

# Règlement RAC 2020 : RAC EXPERT : Le RACE

Du seul fait de son inscription, chaque concurrent s'engage à se soumettre sans condition au règlement suivant :

## **Article 1 : Organisation**

1.1 Le Raid Aventure Commentryen est organisé le lundi 1<sup>er</sup> juin 2020 par l'association CAP 03 affiliée à la Fédération Française de Triathlon.

1.2 Le RAC EXPERT (RACE) est un raid multisports d'une distance minimum de 55 km et maximum 100 km avec un dénivelé positif d'environ 2200 m à boucler en 9h00 maximum. **Il peut se courir au choix par équipe de 2, 3 ou 4 raiders toujours en course et sans assistance.** Il est composé des activités suivantes : VTT, Trail, Run and Bike, qui s'enchaîneront sous divers formats : orientation (carte IOF, cartes IGN retravaillées, ...), suivi d'itinéraire, road book, section fléchée, ...

1.3 Le RACE est ouvert à toutes les personnes bien entraînées et **nées jusqu'au 31 décembre 2002.**

1.4 L'organisateur se réserve le droit de modifier ce règlement ou d'annuler certains itinéraires si des cas de force majeure pouvaient mettre en danger l'intégrité physique des coureurs ou si l'équité de la course ne pouvait pas être respectée.

## **Article 2 : Inscription**

2.1 Les équipes (hommes, femmes ou mixtes) sont constituées de deux, trois ou quatre équipiers.

2.2 L'inscription de l'équipe se fait obligatoirement en ligne via le site de la FFTRI. Elle sera considérée comme définitive après validation de toutes les pièces du dossier d'inscription.

2.3 Le **capitaine** d'équipe est l'**interlocuteur unique** pour l'organisation.

2.4 Le droit d'inscription s'élève à 35.00€ par équipier, auxquels il faudra ajouter 2 euros (pass compétition FFTRI) pour tout coureur ne possédant pas de licence compétition FFTRI.

2.5 Majoration de 5,00€ par équipier à compter du 25 mai 2020.

2.6 Clôture des inscriptions le 29 mai 2020.

2.7 Pour les non licenciés FFTRI, la production d'un certificat médical original datant de moins d'un an au jour de la course et précisant l'absence de contre-indication à la pratique des activités de raid multisports (ou de tous sports) "**en compétition**" est obligatoire pour être autorisé à prendre le départ de l'épreuve.

2.8 L'organisation décline toute responsabilité en cas de casse, de perte ou de vol du matériel des équipes.

2.9 L'inscription comprend :

Le droit de participer à l'épreuve

Le repas d'après course

Le cadeau souvenir

Le carnet de route, les cartes et roadbook (2 par section)

Un doigt Sport-Ident par équipe

Les vestiaires et douches à l'arrivée

Les fournitures diverses : dossards, plaques VTT, résultats, ...

Le dispositif de sécurité sur tout le parcours

## **Article 3 : Assurances**

3.1 Organisation : L'organisation a souscrit une assurance garantissant sa responsabilité civile d'organisateur, celle de ses préposés et des participants.

3.2 Concurrents : Nous attirons l'attention des concurrents sur leur intérêt à souscrire une assurance individuelle accident.

## **Article 4 : Sécurité**

5.1 Les règles de sécurité sont celles édictées par la FFTRI.

5.2 L'assistance aux personnes en danger est obligatoire sous peine de disqualification.

5.3 Respect impératif du code de la route sur la totalité du parcours. L'organisation se décharge de toute responsabilité si un coureur enfreint le code de la route ou ne respecte pas les consignes de sécurité de l'organisation.

## **Article 5 : Parcours**

5.1 Sur l'ensemble du parcours les raiders en course doivent valider un maximum de balises à l'aide du doigt sport-Ident.

