



REGLEMENT RAID'O 91 MULTISPORTS 2026

1) ORGANISATEUR

Le raid'O 91 multisports dans la forêt de Sénart édition 2026 est organisé par le comité départemental de course d'orientation de l'Essonne. La directrice de course est Isabelle LINTANF, Présidente du CDCO91.

2) DATES, HORAIRES, LIEU

Le raid se déroulera le dimanche 18 octobre 2026. L'accueil est basé au Cosec de Montgeron. Le parking est situé Chemin Maurice Garin Montgeron. L'accueil sera ouvert dès 7h pour les circuits « expert » et « intermédiaire » et à 9h pour les circuits « découverte » et « famille ».

3) INSCRIPTION ET FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

L'inscription sera uniquement en ligne sur ADEORUN à compter du 01/09/2026 jusqu'au 11/10/2026 minuit.

a) Pour les licenciés FFCO, il est demandé :

- Le numéro de licence.
- Pour être chronométré, il faut être en possession d'une licence compétition ou découverte compétition.

b) Pour les non licenciés FFCO, il est demandé :

- Pour les personnes majeures : une attestation indiquant qu'elles ont pris connaissance du questionnaire de santé fédéral et des 10 règles d'or édictées par le club des cardiologues du sport,
- Pour les personnes mineures : le sportif et les personnes exerçant l'autorité parentale renseignent conjointement le questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur dont le contenu est défini par l'arrêté du 7 mai 2021. Les personnes exerçant l'autorité parentale sur le sportif mineur attestent alors que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, elles sont tenues de produire un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique sportive datant de moins de 6 mois.

L'inscription sera validée à réception de tous les documents et du règlement.

Toute inscription à la course implique l'acceptation totale et sans réserve du présent règlement.

L'inscription comprend : les cartes nécessaires au raid'O, le chronométrage, le prêt de puce électronique* (si besoin) et la consigne à l'accueil.

*L'organisateur met en prêt le jour de l'épreuve et par équipe une puce électronique « SPORTIDENT » en échange d'un chèque de caution de 50€ ou d'une pièce d'identité. En cas de perte ou dégradation, la puce vous sera facturée 50€.

Les licenciés FFCO peuvent utiliser leur puce en fournissant le numéro lors de l'inscription.

4) COMPOSITION DES ÉQUIPES

Selon le tableau ci-dessous, pour être valide les participants doivent respecter :

- Les âges minimums
- Les critères de capacité physique
- La présence d'une personne majeure obligatoire

EXPERT Long Technique Physique	INTERMÉDIAIRE Équilibré Accessible Engageant	DÉCOUVERTE Court Facile Ludique	FAMILLE Ludique convivial
Equipe de 2	Equipe de 2	Equipe de 2	Equipe de 4 maximum
+ 18 ans Sportifs aguerris	+ 16 ans Sportifs réguliers (1 adulte obligatoire)	+ 12 ans Pour tous (1 adulte obligatoire)	+ 8 ans Pour tous (1 adulte obligatoire)
Chronométré	Chronométré	Chronométré	Non chronométré
Catégorie Femme/mixte/homme	Catégorie Femme/mixte/homme	Catégorie Femme/mixte/homme	Pas de catégorie

5) PARTICIPANTS

a) Les participants s'engagent à respecter :

- Le règlement de l'épreuve
- Les consignes, instructions et directives de l'organisation avant, pendant et après le raid
- La législation en vigueur notamment concernant le respect du code de la route, de l'environnement, de l'assistance à personne en danger...
- Les territoires empruntés (zones interdites, propriétés privées, autres usagers des espaces publics, ...)

b) Responsabilité des participants

- L'organisation ne peut en aucun cas être tenue pour responsable en cas d'accident dû à une défaillance matérielle ou des participants (défaillance physique, une préparation insuffisante...).
- La participation se fait sous l'entière responsabilité des concurrents.
- Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol ou de dégradation de matériel en dehors des zones gérées par l'organisation

6) MATÉRIEL NÉCESSAIRE

a) Matériel obligatoire par équipe :

VTT'O	Toutes activités
Kit réparation Pompe	Téléphone portable chargé Une montre



+



b) Matériel obligatoire par participant :

