

DOSSIER D'INSCRIPTION

RAID DU BESSIN 2024

Du 9 au 12 juillet 2024

Nom de l'équipe:

Pièces à fournir pour la prise en compte du Dossier :

- 1 dossier d'inscription par équipe.
- 2 fiches d'inscriptions individuelles (**fiche renseignements 3 DIX-HUIT**).
- 1 règlement signé par les 2 équipiers.
- 2 *certificats médicaux (originaux) de non contre indication à la pratique sportive et aux activités de pleine nature de moins d'un an.*
- 2 tests de natation spécifique « Raid du Bessin 2024 » **au centre aquatique Auréo.**
(Il est fortement conseillé de téléphoner avant afin de confirmer la disponibilité des agents.)
Téléphone Auréo : 02 31 92 07 64
- 2 autorisations parentales datées et signées

Droits d'inscription:

- Participant dont le quotient familial est inférieur à 1200 € : **30 €**
- Participant dont le quotient familial est supérieur à 1200 € : **40 €**

Partie réservée au 3 dix-huit

Règlement(s)

Dossier déposé le : N°.....



Pour toute demande de renseignements, vous pouvez contacter :
Mairie de Bayeux - Service Sports et Jeunesse
02.31.51.60.65 / 3dix-huit@mairie-bayeux.fr

REGLEMENT RAID DU BESSIN 2024

Article 1- ORGANISATION

1.1 - Le raid du Bessin est organisé par le service des Sports et de la Jeunesse de BAYEUX, les 9,10,11 et 12 juillet 2024.

Article 2- PARTICIPATION et DEFINITION

2.1 - Le raid du Bessin 2024 est un raid de 4 jours et 3 nuits, effectué par équipe de deux jeunes âgés de 14 à 17 ans faisant appel aux techniques des sports d'endurance de plein air, comme la course en milieu naturel, le VTT, la course d'orientation, la natation ...

2.2 - Le raid du Bessin 2024 est ouvert à tous les jeunes **convenablement entraînés**, âgés de 14 à 17 ans le jour de l'inscription (**autorisation parentale obligatoire, datée et signée**). Il faut être en bonne forme physique afin de pouvoir évoluer dans les meilleures conditions.

2.3 - La participation au raid est soumise à l'inscription d'une équipe de 2 personnes, mixte ou non. Seules les équipes complètes sont autorisées à prendre le départ.

2.4 - Chaque équipe engagée doit respecter les instructions de sécurité et les décisions émises par l'organisateur de l'épreuve.

2.5 - Les concurrents autorisent l'organisation à utiliser à des fins promotionnelles toutes les images TV, vidéos et photos réalisées par l'ensemble des médias présents durant le raid.

2.6 - En aucun cas un concurrent ne pourra être remplacé après le début du raid.

Article 3- MODALITES D'INSCRIPTIONS et TARIFS

3.1 - Les dossiers d'inscription pourront être déposés, une fois complet, jusqu'au 14 juin aux heures d'ouverture du 3 DIX-HUIT.

3.2 - L'inscription est prise en compte à la réception du dossier complet de l'équipe (avec le règlement de correspondant au QF et par participant à l'ordre de Régie Service Sports Jeunesse de Bayeux).

Tout dossier incomplet sera refusé.

3.3 - Conditions obligatoires pour participer au Raid : être titulaire d'un certificat médical de non contre indication à la pratique des activités physiques de pleine nature (voir conditions fiche d'inscription) et avoir réalisé le **test de natation « Raid du Bessin » au centre aquatique Auréo**. (Test anti panique + natation)

3.4 - L'inscription comprend:

- L'hébergements
- Les repas du 9 au 12 juillet (**sauf pour le midi du 9 juillet, prévoir un pique-nique**)

3.5 – Vingt-six équipes pourront participer au raid du Bessin 2024. Dans le cas où le nombre d'équipes candidates serait supérieur à vingt-six, l'organisateur procédera à une sélection selon les critères et la hiérarchie suivants :

- Résident dans le Bessin (nombre de jeune habitant le Bessin dans l'équipe)
- Ordre d'arrivée des dossiers (pendant les permanences d'inscriptions)

Article 4- ASSURANCES / SECURITE

4.1 - L'organisateur a souscrit auprès de la SMACL un contrat d'assurance garantissant sa responsabilité civile d'organisateur et celle de ses préposés.

L'organisation met en place une assistance sur toute la durée du raid du Bessin 2024. Un accompagnateur suivra les équipes. Le parcours n'expose jamais volontairement les concurrents à des traversées dangereuses (grands axes routiers, voies ferrées...). Cependant, si certains passages peuvent être déclarés « dangereux » par les autorités compétentes (gendarmerie, mairies...), ils s'effectueront sous les directives et la surveillance de signaleurs du raid du Bessin.

L'organisation dispose de moyens de télécommunication adaptés (téléphones portables).

4.2 - La prudence, l'assistance aux personnes en danger, le respect du code de la route et des consignes des organisateurs sont obligatoires sous peine de disqualification.

NON-RESPECT= EXCLUSION IMMEDIATE.