5.2 Toute balise non validée entraînera une pénalité en temps.

5.3 Une balise obligatoire marquera la fin de chaque section.

## **Article 6 : Assistance :**

6.1 Pour des raisons d'équité, aucune assistance personnelle extérieure n'est admise pour les équipes en course sous peine de disqualification.

6.2 Les équipes peuvent se porter assistance entre elles.

## **Article 7 : Chronométrage :**

7.1 Le chronométrage sera réalisé à l'aide du système sport-Ident. Chaque équipe aura un doigt SI (capacité 128 temps si le coureur utilise son doigt SI personnel).

7.2 Le chronomètre sera déclenché au départ du raid et le temps final de l'équipe sera pris au pointage du boîtier Arrivée. Il n'y aura aucun arrêt du chronomètre durant toute l'épreuve.

7.3 Plusieurs portes horaires permettront à toutes les équipes de rallier l'arrivée dans les temps limites imposés par l'organisation. En cas de dépassement d'une porte horaire, l'équipe aura une pénalité en temps et devra suivre les consignes de l'organisation pour poursuivre la course.

7.4 Toutes les balises seront obligatoires. Le temps de course sera majoré en fonction des balises obligatoires manquantes (valeur temps indiquée pour chaque balise) et des pénalités de dépassement des portes horaires.

7.5 Les temps resteront officiels jusqu'à publication des résultats officiels.

## **Article 8 : Equipes mixtes**

8.1 Afin d'être considérées et classées en tant qu'équipes mixtes, les équipes devront être constituées avec au minimum une équipière féminine.

## **Article 9 : Matériel obligatoire :**

### **9.1 Matériel obligatoire par équipier sur l'ensemble du parcours**

1 casque VTT norme CE

1 réserve d'eau (1l minimum) + vivres de course pour l'ensemble de l'étape

1 sifflet

1 couverture de survie

1 sac à dos

Dossards visibles

1 veste coupe-vent et imperméable

### **9.2 Matériel obligatoire par équipe sur l'ensemble du parcours**

1 téléphone portable chargé, allumé et avec les numéros de sécurité fournis par l'organisation pré enregistrés.

1 doigt Sport-Ident 128 tps (fourni par l'organisation ou personnel)

1 trousse de secours

### **9.3 Matériel spécifique à certaines sections**

#### ***Sections VTT :***

1 trousse avec matériel de réparation.

### **9.4 Matériel conseillé**

1 porte carte étanche

1 porte carte VTT

1 boussole

9.5 La liste pourra évoluer en fonction des conditions météo prévues le jour de l'épreuve

## **Article 10 : Causes de pénalités ou mise hors course**

10.1 Des pénalités en temps pouvant aller jusqu'à la disqualification peuvent être prononcées dans les cas suivants :

Absence de matériel obligatoire (30 min par pièce manquante)

Balise non validée (temps suivant la valeur de la balise : de 5' à 1h00))

Séparation des équipiers (1h00) (tolérance de 30 secondes maxi en cas de contrôle inopiné sur le parcours)

Non passage de l'ensemble des équipiers à l'emplacement de chaque balise (15' première infraction constatée, 1h00 pour les suivantes).

Passage sur route ou chemin interdit (2h00)

Balise de fin de section non validée (valeur de la balise).

Dépassement de porte horaire : saut de la section suivante. Reprise de la course après autorisation de l'organisation avec une pénalité égale à la somme des balises de la section non effectuée.

Non-respect des consignes de sécurité de l'organisation (disqualification)

Non-respect du code de la route (disqualification)

Non-respect des propriétés privées, terrains cultivés, populations locales (disqualification)  
Pollution ou dégradation manifeste des sites (disqualification)  
Refus de se soumettre à un contrôle anti-dopage (disqualification)  
Comportement immoral ou contraire à l'éthique sportive (disqualification)  
Non-respect de tout ou partie de ce règlement (disqualification)

### **Article 11 : Classements**

11.1 Trois classements seront établis indépendamment du nombre d'équipiers et selon les catégories suivantes : Homme, Mixte, Féminine.

