SAMEDI** Espace VALENTRE CAHORS à 13 h 30

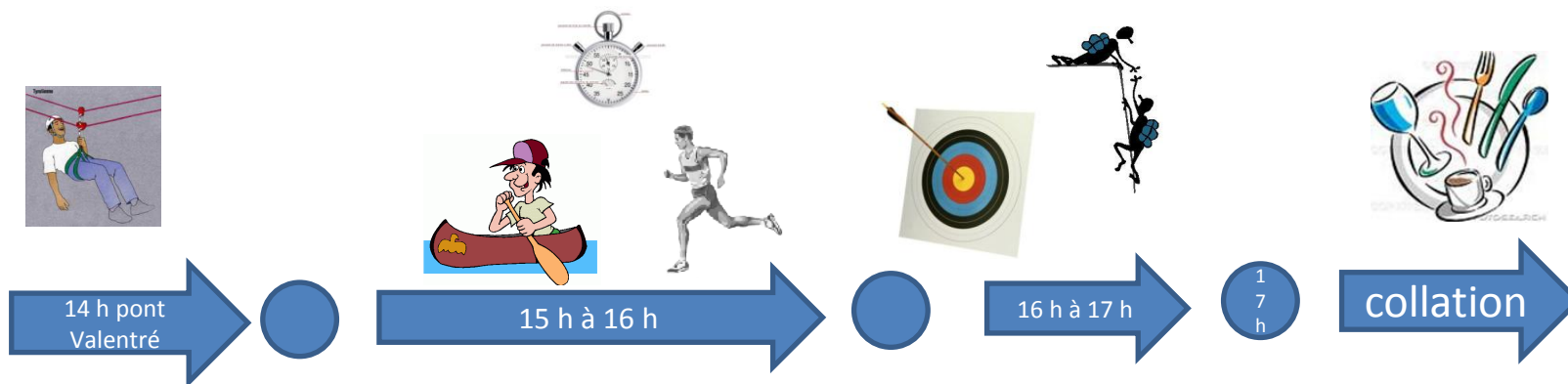


- **DIMANCHE** rendez-vous Maison du Temps libre au MONTAT à 9 h (attente liaison vers le départ VTT en groupe)

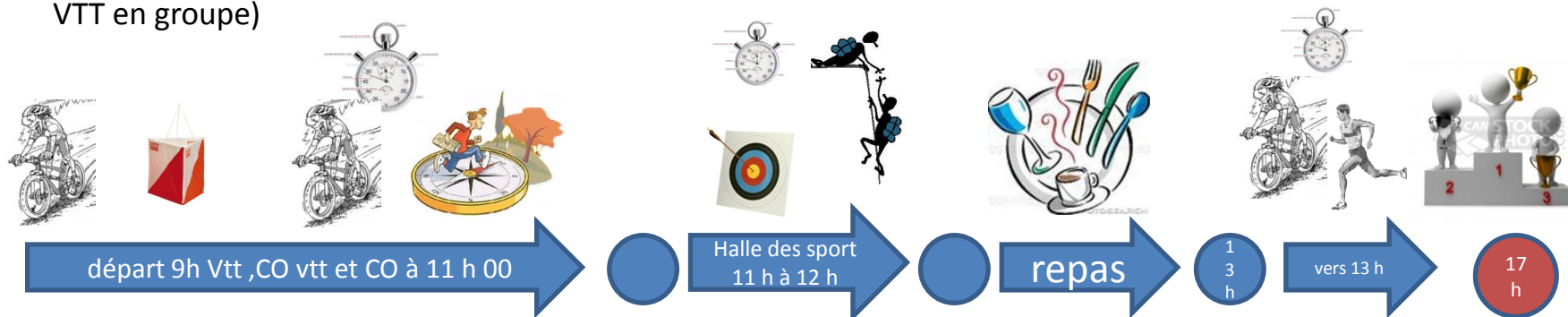


# DEROULEMENT EPREUVES DES EQUIPES JAUNES

- SAMEDI** Espace VALENTRE CAHORS à 13 h 00



- DIMANCHE** rendez-vous Maison du temps libre au MONTAT à 8 h 30 (attente liaison vers le départ VTT en groupe)

