Le livret du Jeune Officiel Raid Multisports



Le raid est une discipline composée de différentes activités de pleine nature. Les activités ne sont pas toujours les mêmes d'une compétition à l'autre mais il y en a toujours au minimum 3 différentes. Le raid se pratique obligatoirement en équipe.





A savoir en tant que Jeune Officiel :

En tant que jeune officiel, je suis un élément essentiel de l'organisation

et du déroulement général de la course.

Je peux avoir des rôles différents tels que Signaleurs / Reporters / Arbitre / Relever le passage / Matériel / Sécurité.

Je dois bien connaître les activités pratiquées et les différents rôles pour que la compétition se déroule bien.

Les différentes activités en Raid :



Course d'Orientation :

La course d'orientation est un sport dans lequel les pratiquants se repèrent grâce à une carte pour trouver leur itinéraire (leur chemin) et pointer (valider) des balises.

Il est obligatoire pour les coureurs de rester en équipe tout au long de l'épreuve. Si les élèves sont à plus de 20m d'écart ils peuvent avoir une pénalité, voir être disqualifiés.

Il est interdit d'utiliser le téléphone sauf en cas d'urgence.



VTT / Run and bike:

Le VTT est une discipline ou les pratiquants réalisent un itinéraire en vélo sur des chemins ou des routes. En run and bike il y a seulement un vélo pour deux. Un élève est sur le vélo et l'autre court à côté. Le port du casque est obligatoire tout au long de l'épreuve. La jugulaire (la sangle sous le cou) doit être attachée.

Les co-équipiers doivent rester ensemble tout au long de l'épreuve.

Sur certains passages notés « pieds à terre », les élèves doivent obligatoirement descendre du vélo.

Le Trail : 

Le trail est une activité de course à pied principalement sur des sentiers (petits chemins) avec du dénivelé (des montées et descentes).

Il est obligatoire pour les coureurs de rester en équipe tout au long de l'épreuve. Si des élèves de la même équipe sont à plus de 20m d'écart ils peuvent avoir une pénalité, voir être disqualifiés.

Le kayak : 

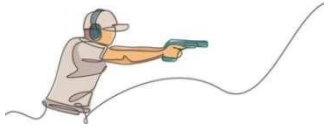
Le kayak se pratique sur la mer. Les kayaks ont deux places assises. Les pratiquants doivent pagayer pour avancer. Le port du gilet de sauvetage est obligatoire tout au long de l'épreuve. Les sangles doivent être attachées.



Le tir : 

Il y a différentes épreuves de tir, cela peut être du tir à l'arc, du tir laser, à la sarbacane etc…

Souvent les coureurs alternent un tir avec une course. Ils ne sont pas autorisés à passer au milieu du stand de tir. Il est interdit de tirer en visant des camarades.





Le Matériel Obligatoire :



Pour s'engager en sécurité sur une compétition, les équipes doivent partir avec des éléments obligatoires :

- 1,5L d'eau par coureur et des encas sucrés (barres énergétiques, compotes...).
- Un kit de secours avec pansements, couverture de survie etc...
- Pour le vélo, un kit de réparation avec chambre à air, pompe etc...

Les différents rôles de jeune officiel en raid :

Le signaleur : Il indique la direction aux coureurs, notamment dans les intersections à faible visibilité (où on ne voit pas bien).

Le reporter : Il interviewe les coureurs, effectue des photos et vidéos au drone, au téléphone, monte les vidéos.

L'arbitre : Il juge du respect ou non d'une règle et inflige la pénalité correspondante.

Relever le passage : Il écrit sur un document l'heure de passage des équipes à un certain endroit.

Responsable matériel : Il s'occuper de la présence du matériel aux lieux indiqués.

Le secouriste : Il dispense les premiers soins en cas de problème.

Tu sais tout !!!

Tu es donc prêt à être un excellent jeune officiel.