11.2 Le classement sera établi chronologiquement en fonction du temps final de chaque équipe après prise en compte des pénalités éventuelles.

11.3 Les 3 premières équipes de chaque catégorie seront récompensées.

### **Article 12 : Annulations remboursements**

Seul le forfait d'équipe pour raison médicale (certificat médical faisant foi ou cas de force majeure dûment justifié) fera l'objet d'un remboursement du droit d'inscription avec 25% de frais administratifs retenus sur le coût d'inscription et ce, jusqu'au 29 mai 2020. Ensuite, aucun remboursement ne sera effectué.

Tant que l'équipe reste constituée d'au moins deux coureurs, elle reste inscrite et ne pourra prétendre à un quelconque remboursement.

### **Article 13 : Droit à l'image**

Chaque concurrent s'engage à accorder sans réserve, à l'organisation ou à toute société mandatée par celle-ci, le droit de disposer de leur image à toutes fins promotionnelles ou non, sans aucune forme de rétribution directe ou indirecte.

### **Article 14 : Divers**

En s'inscrivant, les membres de chaque équipe acceptent l'intégralité du règlement du raid.

## **Règlement RAC SPORTIF : Le RACS**

Du seul fait de son inscription, chaque concurrent s'engage à se soumettre sans condition au règlement suivant :

### **Article 1 : Organisation**

1.1 Le Raid Aventure Commentryen est organisé le lundi 1<sup>er</sup> juin 2020 par l'association CAP 03 affiliée à la Fédération Française de Triathlon.

1.2 Le RAC SPORTIF (RACS) est un raid multisports d'une distance minimum de 40 km et maximum 52 km avec un dénivelé positif d'environ 1000 m. Il se court par équipe de 2 raiders. Il est composé des activités suivantes : Trail, VTT, Run and Bike, qui s'enchaîneront sous divers formats : orientation (carte IOF, carte IGN retravaillée, ...), suivi d'itinéraire, road book, section fléchée, ...

1.3 Le RACS est ouvert à toutes les personnes bien entraînées et **nées jusqu'au 31 décembre 2004**.

1.4 L'organisateur se réserve le droit de modifier ce règlement ou d'annuler certains itinéraires si des cas de force majeure pourraient mettre en danger l'intégrité physique des coureurs ou si l'équité de la course ne pouvait pas être respectée.

### **Article 2 : Inscription**

2.1 Les équipes (hommes, femmes ou mixtes) sont constituées de deux membres.

2.2 L'inscription de l'équipe se fait obligatoirement en ligne via le site de la FFTRI. Elle sera considérée comme définitive après validation de toutes les pièces du dossier d'inscription.

2.3 Le **capitaine** d'équipe est **l'interlocuteur unique** pour l'organisation.

2.3 Le droit d'inscription s'élève à 25.00 € par équipier, auxquels il faudra ajouter 2 euros (pass compétition FFTRI) pour tout coureur ne possédant pas de licence compétition FFTRI.

2.4 Majoration de 5,00€ par équipier à compter du 25 mai 2020.

2.5 Clôture des inscriptions le 29 mai 2020

2.6 Pour les non licenciés FFTRI, la production d'un certificat médical original datant de moins d'un an au jour de la course et précisant l'absence de contre-indication à la pratique des activités de raid multisports (ou de tous sports) **"en compétition"** est obligatoire pour être autorisé à prendre le départ de l'épreuve.

2.7 L'organisation décline toute responsabilité en cas de casse, de perte ou de vol du matériel des équipes.

2.8 L'inscription comprend :  
Le droit de participer à l'épreuve  
Le repas d'après course  
Le cadeau souvenir  
Le carnet de route, les cartes et roadbook (2 par section)  
Un doigt sport Ident par équipe  
Les vestiaires et douches à l'arrivée  
Les fournitures diverses : dossards, plaques VTT, résultats, ...  
Le dispositif de sécurité sur tout le parcours

### **Article 3 : Assurances**

3.1 Organisation : L'organisation a souscrit une assurance garantissant sa responsabilité civile d'organisateur, celle de ses préposés et des participants.

