



+
TOUQUET
RAID
PAS DE CALAIS

RAID ADULTES

RAID JEUNES

RAID FAMILLE

Roadbook Compétiteurs
2023

+ #TOUQUETRAID
CETTE ANNÉE

1^{er} AVRIL
2023

WWW.TOUQUETRAID.COM

NOUVELLE FORMULE D'UNE JOURNÉE



62520, Le Touquet Paris Plage

RAID Adulte : De 13h30 à 19h30

Trail 11km, VTT 16km, Orientation, Bike & Run 11km, Roller 7km

RAID Jeunes / Famille : De 10h00 à 12h00

Trail 4,5km, VTT 10km, Orientation 5km, Roller 7km



Présentation



Un road book à quoi ça sert?

Un road book est un outil essentiel au coureur ou bien même au spectateur !

Avec lui, vous disposez des informations nécessaires, celles que vous connaissez certainement déjà mais aussi celles que nous venons d'actualiser (problème météorologique, changement d'itinéraire de parcours, danger particulier, ...).

Sans ce magnifique outil, la course devient tout de suite plus dure à suivre et puis bon... entre nous... avec ce dernier, difficile de ne pas être au courant des actualités. Si on a pris du temps à le faire... c'est qu'il est utile !

Le Touquet Raid Pas de Calais 2023

Comme chaque année, Karine Baillet et toute son équipe seront à l'organisation de cette compétition pour le plus grand plaisir de tous! En plus d'être un événement fédérateur et convivial, les parcours s'annoncent techniques et physiques dans un cadre naturel et exceptionnel. Toutes les arrivées et remise de dossards se feront au niveau de l'hippodrome du Touquet!



Programme du week-end

Samedi 1 Avril

Raid Ado/ Famille:

De 8H00 à 09h30 : Retrait des dossards du Raid Ado / Famille

09H30 : Briefing et remise des cartes Hippodrome du Touquet

10H00 : Départ du Raid Ado / Famille Font de mer - Trail

12H00 : Arrivée maximum à l'hippodrome

13h00 : Remise des prix

Raid Adulte:

De 11H00 à 13H00 : Remise des dossards du raid adulte Hippodrome

13H00 : Remise des cartes et briefing Hippodrome

13H30 : Départ du Raid Adulte Font de mer - Trail

19H30 : Arrivée maximum avec repas chaud et animations musicales Hippodrome. Repas servi à partir de 19h.

20H00 : Remise des prix

19H00 à 22H00: Restauration et Concert



Retrait de dossard / Vérification du matériel

PROCESSUS

- ÉTAPE 1:
REPÉRER SON NUMÉRO D'ÉQUIPE SUR LES LISTINGS
- ÉTAPE 2:
RÉCUPÉRER VOTRE VTT DE LOCATION SI BESOIN
- ÉTAPE 3:
FAITES VÉRIFIER VOTRE MATÉRIEL ET LE DÉPOSER ENSUITE AU PARC VTT
- ÉTAPE 4:
ALLER CHERCHER VOTRE DOSSARD ET LOT D'ACCUEIL
- ÉTAPE 5:
RÉCUPÉRER VOTRE PUCE DE CHRONOMÉTRAGE
- ÉTAPE 6:
NUMÉROTÉ VTT/ROLLER /CASQUE

CERTIFICAT MÉDICAL & LICENCES

Si vous ne nous avez pas encore fourni votre certificat médical, c'est le moment de le sortir ! Pour rappel, « Toute participation à une compétition est soumise à la présentation obligatoire par les participants à l'organisateur :

- d'une licence Triathlon Compétition en cours de validité à la date de la manifestation.
- ou d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition, datant de moins de un an à la date de la compétition, ou de sa copie.

Aucun autre document ne peut être accepté pour attester de la possession du certificat médical

PACK DE DÉPART



DOSSARD



PORTE DOSSARD



TOUR DE COU



ECOCUP POUR VOTRE COURSE

Programme Course ado/famille

Samedi 1 avril

8h00-9h30 : **HIPPODROME** - Remise **des dossards**, vérification de votre **matériel obligatoire**

- 1) Repérez votre **numéro** de dossard dans la liste affichée sur les panneaux ou sur le site internet
- 2) Allez faire vérifier votre **matériel obligatoire**: par concurrent : 1 VTT (VTT électrique interdit) avec casque, un vêtement de pluie dans le sac à dos ou sur soi durant toute la course, une gourde (remplie), un ravitaillement pour (barres énergétiques...), une couverture de survie, un sifflet / par équipe : un téléphone portable. La trottinette ne doit pas être électrique si vous réalisez cette activité.
- 3) Déposez l'ensemble de votre matériel dans le parc prévu à cet effet (VTT, roller, ...) et sur le numéro de votre équipe. Départ en trail de la plage.
- 4) Allez chercher votre dossard et vos lots d'accueil grâce au carton remis au point 2
- 5) Etiquetez votre matériel avec les étiquettes données avec votre dossard

Vous retrouverez sur les changements d'activité le parc VTT dans lequel sera entreposé l'ensemble de vos affaires.

