

# RAID MULTISPORTS (ISSOIRE – plan d'eau du Mas)

## INFORMATIONS

**Lieu** : Plan d'eau du mas (ISSOIRE)

**Date** : 17 juin 2026 de 9h00 à 17h30

**Numéro d'équipe au feutre (de couleur VERT, BLEU, ROUGE ou NOIR selon le groupe attribué) sur la main à l'inscription.** Les numéros et la couleur seront envoyés entre le vendredi (fin des inscriptions en ligne) et le mercredi (jour du raid).

Inscriptions par catégorie sur OPUSS (par les enseignants d'EPS)

**Equipe de 4 élèves de même catégorie. Equipe mixte autorisées mais elles feront les parcours garçons. Réservé aux licenciés UNSS**

## 9 épreuves

### 1- VORTEX (4 élèves)

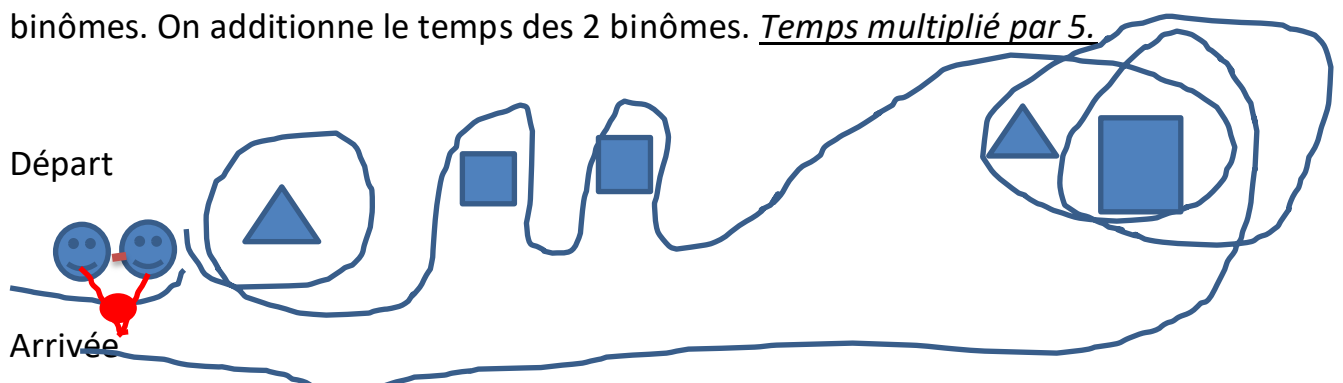
**Puissance VORTEX** : Lancer un vortex le plus loin possible pour obtenir des bonifications de temps (secondes qui seront enlevées au temps total du raid). Les 4 élèves de l'équipe lancent 1 seul vortex chacun – cumul des bonifications pour l'équipe. Le lancer hors secteur sera compté comme « hors secteur » et ne rapportera pas de bonification (pas de 2<sup>ème</sup> chance).

Temps de bonus multiplié par 5.

Zone d'élan	Bonus de 0''	Bonus de 10''	Bonus de 20''	Bonus de 30''	Bonus de 40''	Bonus de 1mn

### 2- FIL D'ARIANE (4 élèves)

**Le FIL d'ARIANE** : Epreuve chronométrée où 2 élèves, attachés ensemble par une corde, sont raccordés à un « fil d'Ariane ». Ils doivent suivre le tracé indiqué par le fil pour atteindre l'arrivée. Le « fil » passe dans de nombreux obstacles à franchir ensemble. Course d'environ 30m. Chaque équipe fait passer ses 2 binômes. Temps multiplié par 5.



### 3 et 4- CANOE + ULTI-GOLF (2 élèves au CANOE + 2 élèves à l'ULTI-GOLF)

#### CANOE : (2 élèves)

Objectif : Mettre le moins de temps possible pour effectuer en canoë le nombre de tour correspondant à sa catégorie.