VTT'O	CO pédestre	Trottinette ou roller	Toutes activités
VTT ou similaire Casque  Porte cartes 	Boussole  Puce électronique (prêt possible) 	Trottinette non motorisée  OU roller Casque obligatoire sac pour le transport  Protections conseillées : Mains, genoux, coudes.	Chaussures adaptées à la course en extérieur multiactivités Tenue adaptée à la pratique sportive et aux conditions météorologiques du jour Jambes couvertes conseillées Eau et ravitaillement en quantité suffisante pour fournir l'effort nécessaire pour son circuit

7) SÉCURITÉ ET SECOURS

a) Brief sécurité

Un brief sécurité obligatoire est organisé 15 minutes avant chaque départ. La présence des participants est obligatoire. En cas d'absence au brief, le départ pourra être refusé.

b) Dispositif de sécurité

Une trousse de premiers secours sera disponible à la buvette

Un défibrillateur sera disponible à l'accueil

Des bénévoles compétents seront chargés de répondre aux besoins de secours à la hauteur de leurs compétences respectives.

En cas d'accident, prévenir l'organisation (numéro sur la carte et communiqué lors du briefing) qui pourra faire le relais avec les secours.

En cas d'accident grave, les secours extérieurs (SAMU 15, pompiers 18) sont à contacter.

8) DÉROULEMENT DU RAID

Pour chaque circuit, les épreuves devront s'enchaîner conformément au roadbook distribué le jour de l'épreuve

Pour chaque épreuve de votre circuit, les balises devront être poinçonnées selon les modalités inscrites dans le road book distribué le jour de l'épreuve : balises à faire obligatoirement, et dans l'ordre, ou en ordre libres et facultatives, en ordre libre et obligatoires...)

Raid orientation mulisports 2026	EXPERT	INTERMEDIAIRE	DECOUVERTE	FAMILLE
O'SCORE URBAIN	5,5 km	5,5 km	1,7 km	2 km
VTT'O	42 km	30 KM	5 km	
ROLLER/TROTINETTE'O A/R	6,5 km	6,5 km	100 m	
RELAIS MEM'O	1,5 km	1,5 km		
O'SCORE FORÊT	13 km	8 km		
LABYRINTHE	100 m	100 m	100 m	
CARRE MAGIQUE				30 m
DENIVELE	D+500	D+360	D+100	

EXPERT	INTERMÉDIAIRE	DÉCOUVERTE
Briefing 7h45	Briefing 8h15	Briefing 9h45
Départ 8h	Départ 8h30	Départ 10h

9) CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

Le Chronométrage se fera par GEC (Gestion Electronique de Course), avec un pointeur "sportident".

Les résultats provisoires seront diffusés au fur et à mesure des arrivées.

Les résultats définitifs seront publiés sur le site <https://pleinouest-raidaventure.fr/> ultérieurement.

Seront récompensés les 3 premiers de chaque catégorie de chaque circuit.

Un diplôme du petit orienteur sera remis aux enfants participants au circuit famille.

10) RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

- Il est formellement interdit de jeter des déchets dans la nature ou sur la voie publique. Des points de collecte de déchets sont prévus sur le site de départ/arrivée.
- Le respect des espaces verts, de la flore et de la faune est obligatoire.
- Les participants doivent rapporter leurs déchets au point de collecte.
- L'organisation s'engage à minimiser l'impact environnemental de l'épreuve.

11) PHOTOS ET VIDÉOS

Les organisateurs se réservent le droit d'utiliser toute vidéo ou photo prises lors de l'épreuve à des fins de communications pour promouvoir la course d'orientation. En cas de refus, vous êtes tenus d'en informer l'organisation au plus tard le jour de l'évènement.

12) ACCEPTATION DU REGLEMENT

La participation à l'épreuve vaut acceptation pleine, entière et sans réserve du présent règlement. Tout manquement aux règles énoncées peut entraîner une disqualification.

L'organisation se réserve le droit de modifier le présent règlement jusqu'au jour de l'épreuve. Toute modification sera communiquée aux participants avant le début des épreuves.

Rédigé par les organisateurs sous la responsabilité de la présidente du comité départemental de course d'orientation de l'Essonne.

Fait à Etampes, le 17/08/2026.

Isabelle LINTANF