Article 5- EQUIPEMENT OBLIGATOIRE/ SECURITE

5.1 - Equipement général pour chaque raideur

- Une tente 3 places*
- Un casque rigide
- Un maillot de bain
- Deux serviettes de bain
- Un sac à dos
- Tenues de rechange complètes
- Chaussures de sport
- Une casquette
- Un duvet
- Un tapis de sol
- Une lampe de poche par équipe
- Chaussettes hautes / manchons / guêtres
(Protection des tibias pour les courses tout terrain)
- Un vêtement de pluie
- Une tenue chaude
- Une assiette et des couverts
- Un bol et un gobelet
- Une combinaison courte ou un T-shirt top lycra
- Une chambre à air
- Crème solaire
- Un antivol par équipe pour les vélos
- Des chaussons nautiques ou vieilles chaussures pour les épreuves aquatiques.
- Une montre

**en cas de difficulté à avoir votre propre tente, adressez-vous au 3 DIX-HUIT.*

5.2 VTT :

- 1 VTT révisé avec éclairage et non motorisé
- 1 casque aux normes CE
- 1 chambre à air de rechange

Le GPS est interdit. L'utilisation de ce type de matériel entrainera la disqualification de l'équipe.

Article 6 - PENALITES et DISQUALIFICATIONS.

6.1 - Pollution ou dégradation manifeste des sites (disqualification)

6.2 - Abandon d'un ou des équipiers (disqualification)

6.3 - Non Respect de l'éthique sportive (disqualification)

Article 7 – CLASSEMENTS

7.1 - Un classement sera effectué au temps cumulé de chaque épreuve.

7.2 - Les filles se verront déduire 10% de leur temps réalisé sur les épreuves chronométrées.

7.2 - Les classements seront établis au terme du raid, tenant compte des éventuelles pénalités.

7.3 - Les 2 équipiers en course doivent rester ensemble pendant tout le parcours. Seules les équipes arrivant au complet et ayant réalisé à deux la totalité des épreuves pourront prétendre au classement général. En cas de force majeure (blessure, incapacité physique...), si un des équipiers doit interrompre l'épreuve, son coéquipier pourra finir la course (hors classement) sauf décision contraire de l'organisateur.

7.4 - La mise hors course résulte du non-respect de tout ou partie du présent règlement. Elle prend effet dès le lendemain et dégage l'organisateur de tout engagement envers l'équipe concernée.

Article 8 - ANNULATION/REMBOURSEMENT

8.1 - L'organisation se réserve le droit, en cas de force majeure et pour des raisons de sécurité, de modifier le contenu et le règlement de l'épreuve. L'organisation se réserve le droit d'annuler l'épreuve en cas de mauvaises conditions météo ou de manque de participants et remboursera les inscrits au prorata du nombre de journées.

8.2 - Aucun remboursement ne sera effectué en cas de disqualification.

Date :

Signature des responsables légaux :

Signature des participants :

FICHE D'INSCRIPTION PAR EQUIPE

Nom de l'équipe:

Equipier 1 :

NOM :

Prénom :

Fille Garçon

Adresse :
.....

Tél fixe : Tél portable :

Taille de vêtement : S M L XL XXL

Equipier 2 :

NOM :

Prénom :

Fille Garçon

Adresse :
.....

Tél fixe : Tél portable :

Taille de vêtement : S M L XL XXL

- Année scolaire 2023/2024
 En cours d'année, à compter du /...../.....

ENFANT			
Nom		Sexe	<input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F
Prénom		Classe – Niveau (à la rentrée de septembre)	
Date et lieu de naissance	/ /	à	

ETAT CIVIL DES REPRESENTANTS LEGAUX

	Représentant 1 de l'enfant Responsable du dossier famille et du dossier CAF	Représentant 2 de l'enfant
	Titulaire de l'exercice de l'autorité parentale : oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>	Titulaire de l'exercice de l'autorité parentale : oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>
	<i>En cas de décision de justice limitant l'exercice de l'autorité parentale, joindre la copie de l'acte</i>	
Civilité		
Nom (+nom de jeune fille)		
Prénom		
Date et lieu de naissance	Le / / à	Le / / à
Lien avec l'enfant		
Situation familiale	Célibataire <input type="checkbox"/> Marié(e) <input type="checkbox"/> Concubin(e) <input type="checkbox"/> Divorcé(e) <input type="checkbox"/> Pacsé(e) <input type="checkbox"/> Séparé(e) <input type="checkbox"/> Veuf(ve) <input type="checkbox"/>	Célibataire <input type="checkbox"/> Marié(e) <input type="checkbox"/> Concubin(e) <input type="checkbox"/> Divorcé(e) <input type="checkbox"/> Pacsé(e) <input type="checkbox"/> Séparé(e) <input type="checkbox"/> Veuf(ve) <input type="checkbox"/>
Adresse	Adresse : Code postal : Ville :	Adresse : Code postal : Ville :
Adresse mail		
Téléphone domicile		
Téléphone portable		
Profession		
Employeur		
Adresse de l'employeur	Adresse : Code postal : Ville :	Adresse : Code postal : Ville :
Téléphone professionnel	N° de poste :	N° de poste :
Nom et N° allocataire CAF * (de rattachement de l'enfant)		
En cas de séparation	<input type="checkbox"/> Résidence principale chez le représentant 1 <input type="checkbox"/> Résidence principale chez le représentant 2 Un jugement a-t-il été prononcé ? oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Résidence en garde alternée	