Temps multiplié par 3

#### ULTIMATE DE PRECISION (ULTI-GOLF) - (2 élèves)

Il s'agit d'une **épreuve de précision de type « golf avec un frisbee »**.

**Par groupe de 2 (les 2 autres sont au canoé)**

Objectif : Réaliser le parcours en jouant le moins de coups possibles.

**L'équipe doit effectuer le parcours dans l'ordre des trous (comme au golf) en un minimum de coups (lancers).** Chaque trou sera matérialisé au sol par un cerceau. Le parcours comportera 5 ou 6 trous.

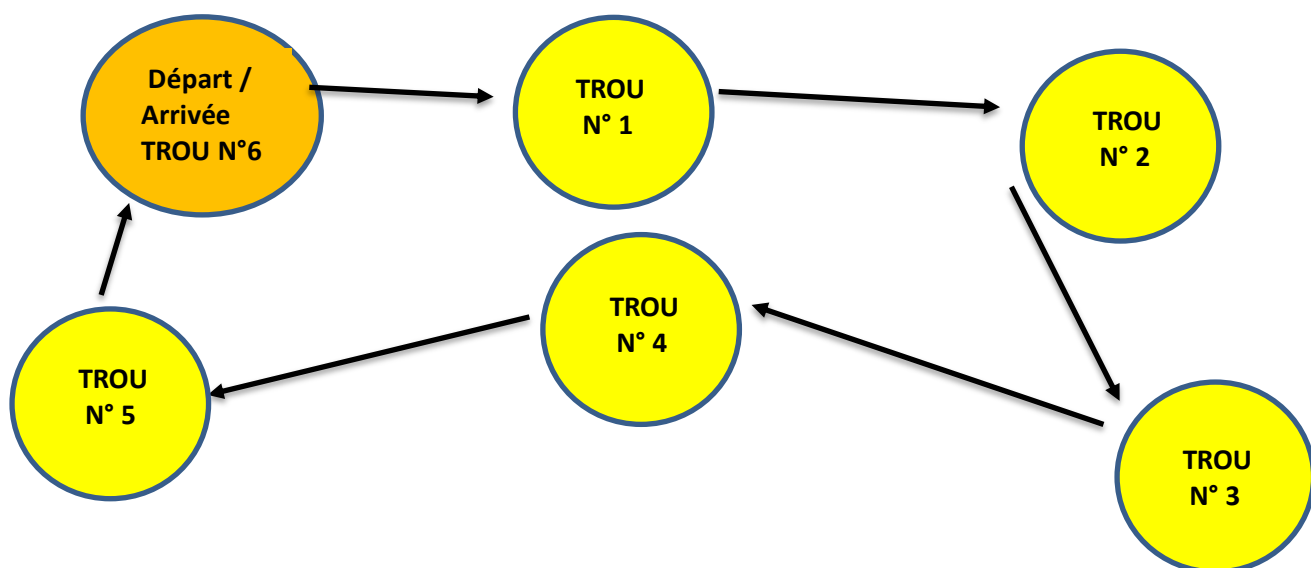
Les 2 joueurs lancent le même frisbee « chacun leur tour », de l'endroit où il vient de « s'immobiliser » lors du lancer précédent.

Le trou est validé quand le frisbee est totalement immobilisé dans le cerceau. Un frisbee à cheval sur le cerceau, ne valide pas le trou, il nécessite de rejouer à nouveau.

**Un fois validé, le lanceur jouera le trou suivant avec, au moins, un pied dans le cerceau qui vient d'être validé.**

**Au bout du parcours, l'équipe se voit attribuer le nombre de coups utilisés pour réaliser le parcours. Le nombre de coups est converti en temps, à raison de 1mn par coup joué.** Ce temps sera additionné au temps total du Raid.