9h30-10h00 : Briefing à l'hippodrome et déplacement vers le départ.

10h00-12h00 : Course **ado/famille – 22km**

Trail 4,5km

Puis boucles aux choix

Orientation 3km

VTT 11km

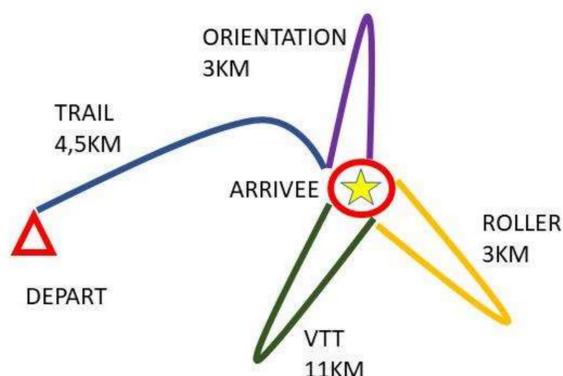
Roller 3km

13h00 : Remise des prix course **ado/famille** – Car podium - Hippodrome

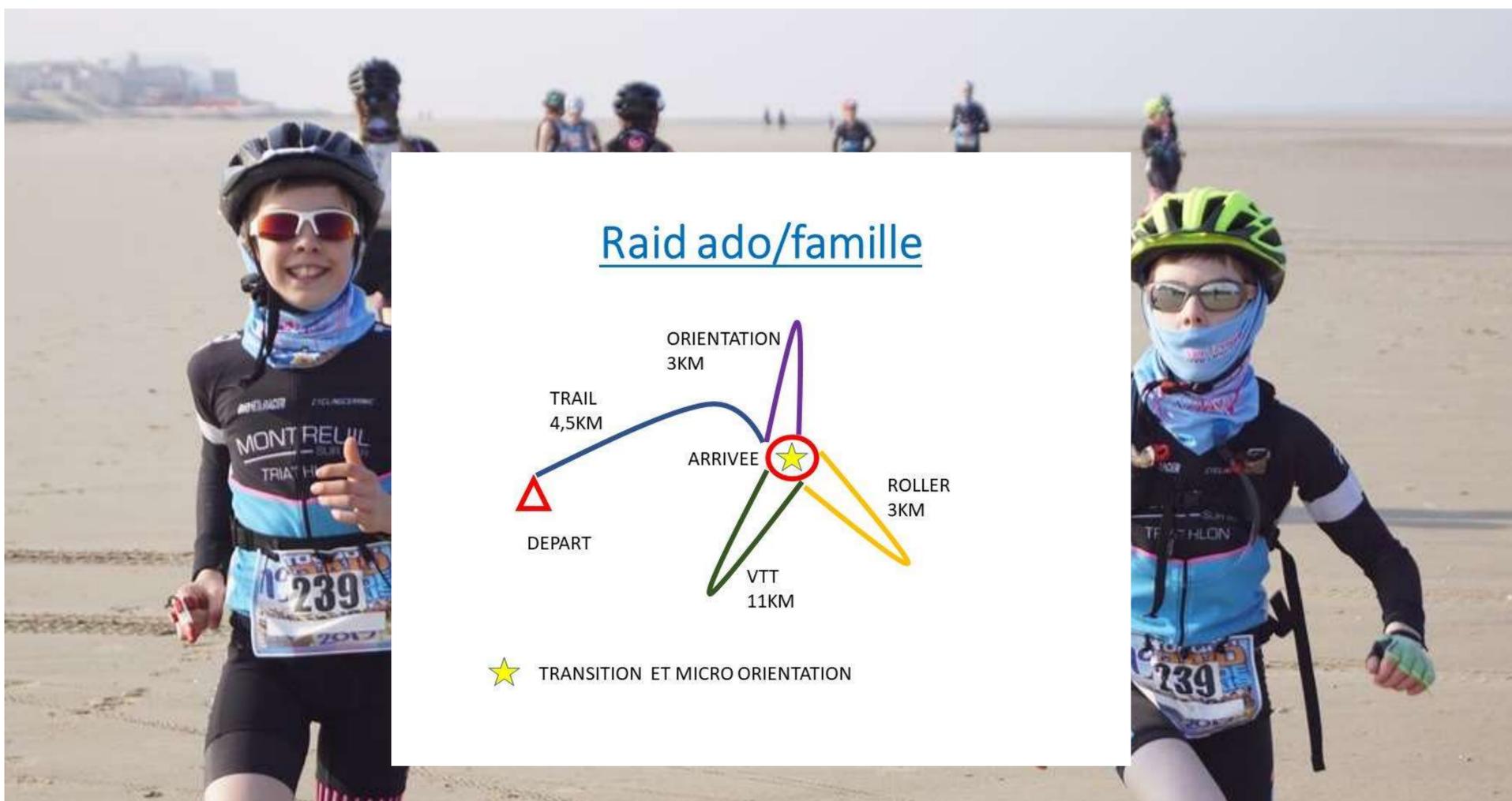
Catégories récompensées:

Les 3 premiers des catégories 10-13 ans / 14-17 ans et Famille (hommes / femmes et mixtes)

Raid ado/famille



★ TRANSITION ET MICRO ORIENTATION



Programme Course adulte

Samedi 1 avril

11h00-13h00 : **HIPPODROME** - Remise **des dossards**, vérification de votre **matériel obligatoire**

- 1) Repérez votre **numéro** de dossard dans la liste affichée sur les panneaux ou sur le site internet
- 2) Allez faire vérifier votre **matériel obligatoire**: par concurrent : 1 VTT (VTT électrique interdit) avec casque, un vêtement de pluie dans le sac à dos ou sur soi durant toute la course, une gourde (remplie), un ravitaillement pour la course (barres énergétiques...), une couverture de survie, un sifflet / Par équipe : un téléphone portable, un compteur vélo. Conseillé: un gilet jaune. La trottinette ne doit pas être électrique si vous réalisez cette activité et ne doit pas être « tout terrain ».
- 3) Déposez l'ensemble de votre matériel dans le parc prévu à cet effet (VTT, roller, ...) et sur le numéro de votre équipe. Départ en trail de la plage.
- 4) Allez chercher votre dossard et vos lots d'accueil grâce au carton remis au point 2
- 5) Etiquetez votre matériel avec les étiquettes données avec votre dossard

Vous retrouverez sur les changements d'activité le parc VTT dans lequel sera entreposé l'ensemble de vos affaires.

13h00-13h30 : **Briefing** à l'hippodrome et déplacement vers le départ

13h30-19h30 : **Course Adulte – 51,5km/58,5km**

Trail 10,5km

Puis boucles aux choix:

Orientation 7km

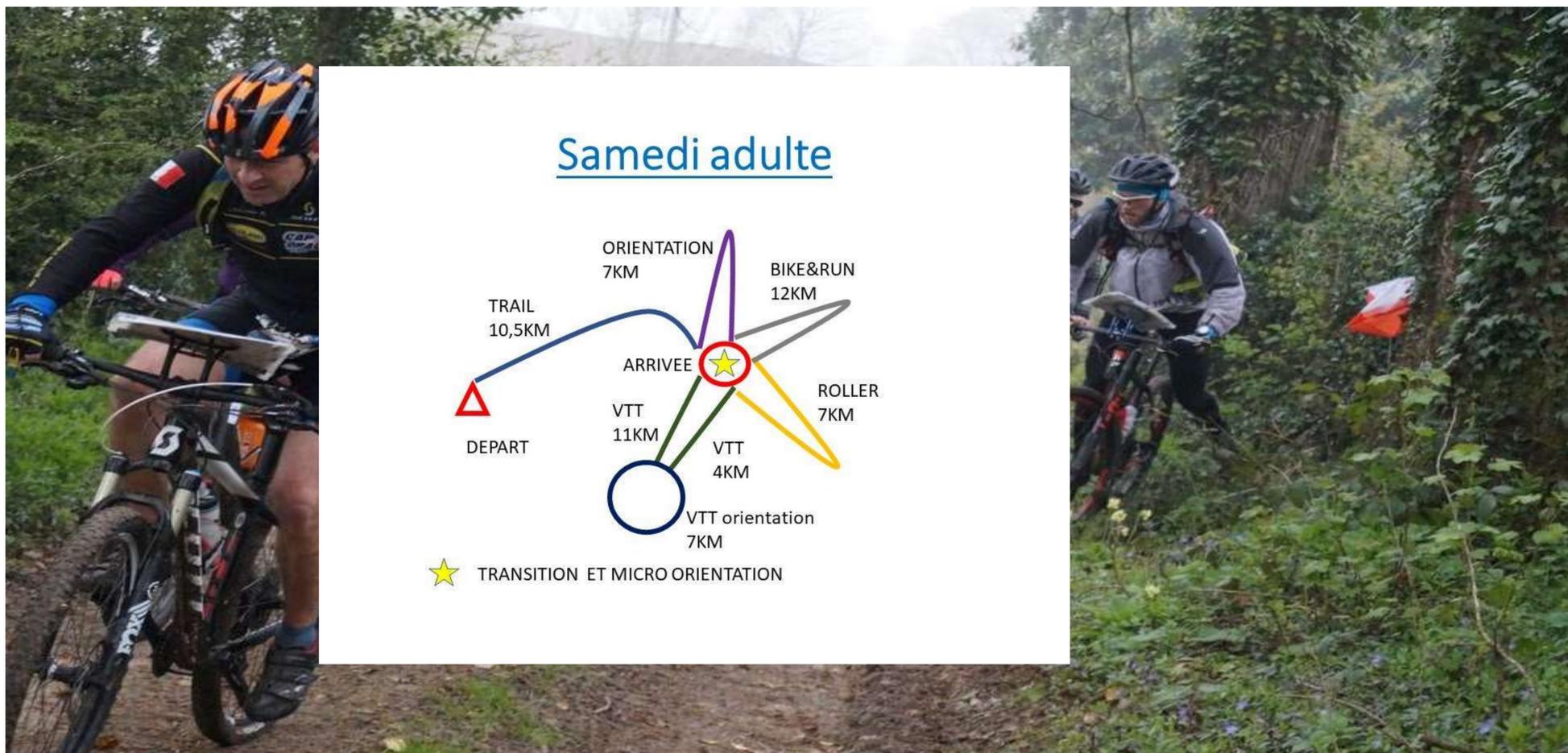
Bike&run 12km

Roller 7 km

VTT entrecoupée d'une VTT'Orientation entre 15km et 22km

20h00: Remise des prix au car podium - l'Hippodrome

19h00 à 22h00: Restauration et concert



Animations tous publics / Soirée

ANIMATIONS TOUS PUBLICS:

- 10h00-17h00 - Enfant 3-10 ans: Structure gonflable, trampolines.

ANIMATIONS GRATUITES – INSCRIPTION SUR PLACE

En collaboration avec OJEM

- 19h00-22h00: Repas chaud et concert pour les compétiteurs sur présentation du dossard.

Repas et soirée **offerts** pour les compétiteurs.

Pour les accompagnants ou personne extérieure: **15€** pour le repas et l'animation musicale

Inscription par mail à contact@touquetraid.com afin de recevoir les modalités de règlement.



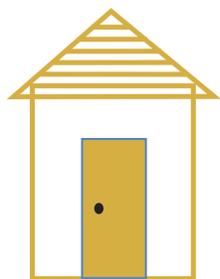
Services - Hippodrome



RAVITAILLEMENT



CONSEILS, QUESTIONS,
INFORMATIONS



WC



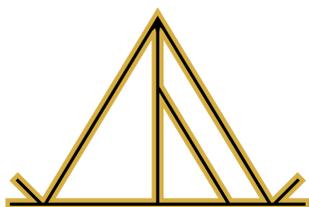
INFIRMERIE
KINES



DOUCHES
VESTIAIRES
(ÉGALEMENT AU CENTRE SPORTIF
FERDI PETIT PARKING DES 4 SAISONS)



REMISE
DES PRIX



BIVOUAC

Plan de l'Hippodrome



Espace de Bivouac



Retrait des dossards



Espace de Repas



Kinésithérapeutes



Infirmierie



Remise des puces chrono



Point d'Information

Rappel

ROLLER - L'épreuve roller n'est pas obligatoire. Cette section peut être réalisée de plusieurs façons:

- les 2 équipiers à roller (bonus +10mn)
- 1 à roller et l'autre à trottinette (pas de bonus)
- les 2 en trottinette (pas de bonus)
- les 2 en course à pied (pas de bonus)
- La section peut également être "shuntée" (pénalité correspondante à la balise non pointée)

VESTIARES - L'organisation met à disposition des compétiteurs un espace près des arcades de l'Hippodrome avec accès aux douches et sanitaires ainsi qu'au centre sportif des 4 saisons.