RENSEIGNEMENTS MEDICAUX DE L'ENFANT

Votre enfant a-t-il : une maladie chronique (asthme, diabète, maladie orpheline, etc. ...) nécessitant une prise en charge particulière ? une allergie alimentaire (laitages, arachide, volaille, fruits rouges, etc. ...) nécessitant une prise en charge particulière ?	oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>
--	--

Si oui, pour son bien-être, un **Projet d'Accueil Individualisé (P.A.I.)** :

⇒ a-t-il été établi ? oui non

⇒ doit-il être mis en place ? oui non

Le P.A.I. est un document qui permet de préciser les adaptations thérapeutiques à apporter à la vie de l'enfant en collectivité, s'il est atteint de troubles de la santé comme une pathologie chronique, des allergies ou une intolérance alimentaire. Il doit être signé sous la responsabilité du médecin scolaire, entre les parents, la direction de l'école et Bayeux Intercom. Merci de bien vouloir nous contacter.

Recommandations utiles en lien avec la santé de l'enfant (lunettes de vue, appareils auditifs, traitement orthodontique...) :

Attention : Aucun traitement ne pourra être donné à l'enfant sans ordonnance récente.

VACCINS OBLIGATOIRES (date de la dernière injection)

D.T.P.	----/----/----	R.O.R.	----/----/----
Coqueluche	----/----/----	B.C.G (recommandé)	----/----/----
Méningocoque	----/----/----	Hépatite B	----/----/----
Pneumocoque	----/----/----	Infection à Haemophilus influenzae b	----/----/----

PERSONNES A CONTACTER EN CAS D'URGENCE ET/OU AUTORISEES A RECUPERER L'ENFANT

(autres que les parents)

	Contact 1		Contact 2		Contact 3	
Nom et Prénom						
Lien avec l'enfant						
Adresse						
Téléphone domicile						
Téléphone portable						
A appeler en cas d'urgence	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>
Autorisé à récupérer l'enfant	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>

PERSONNE(S) INTERDITE(S) DE CONTACT AVEC L'ENFANT Merci de joindre la décision de justice

Nom et Prénom	
Nom et Prénom	

AUTORISATIONS PARENTALES

<input type="checkbox"/> Autorisons / <input type="checkbox"/> N'autorisons pas	la structure (Bayeux Intercom ou Ville de Bayeux) à prendre toutes mesures d'urgence
<input type="checkbox"/> Autorisons / <input type="checkbox"/> N'autorisons pas	l'hospitalisation et l'anesthésie de notre enfant si nécessaire
<input type="checkbox"/> Autorisons / <input type="checkbox"/> N'autorisons pas	la structure (Bayeux Intercom ou Ville de Bayeux) à prendre des photographies ou vidéos de notre enfant et à les diffuser dans les documents municipaux et intercommunaux (bulletins, site internet, réseaux sociaux, plaquette d'information, ENT...)
<input type="checkbox"/> Autorisons / <input type="checkbox"/> N'autorisons pas	la CDC Bayeux Intercom ou la Ville de Bayeux à recueillir des informations me concernant auprès de la Caisse d'Allocations Familiales, dont mes ressources, afin de vérifier mon éligibilité aux tarifications spéciales et de simplifier mes démarches. (Dans le cas d'un refus de votre part, afin d'appliquer la tarification modulée, vous devrez obligatoirement fournir un justificatif de la CAF du Calvados.)

En cas de maladie ou d'accident, l'enfant est orienté et transporté par les services de secours d'urgence qui déterminent le lieu d'hospitalisation. La famille est immédiatement avertie par nos soins.

DOCUMENTS A FOURNIR OBLIGATOIREMENT AVEC LA FICHE DE RENSEIGNEMENTS

Justificatif de domicile < 3 mois

Extrait du livret de famille

Fait à, le
Signature du/des représentants légaux

Les informations contenues dans le présent document ne seront utilisées que pour les nécessités de la gestion et pourront donner lieu à exercice du droit individuel d'accès, dans les conditions prévues par la délibération n° 80 du 1/4/89 de la Commission Nationale Informatique et Libertés.

Pour toute demande de renseignements, vous pouvez contacter :
Mairie de Bayeux - Service Sports et Jeunesse
02.31.51.60.65 / 3dix-huit@mairie-bayeux.fr

Année scolaire 2023/2024
 En cours d'année, à compter du/...../.....