3.2 Concurrents : Nous attirons l'attention des concurrents sur leur intérêt à souscrire une assurance individuelle accident.

### **Article 4 : Sécurité**

5.1 Les règles de sécurité sont celles édictées par la FFTRI.

5.2 L'assistance aux personnes en danger est obligatoire sous peine de disqualification.

5.3 Respect impératif du code de la route sur la totalité du parcours. L'organisation se décharge de toute responsabilité si un coureur enfreint le code de la route ou ne respecte pas les consignes de sécurité de l'organisation.

### **Article 5 : Parcours**

5.1 Sur l'ensemble du parcours les 2 raideurs en course doivent valider un maximum de balises à l'aide du doigt sport-Ident.

5.2 Toute balise non validée entraînera une pénalité en temps.

5.3 Une balise obligatoire marquera la fin de chaque section.

### **Article 6 : Assistance :**

6.1 Pour des raisons d'équité, aucune assistance extérieure n'est admise pour les équipes en course sous peine de disqualification.

6.2 Les équipes peuvent se porter assistance entre elles.

### **Article 7 : Chronométrage :**

7.1 Le chronométrage sera réalisé à l'aide du système sport-Ident. Chaque équipe aura un doigt SI. (Capacité minimum 50 temps si utilisation d'un doigt SI personnel).

7.2 Le chronomètre sera déclenché au départ du raid et le temps final de l'équipe sera pris lors du pointage du boîtier Arrivée. Il n'y aura aucun arrêt du chronomètre durant toute l'épreuve.

7.3 Plusieurs portes horaires permettront à toutes les équipes de rallier l'arrivée dans les temps limites imposés par l'organisation. En cas de dépassement d'une porte horaire, l'équipe aura une pénalité en temps et devra suivre les consignes de l'organisation pour poursuivre la course.

7.4 Toutes les balises seront obligatoires. Le temps de course sera majoré en fonction des balises obligatoires manquantes (valeur temps indiquée pour chaque balise) et des pénalités de dépassement des portes horaires.

7.5 Les temps resteront officiels jusqu'à publication des résultats officiels.

### **Article 8 : RAS**

#### **Article 9 : Matériel obligatoire :**

##### **9.1 Matériel obligatoire par équipier sur l'ensemble du parcours**

1 casque VTT norme CE

1 réserve d'eau (1l minimum) + vivres de course pour l'ensemble de l'étape

1 sifflet

1 couverture de survie

1 sac à dos

Dossards visibles

1 veste coupe vent et imperméable

##### **9.2 Matériel obligatoire par équipe sur l'ensemble du parcours**

1 téléphone portable chargé, allumé et avec les numéros de sécurité fournis par l'organisation pré enregistrés.

1 doigt Sport-Ident 50 temps (fourni par l'organisation ou personnel)

1 trousse de secours

### **9.3 Matériel spécifique à certaines sections**

#### **Sections VTT :**

1 trousse avec matériel de réparation

### **9.4 Matériel conseillé**

1 porte carte étanche

1 porte carte VTT

1 boussole

**9.5** La liste pourra évoluer en fonction des conditions météo prévues le jour de l'épreuve

### **Article 10 : Causes de pénalités ou mise hors course**

10.1 Des pénalités en temps pouvant aller jusqu'à la disqualification peuvent être prononcées dans les cas suivants :

Absence de matériel obligatoire (30 min par pièce manquante)

Balise non validée (temps suivant la valeur de la balise : de 5' à 1h00)

Séparation des équipiers (1h00) (tolérance de 30 secondes maxi en cas de contrôle inopiné sur le parcours)

Non passage de l'ensemble des équipiers à l'emplacement de chaque balise (15' première infraction constatée, 1h00 pour les suivantes).

