

DEROULEMENT

RAID DES PUFFINS - DIMANCHE 29 OCTOBRE 2017

PARCOURS « DECOUVERTE » DEPART 10H00

EPREUVE N° 1 : CANOE

DEPART CAVALAIRE SUR MER à la plage de Pardigon

ARRIVEE CAVALAIRE SUR MER à la plage du Centre-Ville

Distance: 2 Km

EPREUVE N° 2 : COURSE D'ORIENTATION

DEPART CAVALAIRE SUR MER esplanade Sainte Estelle

ARRIVEE CAVALAIRE SUR MER esplanade Sainte Estelle

Distance : 4,5 Km topo
Dénivelé + : 170 m
Dénivelé - : 170 m

EPREUVE N° 3 : VTT BALISE

DEPART CAVALAIRE SUR MER esplanade Sainte Estelle

ARRIVEE CAVALAIRE SUR MER esplanade Sainte Estelle

Distance: 8,2 Km
Dénivelé + : 132 m
Dénivelé - : 132 m

PARCOURS « CONFIRME » DEPART 9H30

EPREUVE N° 1 : CANOE

DEPART CAVALAIRE SUR MER à la plage du Centre-Ville

ARRIVEE CAVALAIRE SUR MER à la plage de Bonporteau

Distance: 3 Km

EPREUVE N° 2 : COURSE D'ORIENTATION

DEPART CAVALAIRE SUR MER à la plage de Bonporteau

ARRIVEE CAVALAIRE SUR MER esplanade Sainte Estelle

Distance : 6 Km topo
Dénivelé + : 347 m
Dénivelé - : 354 m

EPREUVE N° 3 : VTT BALISE

DEPART CAVALAIRE SUR MER esplanade Sainte Estelle

ARRIVEE CAVALAIRE SUR MER esplanade Sainte Estelle

Distance: 17,2 Km
Dénivelé + : 557 m
Dénivelé - : 557 m

PARCOURS « EXPERT » DEPART 9H00

EPREUVE N° 1 : CANOE

DEPART CAVALAIRE SUR MER à la plage du Centre-Ville

ARRIVEE LA CROIX VALMER à la plage de l'Héraclée

Distance: 4,5 Km

EPREUVE N° 2 : COURSE A PIED

DEPART LA CROIX VALMER à la plage de l'Héraclée

ARRIVEE CAVALAIRE SUR MER au parking des Dauphins - rue du Docteur Pardigon

Distance : 3,8 Km topo

Dénivelé + : 140 m

Dénivelé - : 133 m

EPREUVE N° 3 : VTT BALISE

DEPART CAVALAIRE SUR MER au parking des Dauphins - rue du Docteur Pardigon

ARRIVEE RAYOL CANADEL à la route forestière des Pradels au point géodésique 302

Distance: 18 Km

Dénivelé + : 943 m

Dénivelé - : 649 m

EPREUVE N° 2 : COURSE D'ORIENTATION

DEPART RAYOL CANADEL à la route forestière des Pradels au point géodésique 302

ARRIVEE RAYOL CANADEL à la route forestière des Pradels au point géodésique 302

Distance : 6,7 Km topo

Dénivelé + : 558 m

Dénivelé - : 558 m

EPREUVE N° 3 : VTT BALISE

DEPART RAYOL CANADEL à la route forestière des Pradels au point géodésique 302

ARRIVEE CAVALAIRE SUR MER esplanade Sainte Estelle

Distance: 8,2 Km

Dénivelé + : 185 m

Dénivelé - : 488 m