ENFANT			
Nom		Sexe	<input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F
Prénom		Classe – Niveau (à la rentrée de septembre)	
Date et lieu de naissance	/ / à		
ETAT CIVIL DES REPRESENTANTS LEGAUX			
	Représentant 1 de l'enfant Responsable du dossier famille et du dossier CAF	Représentant 2 de l'enfant	
	Titulaire de l'exercice de l'autorité parentale : oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>	Titulaire de l'exercice de l'autorité parentale : oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>	
<i>En cas de décision de justice limitant l'exercice de l'autorité parentale, joindre la copie de l'acte</i>			
Civilité			
Nom (+nom de jeune fille)			
Prénom			
Date et lieu de naissance	Le / / à	Le / / à	
Lien avec l'enfant			
Situation familiale	Célibataire <input type="checkbox"/> Marié(e) <input type="checkbox"/> Concubin(e) <input type="checkbox"/> Divorcé(e) <input type="checkbox"/> Pacsé(e) <input type="checkbox"/> Séparé(e) <input type="checkbox"/> Veuf(ve) <input type="checkbox"/>	Célibataire <input type="checkbox"/> Marié(e) <input type="checkbox"/> Concubin(e) <input type="checkbox"/> Divorcé(e) <input type="checkbox"/> Pacsé(e) <input type="checkbox"/> Séparé(e) <input type="checkbox"/> Veuf(ve) <input type="checkbox"/>	
Adresse	Adresse : Code postal : Ville :	Adresse : Code postal : Ville :	
Adresse mail			
Téléphone domicile			
Téléphone portable			
Profession			
Employeur			
Adresse de l'employeur	Adresse : Code postal : Ville :	Adresse : Code postal : Ville :	
Téléphone professionnel		N° de poste :	N° de poste :
Nom et N° allocataire CAF * (de rattachement de l'enfant)			
En cas de séparation	<input type="checkbox"/> Résidence principale chez le représentant 1 <input type="checkbox"/> Résidence principale chez le représentant 2 Un jugement a-t-il été prononcé ? oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Résidence en garde alternée		
RENSEIGNEMENTS MEDICAUX DE L'ENFANT			
Votre enfant a-t-il : une maladie chronique (asthme, diabète, maladie orpheline, etc. ...) nécessitant une prise en charge particulière ? une allergie alimentaire (laitages, arachide, volaille, fruits rouges, etc. ...) nécessitant une prise en charge particulière ?			oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>

Si oui, pour son bien-être, un **Projet d'Accueil Individualisé (P.A.I.)** :

⇒ a-t-il été établi ? oui non

⇒ doit-il être mis en place ? oui non

Le P.A.I. est un document qui permet de préciser les adaptations thérapeutiques à apporter à la vie de l'enfant en collectivité, s'il est atteint de troubles de la santé comme une pathologie chronique, des allergies ou une intolérance alimentaire. Il doit être signé sous la responsabilité du médecin scolaire, entre les parents, la direction de l'école et Bayeux Intercom. Merci de bien vouloir nous contacter.

Recommandations utiles en lien avec la santé de l'enfant (lunettes de vue, appareils auditifs, traitement orthodontique...) :

Attention : Aucun traitement ne pourra être donné à l'enfant sans ordonnance récente.

VACCINS OBLIGATOIRES (date de la dernière injection)

D.T.P.	----/----/----	R.O.R.	----/----/----
Coqueluche	----/----/----	B.C.G (recommandé)	----/----/----
Méningocoque	----/----/----	Hépatite B	----/----/----
Pneumocoque	----/----/----	Infection à Haemophilus influenzae b	----/----/----

PERSONNES A CONTACTER EN CAS D'URGENCE ET/OU AUTORISEES A RECUPERER L'ENFANT

(autres que les parents)

	Contact 1		Contact 2		Contact 3	
Nom et Prénom						
Lien avec l'enfant						
Adresse						
Téléphone domicile						
Téléphone portable						
A appeler en cas d'urgence	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>
Autorisé à récupérer l'enfant	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>	oui <input type="checkbox"/>	non <input type="checkbox"/>

PERSONNE(S) INTERDITE(S) DE CONTACT AVEC L'ENFANT

Merci de joindre la décision de justice

Nom et Prénom	
Nom et Prénom	

AUTORISATIONS PARENTALES

Nous soussignés, Monsieur et/ou Madame

<input type="checkbox"/> Autorisons / <input type="checkbox"/> N'autorisons pas	la structure (Bayeux Intercom ou Ville de Bayeux) à prendre toutes mesures d'urgence
<input type="checkbox"/> Autorisons / <input type="checkbox"/> N'autorisons pas	l'hospitalisation et l'anesthésie de notre enfant si nécessaire
<input type="checkbox"/> Autorisons / <input type="checkbox"/> N'autorisons pas	la structure (Bayeux Intercom ou Ville de Bayeux) à prendre des photographies ou vidéos de notre enfant et à les diffuser dans les documents municipaux et intercommunaux (bulletins, site internet, réseaux sociaux, plaquette d'information, ENT...)
<input type="checkbox"/> Autorisons / <input type="checkbox"/> N'autorisons pas	la CDC Bayeux Intercom ou la Ville de Bayeux à recueillir des informations me concernant auprès de la Caisse d'Allocations Familiales, dont mes ressources, afin de vérifier mon éligibilité aux tarifications spéciales et de simplifier mes démarches. (Dans le cas d'un refus de votre part, afin d'appliquer la tarification modulée, vous devrez obligatoirement fournir un justificatif de la CAF du Calvados.)

En cas de maladie ou d'accident, l'enfant est orienté et transporté par les services de secours d'urgence qui déterminent le lieu d'hospitalisation. La famille est immédiatement avertie par nos soins.

DOCUMENTS A FOURNIR OBLIGATOIREMENT AVEC LA FICHE DE RENSEIGNEMENTS

Justificatif de domicile < 3 mois

Extrait du livret de famille

Fait à, le

Signature du/des représentants légaux

Les informations contenues dans le présent document ne seront utilisées que pour les nécessités de la gestion et pourront donner lieu à exercice du droit individuel d'accès, dans les conditions prévues par la délibération n° 80 du 1/4/89 de la Commission Nationale Informatique et Libertés.