Passage sur route ou chemin interdit (2h00)

Balise de fin de section non validée (valeur de la balise).

Dépassement de porte horaire : saut de la section suivante. Reprise de la course après autorisation de l'organisation avec une pénalité égale à la somme des balises de la section non effectuée.

Non-respect des consignes de sécurité de l'organisation (disqualification)

Non-respect du code de la route (disqualification)

Non-respect des propriétés privées, terrains cultivés, populations locales (disqualification)

Pollution ou dégradation manifeste des sites (disqualification)

Refus de se soumettre à un contrôle anti-dopage (disqualification)

Comportement immoral ou contraire à l'éthique sportive (disqualification)

Non-respect de tout ou partie de ce règlement (disqualification)

### **Article 11 : Classements**

11.1 Trois classements seront établis selon les catégories suivantes : Homme, Mixte, Féminine.

11.2 Le classement sera établi chronologiquement en fonction du temps final de chaque équipe après prise en compte des pénalités éventuelles.

11.3 Les 3 premières équipes de chaque catégorie seront récompensées.

### **Article 12 : Annulations remboursements**

Seul le forfait d'équipe pour raison médicale (certificat médical faisant foi pour au moins 1 équipier(e)) ou cas de force majeure dûment justifié fera l'objet d'un remboursement du droit d'inscription avec 25% de frais administratifs retenus sur le coût d'inscription et ce, jusqu'au 29 mai 2020. Ensuite, aucun remboursement ne sera effectué.

### **Article 13 : Droit à l'image**

Chaque concurrent s'engage à accorder sans réserve, à l'organisation ou à toute société mandatée par celle-ci, le droit de disposer de leur image à toutes fins promotionnelles ou non, sans aucune forme de rétribution directe ou indirecte.

### **Article 14 : Divers**

En s'inscrivant, les membres de chaque équipe acceptent l'intégralité du règlement du raid.

# Règlement RAC 2020 : RANDO RAC DECOUVERTE

## (XS et Jeunes à partir de 10 ans)

Du seul fait de son inscription, chaque concurrent s'engage à se soumettre sans condition au règlement suivant :

### **Article 1 : Organisation**

1.1 Le Raid Aventure Commenyrien est organisé le lundi 1<sup>er</sup> juin 2020 par l'association CAP 03 affiliée à la Fédération Française de Triathlon.

1.2 Le RAC DECOUVERTE est un raid multisports d'une distance d'environ 18 km avec un dénivelé positif d'environ 150 m. La durée d'effort est d'environ 1h15 à 1h45. Il se court par équipe de 2 à 4 raiders avec obligatoirement un adulte dans toute équipe comportant un enfant de moins de 14 ans. Il est composé des activités suivantes : Trail, VTT, qui s'enchaîneront sous divers formats : section fléchées ou section en orientation. Les sections en orientation seront adaptées à une pratique de débutant.

1.3 Le **RAC DECOUVERTE** est accessible à tous ceux qui souhaitent découvrir la pratique des sports nature nés jusqu'au 31 décembre 2010. Il s'adresse particulièrement aux jeunes ainsi qu'aux débutants.

1.4 L'organisateur se réserve le droit de modifier ce règlement ou d'annuler certains itinéraires si des cas de force majeure pouvaient mettre en danger l'intégrité physique des coureurs ou si l'équité de la course ne pouvait pas être respectée.

### **Article 2 : Inscription**

2.1 Les équipes (hommes, femmes ou mixtes) sont constituées de deux à quatre membres avec obligatoirement un adulte dans toute équipe comportant un enfant de moins de 14 ans.

2.2 L'inscription de l'équipe se fait obligatoirement en ligne via le site de la FFTRI. Elle sera considérée comme définitive après validation de toutes les pièces du dossier d'inscription.