Temps multiplié par 3



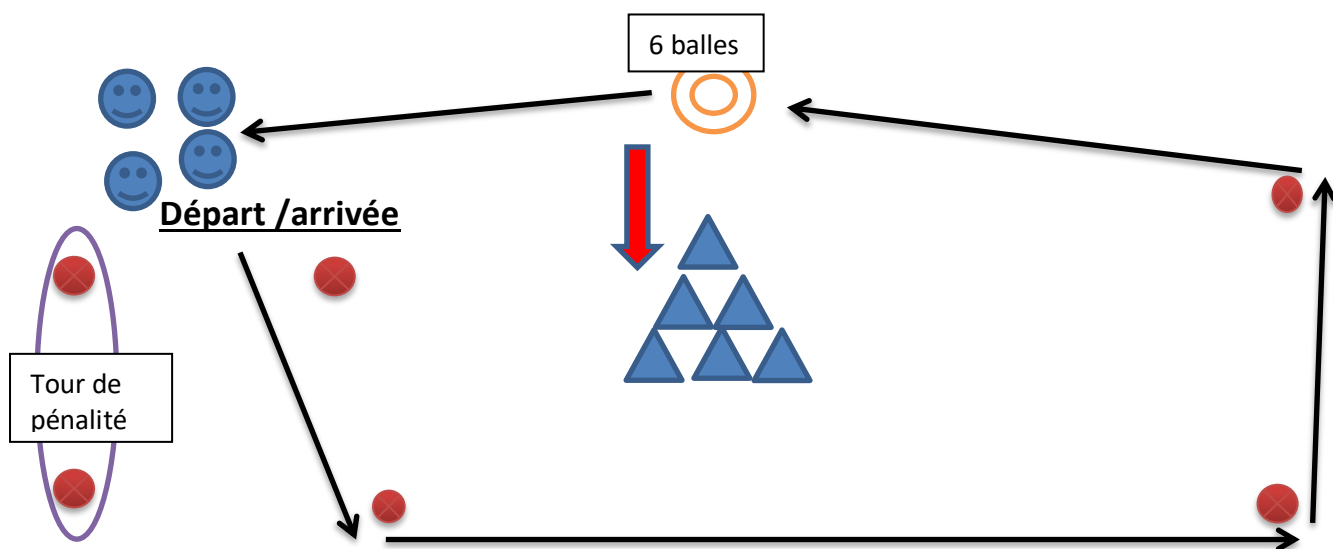
## 5- BIATHLON / CHAMBOULE-TOUT (4 élèves)

**BIATHLON** : Course en relais avec chamboule-tout et tours de pénalité. Chaque élève passe 1 fois (1 tour).

Après une course à pied pour arriver au pas de tir du chamboule tout, (6 balles pour faire tomber 6 boîtes), le joueur tente de faire tomber les 6 boîtes sur la table. Le joueur effectuera **autant de tour de pénalité que le nombre de boîtes « restants debout » sur la table avant d'aller passer le relais** au 2<sup>ème</sup> relayeur et ainsi de suite. Le temps sera arrêté à l'arrivée du 4<sup>ème</sup> relayeur. Le passage de relais se fait « à l'arrêt » par un contact entre les relayeurs (tape dans la main). En cas de non passage de relais correct (pas de contact) ou de triche sur le parcours (non-respect du parcours) => 5mn de pénalité.

La distance de tir sera d'environ 6m.

*Temps multiplié par 5*



## 6 et 7 - VTT + COURSE D'ORIENTATION (4 élèves)

**RELAIS VTT + COURSE d'ORIENTATION** : Epreuve de VTT (chemin autour tour du plan d'eau).

Le nombre de tours dépend des catégories. **Les élèves fonctionnent par binôme et doivent rester par 2** sinon ils sont neutralisés sur la ligne d'arrivée afin d'attendre qu'ils soient 2.

Les 2 premiers relayeurs partent pour un nombre de tours déterminés selon les catégories et passent ensuite les VTT aux 2 aux membres de leur équipe qui attendent sur la ligne de départ.

**Sécurité** : Une zone « marche » (environ 50m) à la ligne d'arrivée, doit être **obligatoirement franchie en poussant le vélo**. Les élèves passent le relais à la sortie de cette zone. Les élèves ne peuvent entrer dans la zone que si leur binôme est également arrivé.