Pour toute demande de renseignements, vous pouvez contacter :
Mairie de Bayeux - Service Sports et Jeunesse
02.31.51.60.65 / 3dix-huit@mairie-bayeux.fr

A conserver par l'équipe

Equipement général pour chaque raideur

- Une tente 3 places*
- Un casque rigide
- Un maillot de bain
- Deux serviettes de bain
- Un grand et un petit sac à dos
- Tenues de rechange complètes
- Chaussures de sport
- Une casquette
- Un duvet
- Un tapis de sol
- Une lampe de poche par équipe
- Un vêtement de pluie
- Chaussettes hautes / manchons / guêtres
(Protection des tibias pour les courses tout terrain)
- Une tenue chaude
- Une assiette et des couverts
- Un bol et un gobelet
- Une combinaison courte ou un T-shirt top lycra
- Une chambre à air
- Crème solaire
- Un antivol par équipe
- Des chaussons nautiques ou vieilles chaussures pour les épreuves aquatiques.
- Une montre ou un chronomètre par équipe
(Ne peut être remplacé par un téléphone)

**en cas de difficulté à avoir votre propre tente, adressez-vous au 3 DIX-HUIT.*

- **Tests de natation centre aquatique Auréo** (spécifique au Raid du Bessin : natation & test anti panique)
Il est fortement conseillé de téléphoner avant afin de confirmer la disponibilité des agents.
Téléphone Auréo : 02 31 92 07 64
- **Certificats médicaux (originaux) de non contre-indication à la pratique sportive et aux activités de pleine nature de moins d'un an.**
- **Date limite de retour des dossiers : le 14 juin 2024**
- **Réunion d'information le 16 mai à 18h00 au 3 DIX-HUIT**

VTT :

- 1 VTT révisé avec éclairage et non motorisé
- 1 casque aux normes CE
- 1 chambre à air de rechange

Le GPS est interdit. L'utilisation de ce type de matériel entrainera la disqualification de l'équipe.

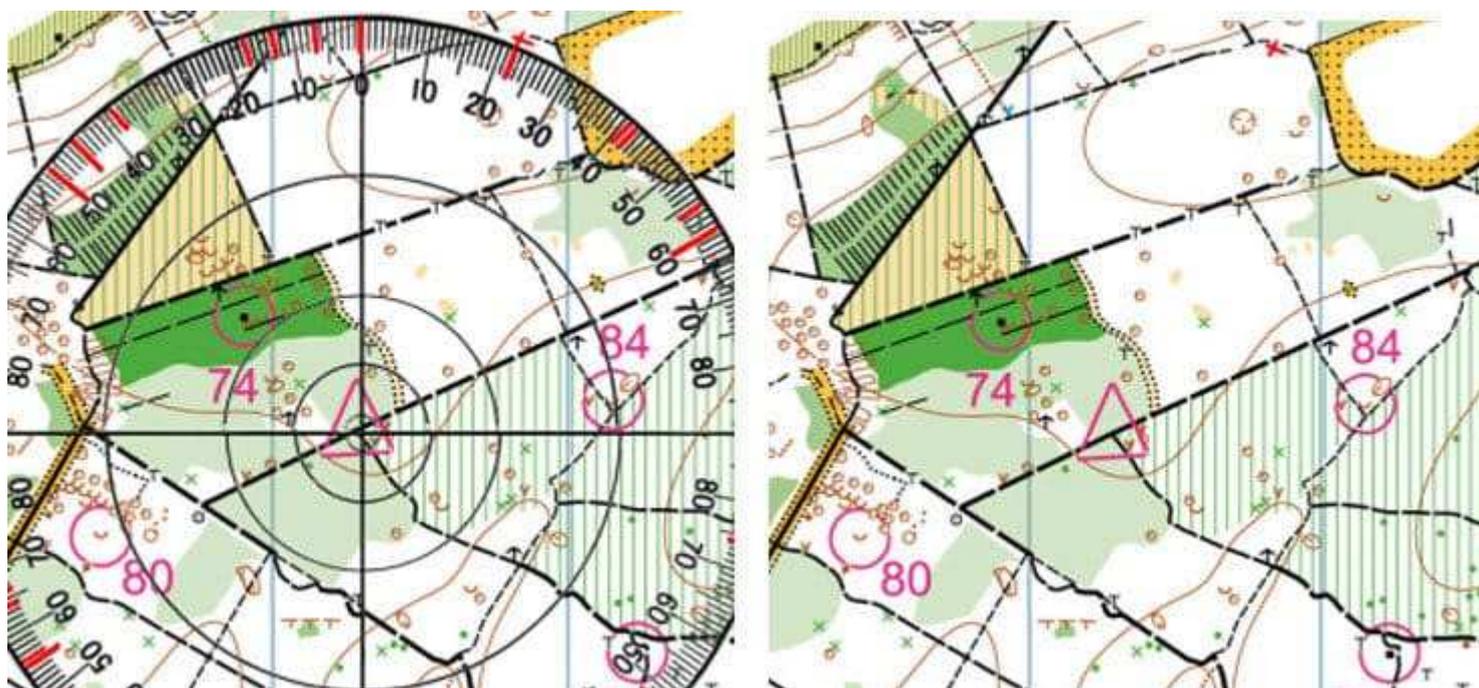


Prévoir un pique-nique pour le midi du mardi 9 juillet.