LOCATION VTT – Un service de location de VTT avec casque vous est proposé moyennant une participation de 30€ pour l'ensemble du Raid. Vous récupérez votre location avant la vérification du matériel et vous redéposez votre location le samedi après la course. Réservation obligatoire.

PARC VTT – Il n'est accessible qu'aux compétiteurs. Respectez bien votre place numérotée correspondant à votre numéro de dossard. Respectez également l'entrée et la sortie afin de limiter les risques de collisions.

CAUTION PUCE – Merci de nous envoyer votre chèque de caution pour la puce de chronométrage (60€ à l'ordre de l'association Touquet Raid). Elle n'est pas encaissée. Adresse: Association Touquet Raid Centre d'affaires du Touquet 62520 Le Touquet. Idem pour les location de VTT pour un montant de 250€ (non encaissé).

RAVITAILLEMENT – Un ecocup vous sera offert avec votre sac d'accueil. Aucun gobelet plastique ne vous sera fourni pendant la course.

BIVOUAC – Le bivouac sera possible sur le site de l'hippodrome à l'endroit dédié le vendredi et le samedi soir. Des sanitaires et vestiaires seront à disposition des personnes qui bivouaqueront. L'organisation ne fournit que l'emplacement. L'équipe doit rapporter son matériel (tente, ...).