Une fois le VTT terminé, les 4 élèves de l'équipe posent les casques et les vélos, et partent à 4 en Course d'orientation.

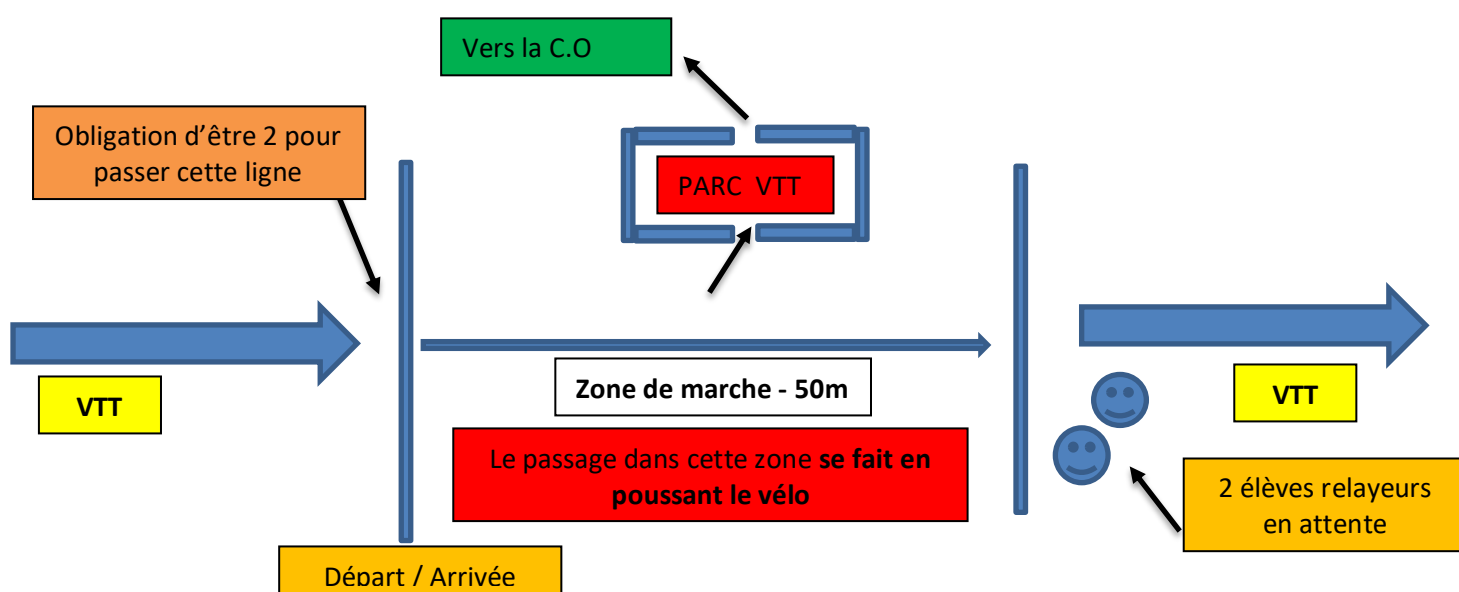
A cette épreuve s'enchaîne la course d'orientation, sans que le chrono ne s'arrête. 7mn de pénalité par balise manquante ou fausse.

**Attention : Le chrono démarre au départ du VTT et s'arrête à la restitution du carton de contrôle et de la carte de la Course d'Orientation.**

Les élèves doivent rester constamment par 4 et être à 4 au poinçonnage des balises. Distance maximum entre tous les élèves, 20m. Les équipes dont les élèves se sépareront seront disqualifiées immédiatement.

Le classement sera effectué en fonction du temps total obtenu par l'équipe.

Temps VTT / CO retenu à 75%



### 8- Lancer PÉTANQUE DE PRÉCISION (4 élèves)

L'équipe dispose de **12 boules de poids et tailles variables**. Chaque élève lancera **3 boules** (le choix est libre).

Objectif : être précis pour empocher le maximum de temps bonus en 12 boules.