- Rendez-vous le **mardi 9 juillet à 8h00 au stade Henry Jeanne**, Rond-Point Vaucelles, Bayeux.
- Retour prévu le **vendredi 12 juillet entre 16h00/16h30 au stade Henry Jeanne**, Rond-Point Vaucelles, 14400 Bayeux.

Tracer un azimut avec un rapporteur d'angle et une règle

En course d'orientation ou en raid multisports, il faut souvent s'attendre à **tracer des azimuts**. Trouver l'emplacement d'une balise à partir d'un azimut et d'une distance, c'est facile et ultra rapide avec une règle et un rapporteur. Que ce soit sur une **carte de course d'orientation** (IOF) ou une **carte IGN**, la méthode est la même, seules les échelles vont changer. L'azimut est l'angle que fait la direction de marche avec le Nord. Par exemple, azimut 0° : c'est plein nord ! Suivant cette logique, azimut 90° , c'est, c'est ? C'est plein-est. Il est donc facile de placer un point à l'azimut 0° , 90° , 180° (plein sud) ou 270° (plein ouest). C'est plus difficile à faire sans matériel pour un azimut 163° ! Vous pouvez donc **utiliser le rapporteur et la règle pour reporter vos postes**. En général, on vous donne l'azimut et la distance à reporter sur la carte (mais voici un exercice d'**Azimut Distance** sans carte).



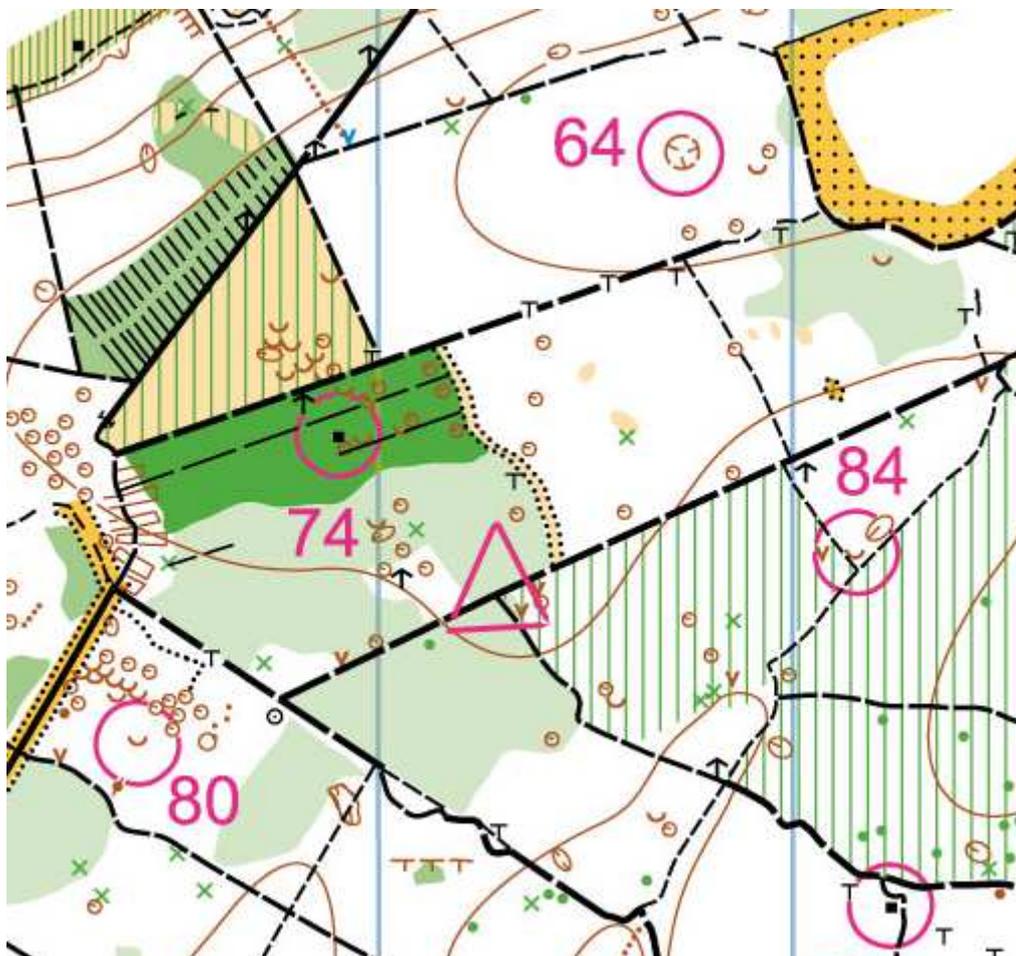
Exemple : La balise 64 n'est pas imprimée sur la carte, il faut la tracer : à partir du triangle de départ, Azimut 22° , 853 mètres.

1- Placez le centre du rapporteur sur le centre du point de repère (le point à partir duquel vous tracez l'azimut, c'est-à-dire le triangle de départ, placé à un croisement de chemins). L'angle zéro doit être aligné au nord de la carte. Mesurez un angle de 22 degrés et faire un point de repère sur la carte



2- Prenez la règle. La carte est au 1/10.000e, donc 1cm = 100m. Il faut faire une rapide règle de trois pour convertir en centimètre sur la carte la distance réelle donnée en mètres. Si 1cm sur la carte = 100 m sur le terrain, ce qu'on cherche = $853 * 1 / 100$, soit 8.53cm. Donc il faut placer le point sur la droite [triangle-croix rouge] précédemment à 8.53cm.

