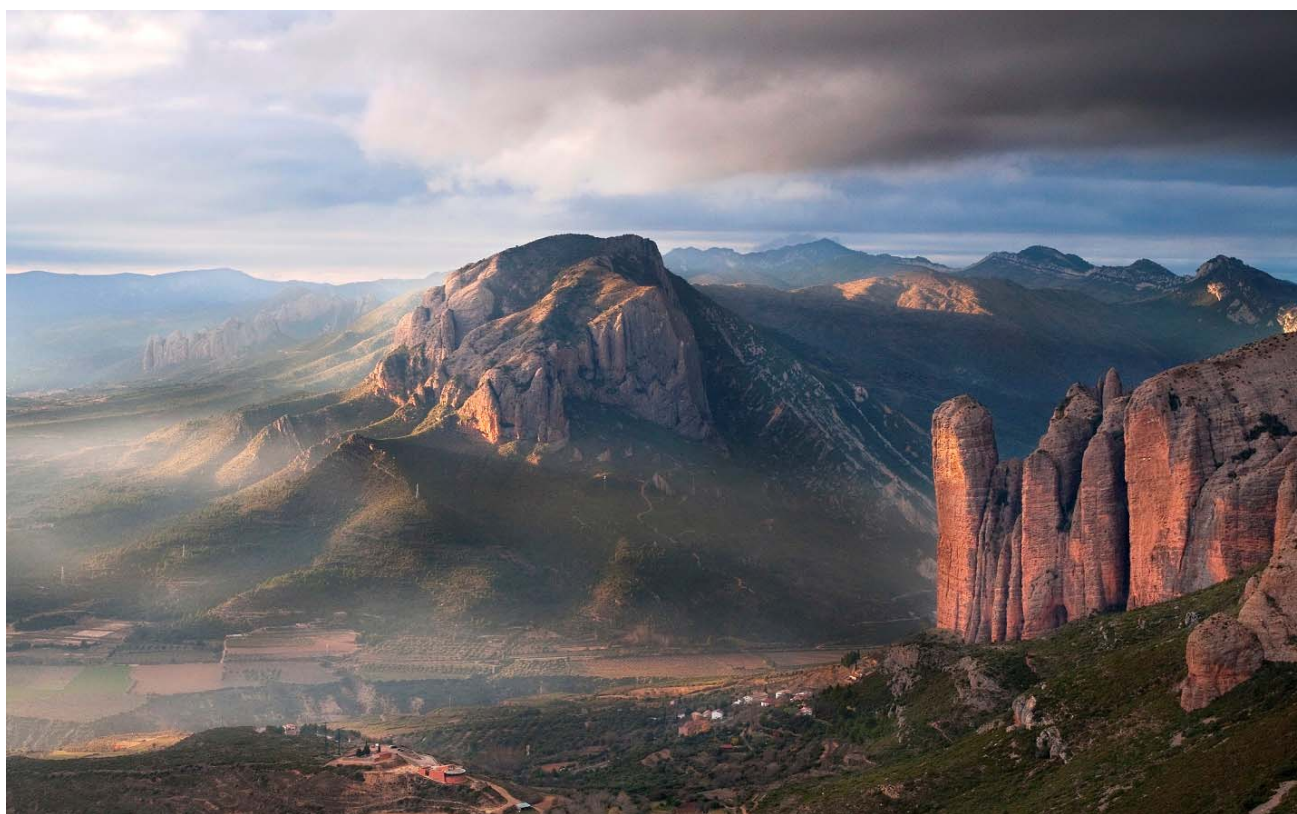




CHAMPIONAT D'ESPAGNE DE RAIDS MULTISPORTS

«VI TROPHÉE PEÑA GUARA »

2ème BULLETIN



ORGANISE :





CHAMPIONAT D'ESPAGNE DE RAIDS MULTISPORTS

«VI TROPHÉE PEÑA GUARA »

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Le club de montagne Peña Guara est enchanté d'organiser le championnat d'Espagne de Raids Multisports qui aura lieu le 30 et 31 mai 2015.

Le terrain choisi pour l'épreuve sont les incroyables « Mallos de Riglos », paradis mondial de l'escalade classique. Les équipes concurrents pourront vivre une aventure unique entre des parois verticales, des beaux sentiers et un lieu mythique pour le canyoning.