2.3 Le **capitaine** d'équipe est **l'interlocuteur unique** pour l'organisation.

2.3 Le droit d'inscription s'élève à 10,00 par coureur.

Un pass loisir sera remis à chaque participant non licencié compétition FFTRI.

2.4 Clôture des inscriptions le 29 mai 2020

2.5 Pour les non licenciés FFTRI, la production d'un certificat médical original datant de moins d'un an au jour de la course et précisant l'absence de contre-indication à la pratique des activités de raid multisports (ou de tous sports) "en compétition" est conseillée mais non obligatoire.

2.6 L'organisation décline toute responsabilité en cas de casse, de perte ou de vol du matériel des équipes.

2.7 L'inscription comprend :

Le droit de participer à l'épreuve

Le ravitaillement d'après course

Un cadeau souvenir

Le carnet de route, les cartes d'orientation

Un doigt sport Ident par équipe

Les vestiaires et douches à l'arrivée

Les fournitures diverses : dossards, plaques VTT, résultats, ...

Le dispositif de sécurité sur tout le parcours

### **Article 3 : Assurances**

3.1 Organisation : L'organisation a souscrit une assurance garantissant sa responsabilité civile d'organisateur, celle de ses préposés et des participants.

3.2 Concurrents : Nous attirons l'attention des concurrents sur leur intérêt à souscrire une assurance individuelle accident.

### **Article 4 : Sécurité**

5.1 Les règles de sécurité sont celles édictées par la FFTRI.

5.2 L'assistance aux personnes en danger est obligatoire sous peine de disqualification.

5.3 Respect impératif du code de la route sur la totalité du parcours. L'organisation se décharge de toute responsabilité si un coureur enfreint le code de la route ou ne respecte pas les consignes de sécurité de l'organisation.

## **Article 5 : Parcours**

5.1 Sur l'ensemble du parcours les équipes doivent valider un maximum de balises à l'aide du doigt sport ident.

5.2 Toutes les balises sont obligatoires. Toute balise non validée entraînera une pénalité en temps.

## **Article 6 : Assistance :**

6.1 Pour des raisons d'équité, aucune assistance extérieure n'est admise pour les équipes en course sous peine de disqualification.

## **Article 7 : Chronométrage :**

7.1 Le chronométrage sera réalisé à l'aide du système sport ident. Chaque équipe aura un doigt SI.

7.2 Le chronomètre sera déclenché au départ du raid et le temps final de l'équipe sera pris lors du pointage du boîtier Arrivée. Il n'y aura aucun arrêt du chronomètre durant toute l'épreuve.

7.4 Le temps de course sera majoré en fonction des balises obligatoires manquantes.

7.5 Les temps resteront officiels jusqu'à publication des résultats officiels.

## **Article 8 : RAS**

### **Article 9 : Matériel obligatoire :**

#### **9.1 Matériel obligatoire par équipier sur l'ensemble du parcours**

1 casque VTT norme CE

1 réserve d'eau (500ml minimum) + vivres de course

1 sifflet

1 couverture de survie

1 sac à dos

Dossards visibles

#### **9.2 Matériel obligatoire par équipe sur l'ensemble du parcours**

1 téléphone portable chargé, allumé et avec les numéros de sécurité fournis par l'organisation pré enregistrés.

1 doigt Sport-Ident fourni par l'organisation

#### **9.3 Matériel spécifique à certaines sections**

**Sections VTT** : 2 VTT en état de fonctionnement

1 trousse avec matériel de réparation

#### **9.4 Matériel conseillé mais non obligatoire**

1 porte carte VTT

1 boussole

**9.5** La liste pourra évoluer en fonction des conditions météo prévues le jour de l'épreuve

## **Article 10 : Causes de pénalités ou mise hors course**

10.1 Des pénalités en temps pouvant aller jusqu'à la disqualification peuvent être prononcées dans les cas suivants :

Absence de matériel obligatoire (30 min par pièce manquante)