La balise 64 se trouve donc dans la dépression !



Les Bons réflexes Pour rouler en groupe !



Savoir rouler en groupe

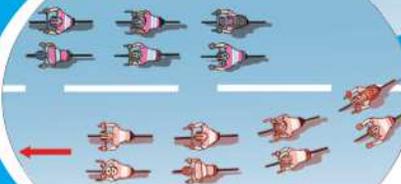
Rouler à deux de front est autorisé, mais le passage en simple file s'impose :

- à la tombée de la nuit ou par manque de visibilité,
- lorsqu'un véhicule voulant dépasser annonce son approche,
- quand les conditions de circulation l'exigent.



“ Scindez-vous en sous-groupes
de 4 à 8 cyclistes.

Laissez la place pour 2 voitures
entre chaque groupe ”



“ N'oubliez pas
de prévenir
en cas de ralentissement ”

Se Positionner Dans le groupe



“ La bonne distance de sécurité entre chaque cycliste correspond à l'espace d'un demi-vélo... Pensez-y ! ”



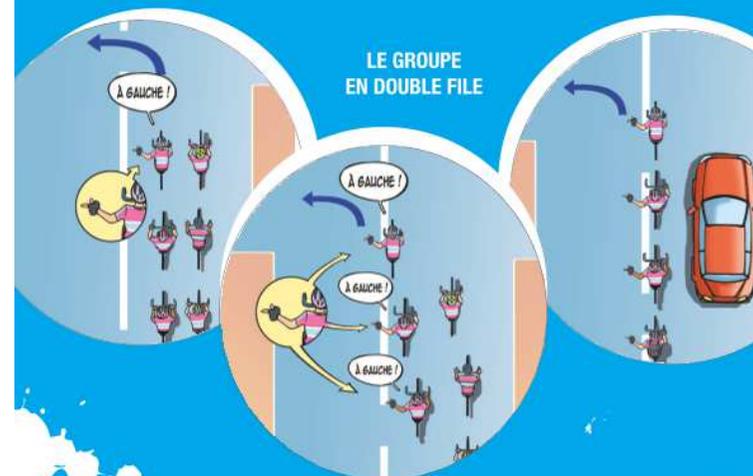
70 % Des chutes Proviennent
D'un manque de vigilance
dans le groupe !

3

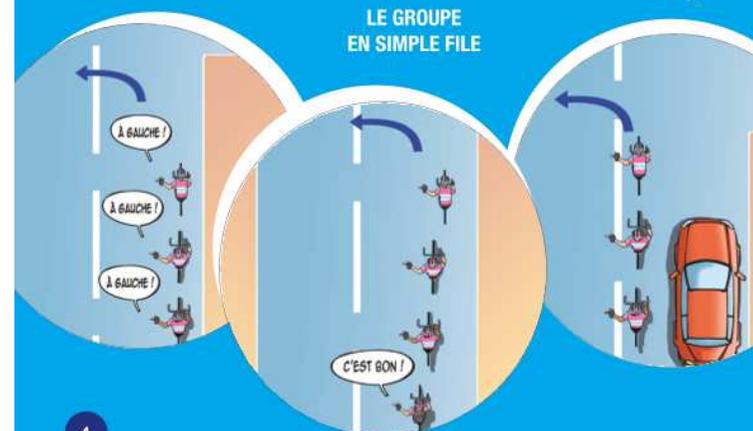
APPLIQUER LE VERBAL ET LA GESTUELLE

En situation De “ TOURNER À GAUCHE ”

Le 1^{er} de la file tend le bras et crie « À gauche ! ». Les suivants passent le message. Après un coup d'œil en arrière, le groupe se déporte à gauche, tout en laissant la voie libre sur la droite pour les voitures.



