

## Bulletin d'inscription

A renvoyer à : VILLAR Christophe, 81 rue Schluessel, 67370 NEUGARTHEIM-ITTELEHEIM  
Nous nous engageons à respecter les règlements des courses FFME et à suivre les règles de sécurité que l'on nous aura remis au moment du départ

Droits d'inscription par équipe : <b>Raid FFME</b>		Droits d'inscription : <b>Randonnée pour tous</b>	
Inscription :		Inscription :	
Envoyée avant le 29 septembre 2008 ( 40 € )	_____ €	Par équipier	_____ x 12€ = _____ €
Envoyée après le 29 septembre 2008 ( 45 € )	_____ €	Ou par famille ( 36 € )	_____ €
Réduction :		Réduction (par personne) :	
Licencié FFME	_____ x 5 € = _____ €	Licencié FFME	_____ x 1,5 € = _____ €
Jeune (16-19ans)	_____ x 2 € = _____ €	Jeune (-20ans)	_____ x 1,5 € = _____ €
Total	_____ €	Envoyée avant le 29 septembre 2008	_____ -5 € = _____ €
		Total	_____ €

Nous vous prions de trouver ci-joint le bulletin d'inscription

Nous joignons au bulletin d'inscription :

Un chèque à l'ordre d'Oxygène Raid Aventure : de \_\_\_\_\_ €

Les certificats médicaux ou les photocopies des licences (uniquement pour les coureurs du Raid FFME)

Les autorisations parentales pour les mineurs

Fait à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_/\_\_\_\_/2008

Signatures des équipiers :

## Hébergement

Saverne et Phalsbourg vous proposent de nombreuses formules d'hébergement :

- Hôtels
- Gîtes
- Chambres d'hôtes
- Camping

## Situation :

En Août 1839, Victor Hugo descend en calèche le col de Saverne et écrit : « C'est là une des belles impressions de ma vie »\*

\* Lettre à un ami :, août 1839, lettre 29

Le Raid Alsace Stratégie 2008 va se courir dans la forêt domaniale de Saverne. Cette zone est très vallonnée, avec de nombreux sommets rocheux (sites d'escalade). De plus, plusieurs châteaux et tours permettront d'avoir des points de vues sur la plaine d'Alsace et sur les Vosges.

# Raid Alsace Stratégie

## HULTEHOUSE (10 km à l'ouest de SAVERNE)

## 5 octobre 2008



**Raid FFME**

**&**

**Trophée des Cigognes**

-----  
*Des épreuves accessibles à tous*

## Programme

### Raid FFME

Accueil des compétiteurs au chalet du Club Vosgien du Limmersberg (Hultheouse). Samedi 4 octobre de 17h00 à 19h00  
Dimanche 5 octobre de 7h à 7h45

Contrôle du matériel de 7h30 à 7h50.

Départ en masse à 8h précise.

Arrivée prévue aux alentours de 14h.

### Trophée des Cigognes

Accueil des compétiteurs au chalet du Club Vosgien du Limmersberg (Hultheouse).

Dimanche 5 octobre de 9h30 à 11h00

Départ de 9h45 à 11h15

### Pour les 2 épreuves

Repas offert par l'organisation à partir de 13h00  
Palmarès et remise des prix vers 15h00

## Infos complémentaires

*Accueil - Renseignements courses*

VILLAR Christophe  
81 rue Schluessel, 67370 NEUGARTHEIM-ITTLENHEIM  
Tél : 03 88 87 81 10  
E-mail : raid-alsace-strategie@orange.fr  
Internet : <http://oxygene.raid.free.fr>

*Hébergement : possibilité de camper le samedi soir autour du refuge. Des tables abrités sont accessibles.*

## Règlements

Le règlement complet des épreuves est disponible sur le site Internet : [www.ffme.fr](http://www.ffme.fr) (rubrique : Rando-Raid).

Attention : pour le raid FFME, les participants non titulaires d'une licence sportive doivent obligatoirement joindre à l'inscription un certificat médical de non contre indication à la pratique des raids montagne en compétition datant de moins d'un an au jour de l'épreuve. **Le départ ne sera pas autorisé si cette condition n'est pas remplie.**

## Caractéristiques des épreuves

### Raid FFME

C'est une belle aventure pendant laquelle les débutants comme les coureurs de l'élite trouveront leur plaisir. Ainsi selon les capacités et les motivations des équipiers, l'épreuve peut être abordée comme une compétition exigeante, un loisir sportif ou même comme une simple randonnée familiale.

L'épreuve se déroule par équipe de deux sur une durée d'environ 6 heures. Les équipes sont autonomes.

Le principe de ce raid consiste à rechercher en un temps limité, le plus de balises facultatives entre le départ et l'arrivée, en passant par 2 points de contrôle obligatoires. Le parcours n'est ni tracé, ni fléché. Conformément à l'éthique du randonneur de montagne, le classement est fondé sur la gestion de difficultés de terrain, d'itinéraire et d'orientation en montagne dans le temps maximum imparti.

Cette épreuve compte pour le classement de la Coupe de France des Raids Montagne. Pour être intégré dans ce classement, une licence FFME est obligatoire.

#### Equipement personnel obligatoire

Sac à dos, sifflet, boussole, lampe de poche avec piles, gourde, vêtement protégeant contre le froid et la pluie, chaussures adaptées au raid léger ayant des semelles crantées, boissons et vivres de course.

#### Equipement obligatoire de sécurité par équipe

Une pharmacie de premiers secours (comprenant au moins une bande, des compresses stériles, pansements autocollants et liquide antiseptique), une couverture de survie.

#### Catégories

L'âge pris en compte est celui atteint lors du jour du raid.

La catégorie de l'équipe est déterminée par celle de l'équipier le plus fort (ex : vétérans+senior=senior ou jeune+senior=senior).

16-19 ans : jeune ; 20-39 ans : senior ; 40-49 ans : vétérans 1

50-59 ans : vétérans 2 ; 60 ans et plus : vétérans 3

Pour chaque catégorie, il y aura trois classements : homme, dame et mixte.

### Randonnée pour tous : Trophée des Cigognes

L'esprit de l'épreuve est identique à celui du Raid : découverte d'un maximum de balises facultatives en un temps limité. Cependant le secteur d'évolution est moins vaste et le temps est plus court (3h), il n'y a pas de classement et le certificat médical n'est pas obligatoire.

Lots récompensant les jeunes.

Les équipes peuvent être composées de 2 à 4 personnes.

Il est nécessaire de prévoir le matériel et le ravitaillement pour une randonnée d'une journée.

NB : il sera donné au maximum deux cartes par famille.

## Bulletin d'inscription

### Equipier 1 :

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Né(e) le : \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_ Sexe : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Club FFME : \_\_\_\_\_ N° licence : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

### Equipier 2 :

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Né(e) le : \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_ Sexe : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Club FFME : \_\_\_\_\_ N° licence : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

### Equipier 3 : (uniquement pour le trophée)

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Né(e) le : \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_ Sexe : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Club FFME : \_\_\_\_\_ N° licence : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

### Equipier 4 : (uniquement pour le trophée)

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Né(e) le : \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_ Sexe : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Club FFME : \_\_\_\_\_ N° licence : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_