

## «12 LACS INFOS J-30»

Avril 2017

*Le jeudi 30 mars, il restera 30 jours pour se préparer pour la 12<sup>ème</sup> édition du Raid des 12 Lacs. Vous trouverez dans ce 12 lacs infos, les dernières informations pour vous lancer dans l'aventure*

### **2 formules :**

Le raid classic : 12h00 de raid avec une pause de 1h30 pour manger

Le raid light : 6h40 de raid avec une pause de 1h30 pour manger

### **Les questions les plus posées depuis 15 jours :**

**Matériel obligatoire pour chaque équipier :** 1 VTT en état, 1 éclairage VTT arrière (pour le raid classic), 1 casque, des barres énergétiques, 1 gourde ou bidon, 1 trousse de secours, 1 kit de réparation VTT, un compteur vélo ou GPS, une lampe frontale pour la C.O. de nuit, un téléphone portable. 1 stylo, 1 boussole, 1 règle (pour les azimuts sur le raid classic)

**Matériel conseillé:** une plaque VTT pour poser le Road Book

### **Qu'est ce qui est compris dans l'inscription ?**

**Raid Classic :** l'organisation, les cartes, les canoës, le repas du soir, la soupe à l'oignon, le brunch, des ravitaillements.

**Raid light :** la même chose hormis le brunch du dimanche matin

Le coût du brunch est de 7€ par personne.

### **Peut-on encore s'inscrire ?**

**Bien sûr,** avec l'ouverture d'une deuxième formule, le nombre d'équipe possible est de 120.

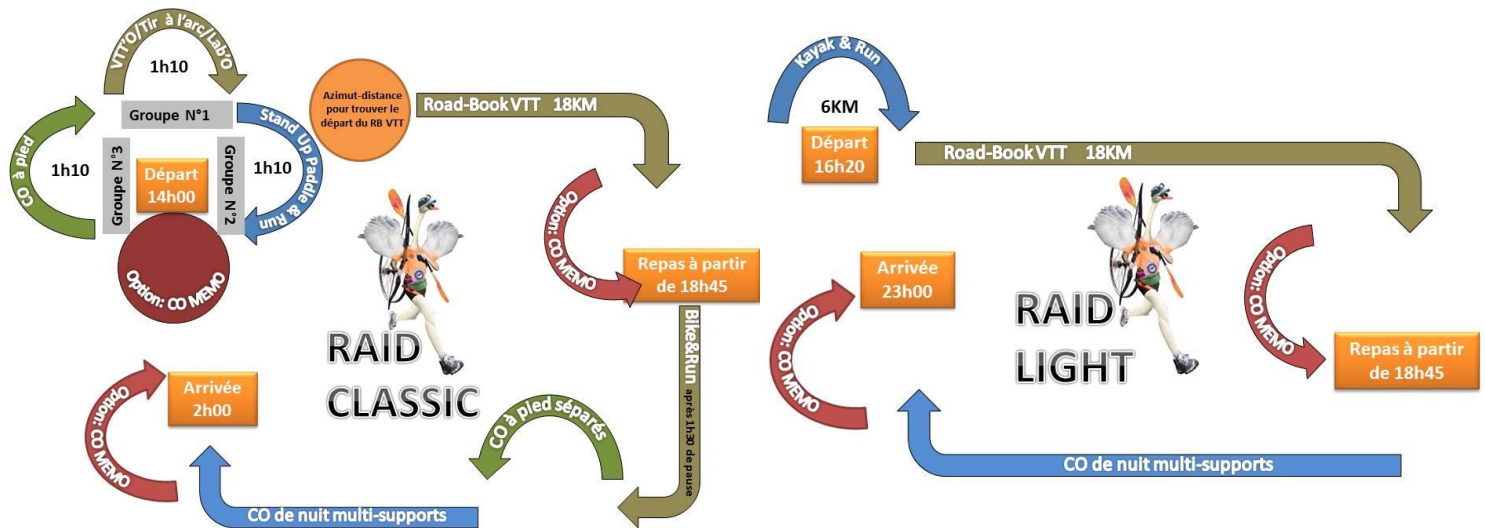
N'hésitez plus !

### **Doit-on être un spécialiste de la course d'orientation ?**

Pour les 2 raids, la course d'orientation étant au score, vous avez un temps maximum pour trouver les balises. Si vous vous « perdez » un peu, vous marquerez moins de point mais vous retrouverez toujours le lieu d'arrivée.

Si vous avez des appréhensions, nous vous conseillons le raid light qui ne comporte que l'épreuve en soirée en orientation.

Les résumés des 2 formules :



### Comment s'inscrire ?

Vous trouverez sur le site [www.evenements-ja.fr](http://www.evenements-ja.fr), une fiche d'inscription.



Proposera à tous les participants un bon de réduction sur une partie du magasin et toujours des articles pour vous préparer au mieux à la 12<sup>ème</sup> édition du raid des 12 lacs.

**facebook**

Vous pouvez également nous suivre sur la page facebook du raid des 12 lacs.

### Nos partenaires :