Le CERA 2015 est l'épreuve phare cette année dans le calendrier national de raids multisport. Il s'agit d'un week end plein d'aventure et d'orientation dans la nature, avec un très haut niveau de compétition et différents niveaux de dureté et distances variées.

L'épreuve se déroule en boucles pour réduire les déplacements et le transport de matériel tout en offrant une meilleur suivi des coureurs par les spectateurs.





PROGRAMME DE L'ÉVÈNEMENT

VENDREDI 15 MAI

- Dernier jour du premier prix d'inscription pour les catégories Aventure et Elite

VENDREDI 22 MAI

- Dernier jour d'inscription pour toutes les catégories.

VENDREDI 29 MAI

- De 18h à 23h: Remise de dossards et vérifications techniques pour les épreuves spéciales.
- 22h: Briefing technique.

SAMEDI 30 MAI

- De 07h à 08:30h: Remise de dossards et vérifications techniques pour les épreuves spéciales.
- De 08:30h à 08:55h: Les équipes entrent à la zone balisée du départ.
- 09h: Départ des catégories Elite et Aventure

DIMANCHE 31 MAI

- 03h: Fermeture de l'Etape 1 pour les catégories Aventure.
- 07:30h à 08:30h: Remise de dossards catégorie Découverte.
- 08:30h à 08:55h: Les équipes Découverte et Aventure qui vont faire l'Etape 2 entrent à la zone balisée du départ.
- 09h: Départ catégorie Promotion et Etape 2 Aventure.
- 13h à 16h: Repas final de Raid au Refuge de Riglos.
- 14h: Fermeture de l'arrivée pour toutes les catégories.
- 14:30h: Remise de prix et tirage au sort de cadeaux.

HÉBERGEMENT:

Refuge disponible pour dormir avec douches et toilettes. Il faudra apporter le sac de couchage et le matelas. (3€/personne - Réserve lors du formulaire d'inscription).

- **Refugio de Riglos** (www.refugioderiglos.es/), chambres de 8 personnes. (80 lits disponibles - 10€/personne - Réserve lors du formulaire d'inscription)
- Hébergement à **Murillo de Gállego** (a 10km de Riglos) (turismo.murillodegallego.es/)
- Hébergement à **Ayerbe** (a 14,5km de Riglos) (<http://www.ayerbe.es/>)
- Hébergement à **Agüero** (a 15,5km de Riglos) (<http://www.aguero.es/>)

Contact:

Peña Guara
C/Vicente Campo 9 Bajos
22002 Huesca
Tfno: 974212450
Email: p-guara@p-guara.com

SITUATION:

Lien Google Maps : <https://goo.gl/maps/mE71q>



INFORMATIONS TECHNIQUES

DISCIPLINES

Les sections vont combiner de la BTT et du trekking avec des épreuves spéciales qui aident à cumuler des points.

Épreuves spéciales:

- **Kanöe**
- **Vía ferrata**
- **Escalade**
- **Circuit de cordes**
- **Canyoning**
- **Tir laser**

Des preuves spéciales d'orientation pourront être réalisées lors des sections. Par exemple, des épreuves de mémoire et/ou des épreuves Dans lesquelles les coureurs d'une même équipe puissent se séparer pour mesurer ainsi les qualités individuelles.

SECTIONS

- **Élite:**

- 4 sections de VTT
- 3 sections de Trekking
- 2 sections d'Orientation spécifique
- 1 section de Canoë
- Canyoning
- 1 Vía Ferrata
- 1 circuit de cordes
- 1 épreuve d'Escalade
- 1 épreuve de Tir laser

- **Aventure (Masculin-Mixte-Féminin):**

Étape 1

- 3 sections de VTT
- 2 sections de Trekking
- 1 section de Canoë
- 1 section d'Orientation spécifique
- 1 Vía Ferrata
- 1 circuit de cordes

Étape 2

- 1 section de VTT
- 1 section de Trekking
- 1 épreuve d' Escalade
- 1 épreuve de de Tir laser





- Découverte:

- 1 section de VTT
- 1 section de Trekking
- 1 épreuve d' Escalade
- 1 épreuve de Tir laser



SISTÈME DE CHRONOMÉTRAGE

Pour contrôler les temps de passage le système utilisé est SPORTident. Dans les catégories Élite et Aventure chaque coureur utilise une puce électronique. Chez la catégorie Promotion une seule puce SI par équipe est nécessaire. Les coureurs ayant une puce propre pourront l'utiliser en indiquant son numéro lors du formulaire d'inscription. Les puces peuvent être louées à l'organisation par 3€.