LE GROUPE
EN DOUBLE FILE

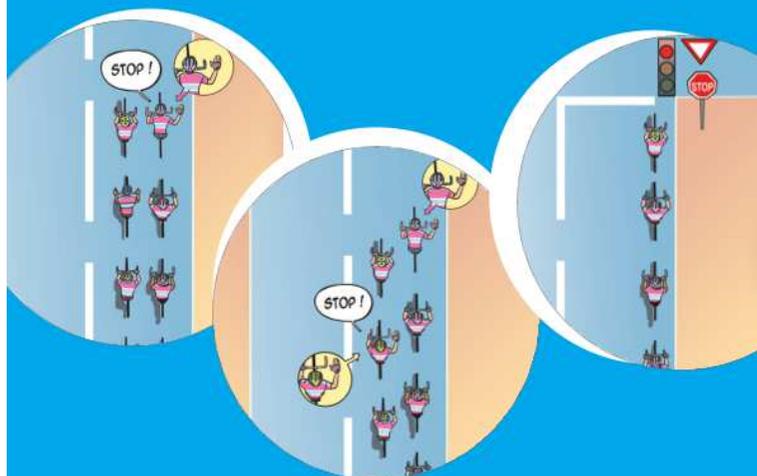


LE GROUPE
EN SIMPLE FILE

4

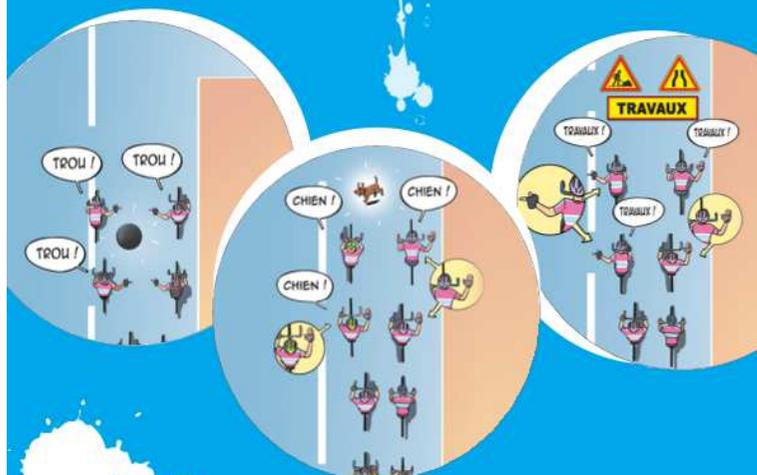
AU STOP, CÉDEZ LE PASSAGE, FEU ORANGE, FEU ROUGE

Le 1^{er} de la file lève le bras et crie « Stop ! ». Les suivants passent le message. Tous s'arrêtent sur la chaussée en file.



LORS DE TRAVERSÉES INATTENDUES OU DE TRAVAUX

Des travaux, un chien qui traverse, un trou dans la chaussée : levez le bras du côté du danger.



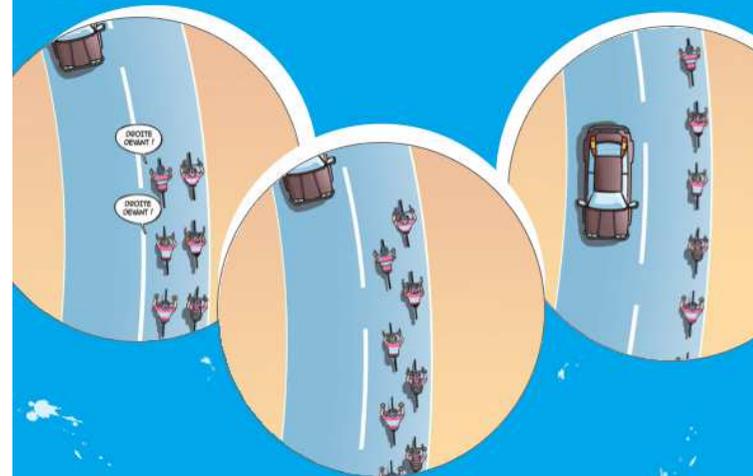
Il suffit d'un simple geste, d'une parole
pour qu'une chute ou un accident soit évité !

5

QUAND LE DANGER VIENT DE DEVANT EN FONCTION DU PROFIL DE LA ROUTE

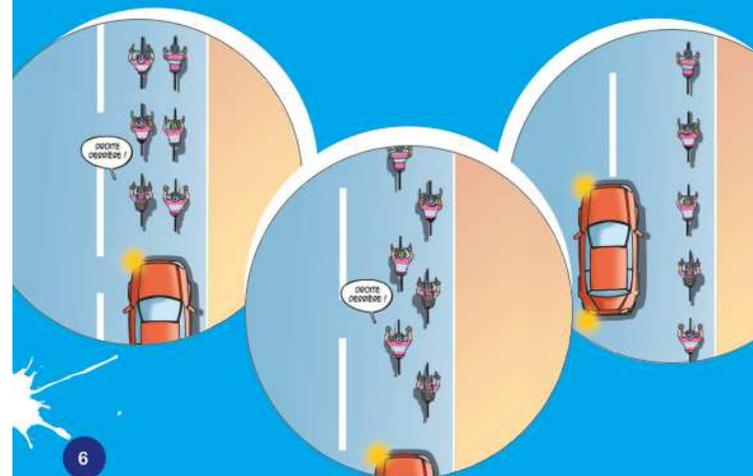
(route étroite, manque de visibilité, circulation importante...)

Le 1^{er} qui entend ou voit un obstacle crie « Droite devant ! ». Il fait passer le message au suivant. Le groupe se met sur une file. La file de gauche ralentit. La file de droite avance et laisse un espace. La file de gauche peut ainsi s'intercaler.



QUAND LE DANGER VIENT DE DERRIÈRE

Le 1^{er} qui entend ou voit un obstacle crie « Droite derrière ! ». Le groupe se met sur une file. La file de gauche avance. La file de droite ralentit et laisse un espace. La file de gauche peut s'intercaler.



6

LA SÉCURITÉ, C'EST VOTRE PRIORITÉ !

Pour une pratique durable
et pour un comportement citoyen :

- respectez le Code de la route,
- respectez les autres usagers,
- respectez l'environnement,
- respectez les consignes de l'organisateur.

RAPPEL !

Aucun arrêt sur la chaussée, toujours sur le côté de la route.



Fédération française de cyclotourisme

12, rue Louis Bertrand - CS 80045 - 94207 Ivry-sur-Seine Cedex

Tél. : 01 56 20 88 88 - Fax : 01 56 20 88 99

www.ffct.org - info@ffct.org

Métro ligne 7, station Pierre & Marie Curie



**SÉCURITÉ ROUTIÈRE
TOUS RESPONSABLES**