Environnement

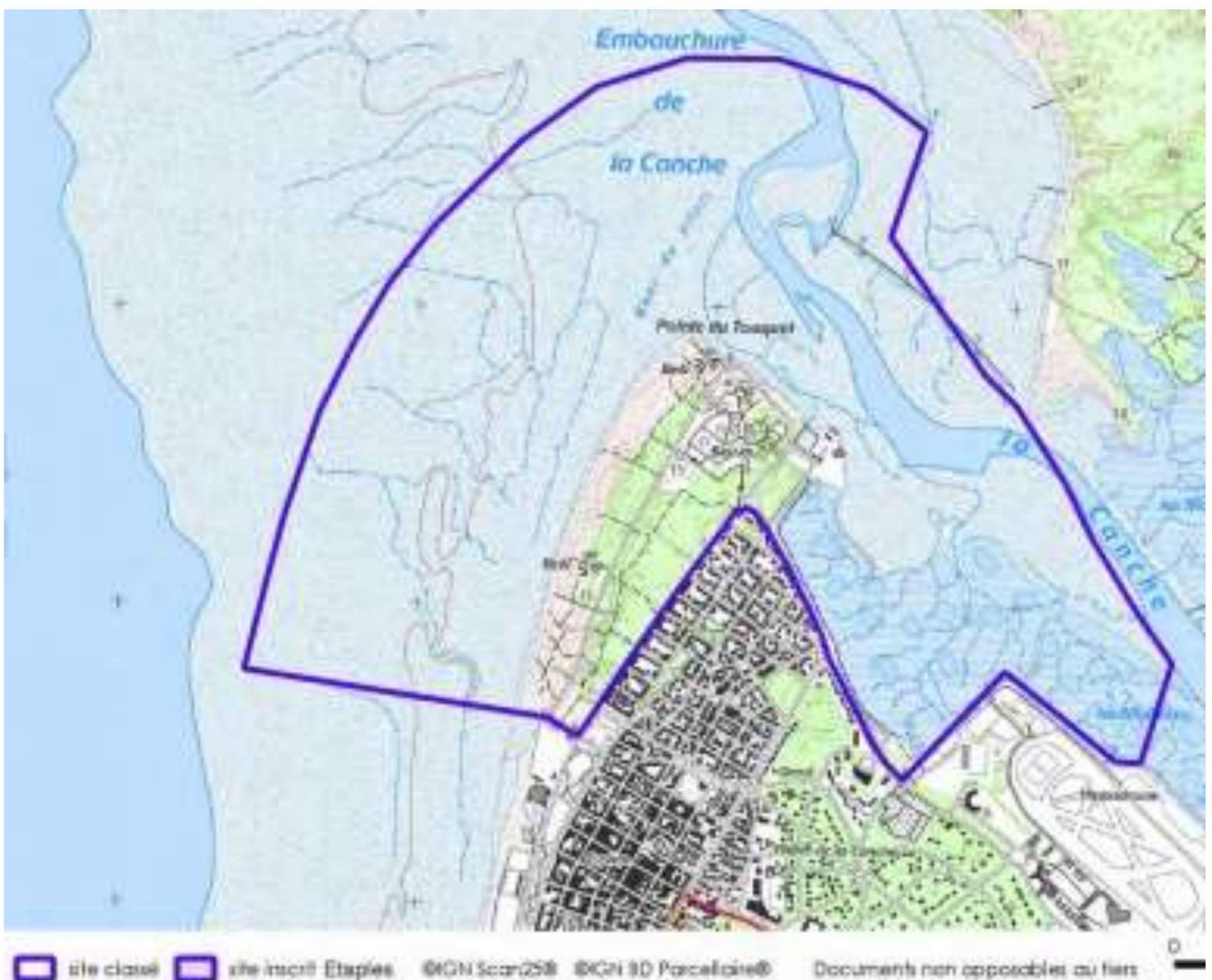
Merci de faire attention

Lors de votre course le samedi vous évoluerez sur plusieurs zones protégées dont la pointe Nord du Touquet, des territoires du conservatoires du littoral, des zones Natura2000.

Ces zones sont à respecter et il n'est en aucun cas possible d'y laisser d'éventuels déchets ou encore de sortir du tracé. Des signaleurs seront présents sur le parcours pour vérifier le bon déroulement des consignes. Si celles-ci ne sont pas respectées des sanctions de mise hors course et de disqualification interviendraient.

Vous trouverez toutes les informations concernant la zone protégée sur le site de la DREAL des Hauts-de-France: www.hauts-de-france.developpement-durable.gouv.fr/

Ces informations vous seront rappelées lors du briefing et seront affichées sur le site de course.

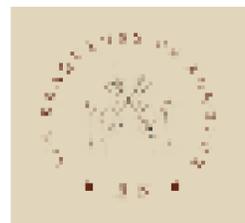


Partenaires

Publics



Privés



Médias



Offres spéciales Touquet Raid Pas-de-Calais
Bienvenue chez Sophie !



1 baguette
Sophie

OFFERTE !



Offre valable sur présentation
de ce coupon, sans obligation
d'achat.
Valable jusqu'au 4/04/2022

2 pizzas
Sophie
au choix

10€



Offre valable sur présentation
de ce coupon.
Valable jusqu'au 4/04/2022



Cucq
490 Av de l'Europe
09 77 36 69 62



Etaples
1 boulevard Billiet
03 21 84 51 03

**En continu
de
6h30 à 20h**



www.sophie-lebreuilly.com

1 BURGER OFFERT* POUR L'ACHAT D'UN MENU POUR TOUS LES PARTICIPANTS DU TOUQUET RAID



Non, vous ne voyez pas double.

Berck : RCS BOULOGNE-SUR-MER 618 789 794 - Boulogne Saint-Martin : RCS BOULOGNE-SUR-MER 618 919 243

*Burger identique à celui du menu acheté sur présentation du dossard de participation au Trail D2B. Offre valable jusqu'au 30/06/2022 dans les Burger King® de Boulogne Saint-Martin, Amiens, Abbeville, Berck et Mers-les-Bains. Non cumulable avec d'autres offres en cours. Aux bornes, choisir paiement en caisse pour appliquer la promotion.



Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas. www.mangerbouger.com

BURGER KING® AMIENS, ABBEVILLE, BERCK, BOULOGNE-SAINT-MARTIN ET MERS-LES-BAINS

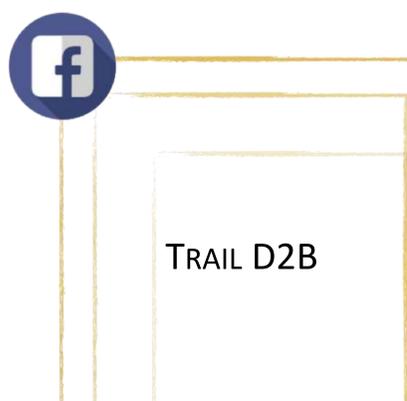
Contacts

Une question ?

Avant / pendant / après - Que vous ayez une question, un doute ou juste envie de partager une information avec nous, vous pouvez nous joindre par téléphone, email ou via les réseaux sociaux.



Sur les réseaux sociaux



Le numéro à retenir
06 24 14 32 56