EQUIPE TECHNIQUE DE L'ÉPREUVE:

- Directeur de l'épreuve: Manuel Bara Alós
- Directeur technique: Jorge García Pardos
- Juge FEDO : Óscar Barberá García
- Responsable de cartographie: José Ramón García Pardos
- Responsable de communications: Antonio Gros Sanagustín
- Responsable d'épreuves spéciales: Lorenzo Ortas Pont
- Responsable du service médical: Manuel Avellanas Chavala
- Design, communication et réseaux sociaux: Sara Guérin Bonet y Adriana Bara Arruebo
- Équipe de tracés: Carlos Ciria Blasco , Javier Ara Tesa, Miguel Lacarda, Antonio Lacarda, Jorge García Pardos, José Ramón García Pardos, Sara Guérin Bonet y Adriana Bara Arruebo.

Le club compte avec l'aide d'une équipe d'entre 60 volontaires.

INSCRIPTIONS :

Inscriptions ouvertes à travers un formulaire disponible dans le site web <http://cera2015.p-guara.com/inscripciones/>.

Maximum 100 équipes pour les catégories Élite et Aventure.



Les coureurs qui participent au **CERA 2015 - VI^o Trofeo Peña Guara de Raids de Aventura** devront avoir leur licence sportive de Raids Multisports FEDO. Si ce n'est pas le cas il faudra obtenir une assurance pour le week end de 12€ par coureur sans licence.

Le système de chronométrage est "Sportident". Si le coureur n'a pas sa propre puce électronique il devra louer une puce par 3€.

Prix et délais d'inscription :

- **1^{er} délai: jusqu'au 15 Mai** – 120€/équipe Catégorie Élite ou Aventure - 30€/coureur Catégorie Promotion
- **2^{ème} délai: 16 à 22 Mai** – 140€/équipe Catégorie Élite ou Aventure - 30€/coureur Catégorie Promotion
- *Licence de preuve week end FEDO* : 12€ Élite et Aventure et 2€ Promotion
- *Location de puce SI* : 3€

CATÉGORIES :

- **ÉLITE** : Équipes de 3 coureurs qui courent tout le raid. Ils font le raid en format NON STOP.
- **AVENTURE MASCULIN** : Équipe de 2-3 coureurs où 2 courent ensemble. La durée de l'épreuve est plus courte puis ce qu'elle a au moins 2 étapes : une plus longue le samedi et une plus courte dimanche.
- **AVENTURE MIXTE** : Équipes de 2-3 coureurs (au moins un d'entre eux doit être de sexe féminin) et 2 courent ensemble. La durée de l'épreuve est similaire à Aventure masculin et elle sera divisée au moins en 2 étapes : une plus longue le samedi et une plus courte dimanche.
- **FÉMININE** : Équipes de 2-3 concurrentes féminines où 2 d'entre elles courent ensemble. La durée de l'épreuve est plus courte que Aventure selon le règlement FEDO.
- **PROMOTION** : Équipes de 2-5 coureurs qui courent tout le raid ensemble. C'est une catégorie pour débiter dans les Raids Multisports. La durée de l'épreuve est d'une journée (dimanche), entre 4 et 5 heures.

Étant donné qu'il y a 5 catégories, l'épreuve est offerte à tout type de publics, des équipes à plus d'expérience dans ce type d'épreuves et des équipes qui veulent faire leur premier raid et vivre une nouvelle aventure.



MATÉRIEL OBLIGATOIRE:

Le matériel obligatoire pour chaque section et discipline sera détaillé dans le road-book.

