

LES PELELERINS

Raid pédestre en orientation de nuit

7^{ème} étape
du challenge des raids
d'orientation normands

5 parcours

Découverte 5 km
Challenge Trotteurs 7 km
Challenge Orienteurs 14 km
Challenge Raideurs 21 km

SAMEDI 16 MARS 2024
AU VAL ST PERE (50)



www.tc-val.fr

ORGANISATION DES COURSES

Le Triathlon club du Val St Père organise la 15^{ème} édition de la course des Pèlerins le 16 Mars 2024 à la Halle des Sports du Val Saint Père.

La course des Pèlerins est un raid pédestre semi-urbain, en orientation de nuit empruntant chemins, routes sur les différentes communes d'Avranches.

La progression se fait à l'aide de cartes fournies par l'organisation (IGN,CO...), le choix de l'itinéraire est libre mais le temps de course est limité.

Hors challenge		Challenge des raids d'orientation		
Découverte 5k		Trotteurs 7k	Orieurs 14k	Raideurs 21k
Solo ou équipe 2 à 3		Solo ou équipe 2 à 3	Solo ou équipe 2 à 3	Solo ou équipe 2 à 3
Non licencié FFCO: 8 ans + un majeur		Non licencié FFCO: 11 ans + un majeur	Non licencié FFCO: 16 ans + un majeur	Non licencié FFCO: 18 ans
Licencié FFCO: 8 ans + un majeur		Licencié FFCO: 14 ans	Licencié FFCO: 16 ans	Licencié FFCO: 18 ans
6 €/p		10 €/p*	12 €/p*	14 €/p*
Départ 20h		Départ 19h45	Départ 19h15	Départ 19h

* +2€/p pour les non-licenciés FFCO pour le challenge (licence journée)

Date limite des inscriptions au 13/03/24

Une caution de 60€ sera demandée pour le prêt d'une puce électronique

Condition d'inscription:

- Une licence FFCO 2024
- Ou un certificat médical datant de moins de 1 an (6 mois pour les mineurs) permettant d'établir " l'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition "
- Ou une attestation d'inscription pour une personne majeure non licenciée FFCO + questionnaire santé personne majeure
- Ou une attestation d'inscription pour une personne mineure non licenciée FFCO + questionnaire santé personne mineure

Matériel obligatoire:

- Un gilet jaune et une lampe frontale par personne
- Une couverture de survie et un portable par équipe.
- recommandé: eau, vêtements et chaussures adaptés, aliments énergétiques

- Une soupe chaude vous sera offerte à la fin de la course.
- Pour les parcours du challenge, il y aura 3 classements : féminin, mixte et masculin.
- Les organisateurs s'autorisent à récompenser les différents podiumistes du challenge.

Renseignements sur www.tc-val.fr