Balise obligatoire non validée

Séparation des équipiers (1h00) (tolérance de 30 secondes maxi en cas de contrôle inopiné)

Passage sur route ou chemin interdit (2h00)

Non-respect des consignes de sécurité de l'organisation (disqualification)

Non-respect du code de la route (disqualification)

Non-respect des propriétés privées, terrains cultivés, populations locales (disqualification)

Pollution ou dégradation manifeste des sites (disqualification)

Refus de se soumettre à un contrôle anti-dopage (disqualification)

Assistance extérieure (disqualification)

Comportement immoral ou contraire à l'éthique sportive (disqualification)

Non-respect de tout ou partie de ce règlement (disqualification)

## **Article 11 : Classements**

11.1 : Aucun classement ne sera établi, mais chaque équipe sera informée du temps final réalisé par l'ensemble des équipes participantes. Il n'y aura aucune récompense.

### **Article 12 : Annulations remboursements**

Seul le forfait d'équipe pour raison médicale (certificat médical faisant foi pour au moins 1 équipiers (es)) ou cas de force majeure dûment justifié fera l'objet d'un remboursement du droit d'inscription avec 25% de frais administratifs retenus sur le coût d'inscription et ce, jusqu'au 29 mai 2020. Ensuite, aucun remboursement ne sera effectué.

### **Article 13 : Droit à l'image**

Chaque concurrent s'engage à accorder sans réserve, à l'organisation ou à toute société mandatée par celle-ci, le droit de disposer de leur image à toutes fins promotionnelles ou non, sans aucune forme de rétribution directe ou indirecte.

## **TABLEAU RECAPITULATIF RAC 2020**

<b>Epreuves</b>	<b>Disciplines</b>	<b>Distance totale et Dénivelé</b>	<b>Nombre de sections</b>	<b>Inscriptions</b>	<b>Durée d'effort</b>
<b>RAC DECOUVERTE</b> (XS pour raiders nés jusqu'au 31 décembre 2010) par équipe de 2, 3 ou 4. 1 adulte par équipe si un équipier à moins de 14 ans. 50 équipes maxi	Prologue, puis VTT fléché, mini trail fléché, VTT fléché, CO facile.  Ravitaillement à l'arrivée	18 km D+ : env 150m	7 sections dont 1 en liaison  Départ : 15h00	10,00 euros par équipier  <b>Clôture des inscriptions le 29 mai 2020</b>  (Pass loisir gratuit)	1h15 à 1h45.
<b>RAC SPORTIF</b> (S pour raiders nés jusqu'au 31 décembre 2004) Par équipe de 2. 50 équipes maxi	Prologue puis, CO urbaine, VTT SI, Run and Bike, VTT, Trail, VTT'O, CO  Repas à l'arrivée	De 40 à 52 km D+ : env 1000 m	Prologue + 7 sections  Départ : 10h00	<b>25,00€ par coureur</b> (+2,00€ de pass compétition pour les non licenciés FFTRI compétition) (50,00€ par équipe)  <b>Majoration de 5,00€ par équipe à partir du 25 mai</b>  <b>Clôture des inscriptions le 29 mai 2020</b>	6h00 maxi
<b>GRAND RAC</b> (M pour raiders nés jusqu'au 31 décembre 2002) par équipe de 2, 3 ou 4 50 équipes maxi	Prologue puis, CO urbaine, VTT SI, Run and Bike, VTT, Trail, VTT'O, CO  Repas à l'arrivée	De 55 à 100 km D+ : env 2200 m	Prologue + 7 sections  Départ : 10h00	<b>35,00 € par coureur</b> (+2,00€ de pass compétition pour les non licenciés FFTRI compétition)  <b>Majoration de 5,00€ par équipe à partir du 25 mai</b>  <b>Clôture des inscriptions le 29 mai 2020</b>	9h00 maxi