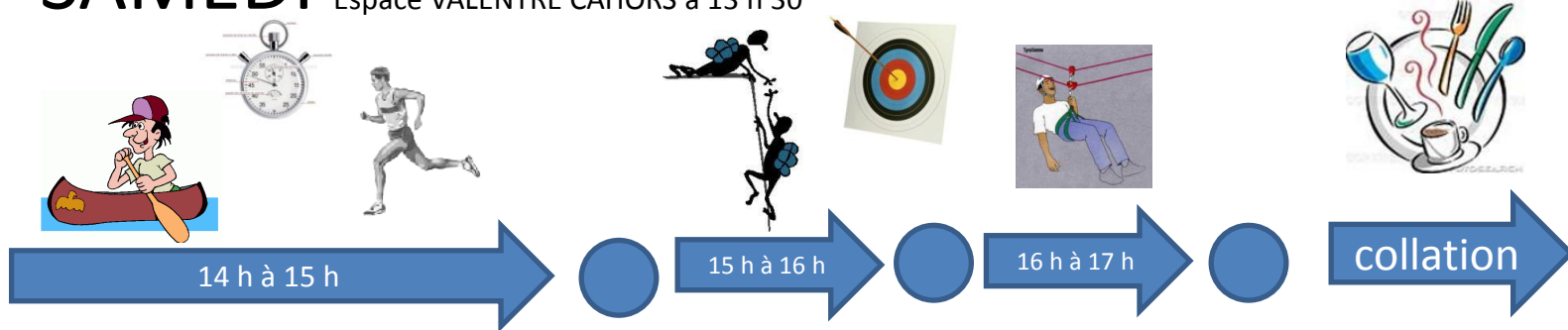


Départ des équipes  
toute les 30 secondes

# DEROULEMENT EPREUVES DES EQUIPES VERTES

## • SAMEDI

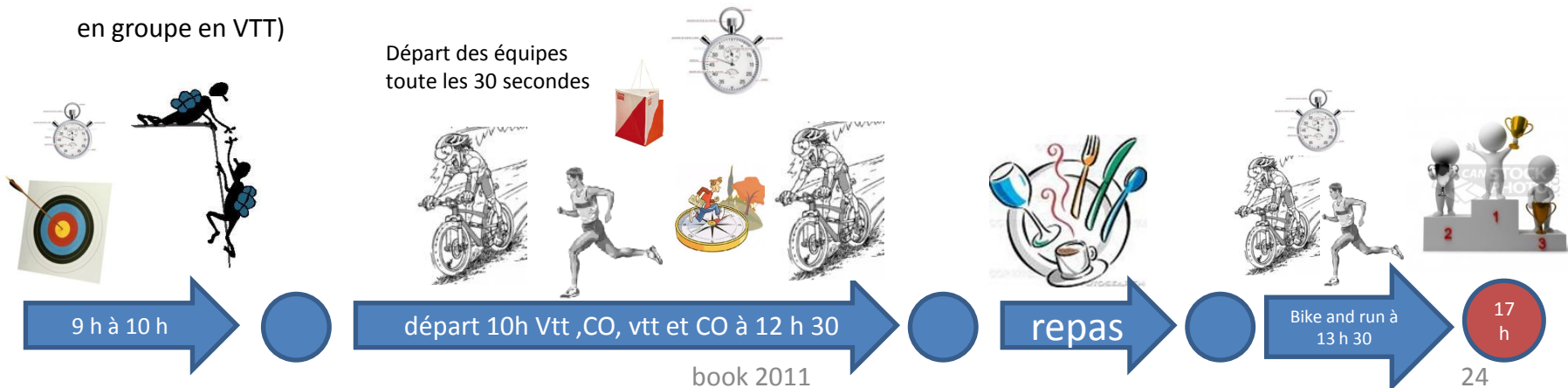
Espace VALENTRE CAHORS à 13 h 30



## • DIMANCHE

rendez-vous Maison du temps libre au MONTAT à 8 h 30 (attente liaison vers la halle des sports

en groupe en VTT)