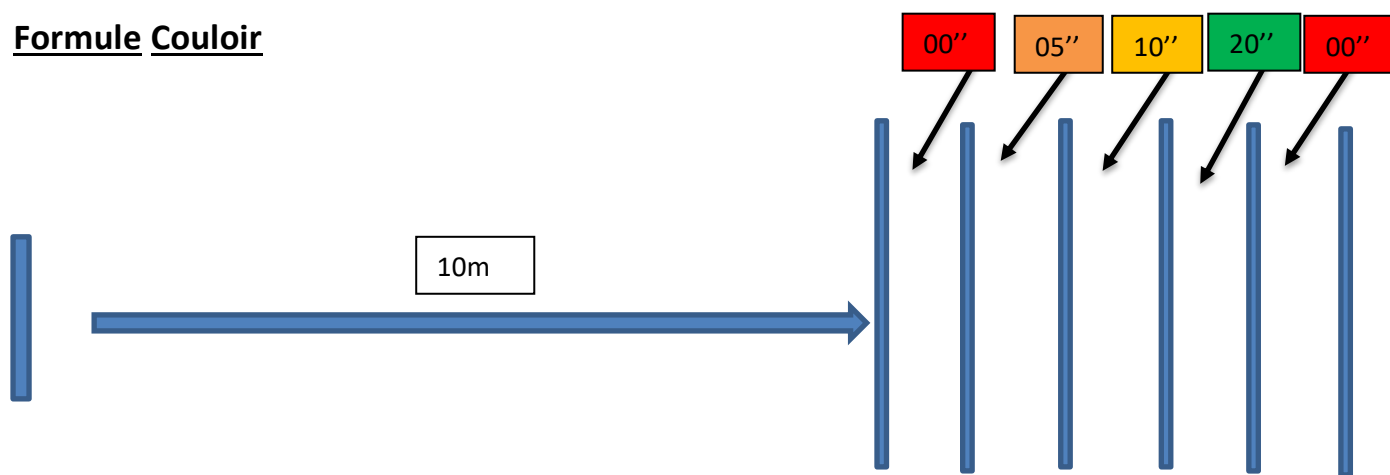
Ce bonus temps sera déduit du temps total du raid.

Les 12 boules sont lancées successivement et restent en place.

Décompte une fois les 12 boules lancées.

Temps de bonus multiplié par 5

#### Formule Couloir



## 9- LASER RUN (4 élèves)

Il s'agit d'une **épreuve de relais de tir au pistolet laser** couplée avec une course d'obstacles **d'une durée de 7 minutes**.

L'élève n°1 part fait un parcours d'obstacles et rentre sur le « pas de tir », il dispose de **maximum 50 secondes pour éteindre les 5 cibles**. Au bout de 50 secondes, les cibles s'éteignent. **Si l'élève éteint ses cibles avant les 50 secondes, il peut aller tout de suite passer le relais à l'élève 2 et valider le tour.....** et ainsi de suite. => C'est une course en relais pendant 7mn

**Objectif** : Réaliser le plus de tour complet en 7 minutes.

Chaque tour « complètement » terminé rapporte un bonus temps de 1mn qui sera déduit au total du temps du raid.

### RESULTATS

**Temps total du RAID = temps VTT / CO + Temps CANOË + Temps BIATHLON + Temps FIL d'ARIANE + Temps ULTIGOLF – Bonus VORTEX – Bonus PÉTANQUE – Bonus LASER RUN.**

La meilleure équipe sera celle qui aura le temps total le plus petit.

### Nombre de tours VTT par catégorie

	BF	BG	MF	MG
VTT	1 tour + 1 tour	1 tour + 1 tour	1 tour + 1 tour	<u>2 tours</u> + 1 tours
CANOE	2 tours	2 tours	2 tours	2 tours

En BG, MF et MG, la première « doublette » fait obligatoirement les 2 premiers tours.

Les équipes mixtes font le nombre de tours correspondants à la catégorie Garçons.