Catégories Élite et Aventure

Par équipe:

- Trousse de secours contenant au moins des pansements, compresses, solution antiseptique, antalgiques, pommade anti inflammatoire.
- Téléphone portable éteint et chargé avec le PIN écrit derrière
- Boussole
- Trousse de réparation et matériel de rechange pour VTT
- Porte carte étanche
- Lampe frontale et piles de rechange

Par personne:

- Sac à dos d'au moins 10L (Il faudra charger le matériel pour les épreuves à cordes).
- Dossard (fourni par l'organisation)
- Un sifflet
- Récipient d'au moins 1L d'eau
- Nourriture énergétique
- Couverture de survie
- Polaire ou vêtement thermique de manche longue
- Veste imperméable
- Bonnet ou similaire type Buff
- Collants ou cuissards longs (pour les sections nocturnes)
- Casque VTT
- VTT
- Lampe frontale et piles de rechange
- Gilet réflecteur
- Lampe arrière pour la BTT + piles de rechange
- Néoprène long complet (épaisseur de 3mm minimum) (Uniquement catégorie ELITE)*
- Harnais approuvé UIAA*
- Casque approuvé UIAA*
- Mousqueton+descendeur simple type 8*
- Longe de via ferrata spécifique avec deux mousquetons *

*** Ce matériel pourra être loué à l'organisation.**

**** Les canoës, pagaies et gilets de sauvetage seront fournis par l'organisation (les coureurs qui préfèrent utiliser leurs propres gilets et/ou pagaies sont autorisés à le faire).**

****En catégorie aventure il ne faut que deux jeux de matériel obligatoire car il n'y a que deux coureurs en compétition à chaque fois.**



Catégorie Découverte

Par équipe:

- Trousse de secours contenant au moins des pansements, bandes, compresses, solution antiseptique, antalgiques, pommade anti inflammatoire
- Téléphone portable éteint et chargé avec le PIN écrit derrière
- Boussole
- Trousse de réparation et matériel de rechange pour VTT
- Porte carte étanche
- Lampe frontale et piles de rechange

Par personne:

- Sac à dos
- Dossard (fourni par l'organisation)
- Sifflet
- Récipient d'au moins 1L d'eau
- Nourriture énergétique
- Couverture de survie
- Polaire ou vêtement thermique de manche longue
- Veste imperméable
- Bonnet ou similaire type Buff
- Casque VTT vérifié
- VTT

MATÉRIEL CONSEILLÉ:

- Sac étanche (pour Canoë et Canyoning)
- Gants (pour Canyoning et Vía Ferrata)
- Chaussons d'escalade (pour Escalade, elle est faite uniquement par un équipier)
- Chaussons de néoprène (pour Canoë et Canyoning)

MATÉRIEL INTERDIT

- Équipes de communication (téléphones portables, radios, talkie-walkie...)
- Systèmes électroniques de navigation (GPS). Le fait de porter un GPS qu'il soit ou pas utilisé peut être motif de disqualification. Les GPS où l'on ne peut pas visualiser la carte sont autorisés.
- Toutes cartes de la zone qui ne soient pas celles qui sont fournies par l'organisation.



PRIX

- Inscription offerte au [Raid in France](#) (épreuve des World Series) pour le champion du CERA en catégorie Elite*
- Inscription offerte au [Czech AR](#) (épreuve des Euro Series) pour le champion du VI^o Trofeo Peña Guara en catégorie Elite (si c'est la même équipe qui gagne le CERA le prix passe à la deuxième place)**
- Inscription offerte au [Raidarón](#) (épreuve des Euro Series) en catégorie Découverte pour le champion du VI^o Trofeo Peña Guara en catégorie Aventure Mixte**
- Inscription offerte au [Raid VTT de Francia](#) pour le champion du VI^o Trofeo Peña Guara en catégorie Aventure Masculin**
- Inscription offerte au **VII^o Trofeo Peña Guara** de Raids de Aventura pour le champion du VI^o Trofeo Peña Guara en catégorie Aventure Féminin**

*Uniquement les équipes qui selon le règlement pour participer au CERA, c'est à dire, les équipes mixtes dont les coureurs ont la licence annuelle de raids FEDO. La participation dans le raid répond au Règlement FEDO.

**Toutes les équipes inscrites au Raid peuvent obtenir ce prix.

SUIVI GPS DE L'ÉPREUVE AVEC TRACKTHERACE.COM

Les nouvelles technologies avancent et les raids multisport s'adaptent 'a celles-ci pour faire des épreuves plus visibles et augmenter la sécurité. Tracktherace.com nous permet de suivre online le CERA 2015 avec GPS.



Découvre toutes les news du CERA 2015 :

<http://cera2015.p-guara.com/>

<https://www.facebook.com/Cera2015> - <https://twitter.com/CERA2015>



COLLABORATEURS:

Ayto. Riglos



Ayto. Loarre



Ayto. Agüero

Murillo de Gállego