DEROULEMENT DU DIMANCHE 29 MAI 2011

## EQUIPES ROUGES

- Petit déjeuner à partir de 7H30 à la Maison du Temps Libre (à réserver aux inscriptions)
- 8H15 : Rassemblement – Briefing
- 8H45 : Liaison vers le départ (1.5 kms)
- 9H00 : Départ course (groupé)
- Epreuve 1 : TRAIL – Parcours balisé – 10 kms
- RAVITAILLEMENT 1 en fin d'épreuve Trail
- Epreuve 2 : VTTO – 15 kms (récupération des VTT posés la veille)
- RAVITAILLEMENT 2 en fin d'épreuve VTT O
- Epreuve 3 : VTT – Parcours balisé - 15 kms
- RAVITAILLEMENT 3 en fin d'épreuve VTT
- Epreuve 4 : BIKE AND RUN – Parcours balisé - 6 kms (boucle) (poser 2 vtt de l'équipe au parc vtt de la Maison du Temps Libre au MONTAT)
- Arrivée entre 14h30 et 15h30 (parc à VTT)
- RAVITAILLEMENT 4 : ARRIVEE Maison du Temps Libre
- Repas à partir de 14 h 30 à la Maison du temps libre (compris dans votre inscription)
- ATTENTION Perte de carton de pointage CO = 2 h de pénalité

## DEROULEMENT DU DIMANCHE 29 MAI 2011

# EQUIPES BLEUES

- Petit Déjeuner à partir de 7H30 à la Maison du Temps Libre (à réserver aux inscriptions)
- 8H45 : Rassemblement – Briefing
- 9H15 : liaison vers le départ en footing (1.5 kms)
- 9H30: DEPART (groupé)
- Epreuve 1 : TRAIL – Parcours balisé – 8 kms
- RAVITAILLEMENT 1 en fin d'épreuve Trail
- Epreuve 2 : VTTO – 13 kms (récupération des VTT posés la veille)
- RAVITAILLEMENT 2 en fin d'épreuve VTT O
- Epreuve 3 : VTT – Parcours balisé – 12 kms
- RAVITAILLEMENT 3 en fin d'épreuve VTT
- Epreuve 4 : BIKE AND RUN – Parcours balisé – 4 kms (poser 2 vtt de l'équipe au parc vtt de la Maison du Temps Libre au MONTAT)
- Arrivée entre 13h30 et 14h30 (Parc à VTT)
- RAVITAILLEMENT 3 : ARRIVEE Maison du Temps Libre
- Repas à partir de 14 h 30 à la Maison du temps libre (compris dans votre inscription)
- ATTENTION Perte de carton de pointage CO = 2 h de pénalité

# DEROULEMENT DU DIMANCHE 29 MAI 2011

## EQUIPES DECOUVERTES

- Petit Déjeuner à partir de 7H30 à la Maison du Temps Libre (à réserver aux inscriptions)
- **9H30** : Rassemblement – Briefing- les vtt dans le parc -
- 9H45 : direction vers les épreuves 1 et 2 (à pied)
- HALLE DES SPORTS: 1 Escalade et 2 tir à l'arc
- **11h00 : DEPART COURSE groupé** de la Halle des Sports (épreuves enchainées)
- Epreuve 3 : TRAIL – Parcours balisé – 2 kms – vers le parc VTT
- Epreuve 4 : VTT – Circuits balisé – 10 kms (en 2 parties)
- Epreuve 5 : CO – 7 kms (en 2 parties, surprises)
- **De 13h30 à 14h00 Arrivée à « LACOSTE »**
- RAVITAILLEMENT à l'arrivée : « Lacoste » Lycée Agricole
- Liaison vers MTL (hors temps) pour course bike and run
- Epreuve 6 à 14 h 15: BIKE AND RUN – Parcours balisé – 2 kms (boucle) (poser 2 vtt de l'équipe au parc vtt de la Maison du Temps Libre au MONTAT)
- RAVITAILLEMENT 2 : ARRIVEE Maison du Temps Libre MONTAT
- Repas à partir de 14 h 30 à la Maison du temps libre (compris dans votre inscription)

# L'APRES COURSE

- Dès le lundi 30 mai vous pourrez :
  - Consulter les classements sur [www.montathlon.com](http://www.montathlon.com)
  - Consulter les photos du RAID [www.montathlon.com](http://www.montathlon.com)
  - Si vous souhaitez recevoir par mail des infos sur le Raid 2011, envoyez un mail à [montathlon@gmail.com](mailto:montathlon@gmail.com) afin que nous puissions vous informer sur les ajouts de photos, vidéos, etc (les adresses mails manuscrites sur le bulletin d'inscription sont souvent erronées ou illisibles).