

Compte rendu de course de l'équipe :

Raid Aventure Pays de vie Mixte

Notre équipe est composée de Magalie Gueno (ma cousine), William Gebleux (mon pote d'enfance) Damien Renault (mon frère) et moi

En gros une équipe famille... trop sympat de faire du sport ensemble ;

+ Manu (mon pote) et Nanou (ma femme) nos assistants...

La prépa :

Pour ma part, je me suis préparé avec mon champion préféré (SEBOS) et entrainement VTT également avec Matias. Une bonne prépa ...

Dam, Mag et william une prépa dans leur coin (vu les distances...)

Ils sont tous les trois novices ds ce type de course ! (mag : course à pieds, Damien vélo de course et wil course à pieds route)

Vendredi Soir :

On se retrouve à st Martin :

Montage des tentes avec l'asso... c'est partie

Ensuite resto ; début des retrouvailles, présentation.. ; tout le monde est sérieux (pas d'apéros)

Inscription et découverte du raid

Qui part en 1^{er} c'est mag, dam et wil, je reste sur la touche pour rentrer à la CO

En suite on prépare le camion avec les caisses (préparation bâclée : tout le monde est pressé de se coucher...)

Petit dodo au gite. Entre l'excitation et les blagues qui fusent, on met du temps pour s'endormir

Samedi :

et en plus on se réveille les premiers 5h du mat...

petit dej et on part à st malo,

Brassé par le camion Wil nous fait une galette au départ ! Sympa !

Briefing : on apprend que je ne pourrais pas rentrer à la CO après la 1^{er} section de vtt.

En urgence on demande d'inverser aux organisateurs les bracelets remplacement avant le départ car ds l'équipe de départ il n'y a pas d'orienteur ;

Ouf il accepte ;

Relai

Mag démarre et arrive à la moitié et passe le relais à wil (voir photo)



Suite à un très bon relais wil arrive 15eme et je me lance en vtt pour le relais (tjs 15 éme),

Sp1 : VTT fléché : 18 km

Début de la galère : Mag crève, on essaye de réparer avec une bombe magique, ça dure 100 mètre et on fini par démonter et changer la chambre à air, Ensuite wil se casse la goule... et le vélo à des problèmes de freins et de dérailleurs, Là on se fait doubler par tout le monde et on laisse beaucoup d'NRJ dans ces galères... La roue du vtt de william n'arrête pas de se bloquer alors je décide de lui supprimer le frein arrière (ça lui vaudra une nouvelle pelle au retour... + entorse du pousse ..)

Sp2 : CO

Avec le retard du VTT, notre CO est écourté, 1 h03 on est un peu énervé et ça fausse les choix (on trouve rapidement les 1^{er} balises et ça fait du bien au morale) On retourne à st malo et on demande à Damien de réparer les vélos...

Bike & run : 15km

William part pour 15 bornes à pieds et (mag et moi) on s'échange le VTT ; On se plante à un endroit... on revient sur nos pas william adore .. Une balise trop haute sur parcours contraint Mag (1m58) à porter William (1m63) pour la valider...

Course à pieds 11, 12 ou 18 km ????

On commence à être fatigué, surtout moi (début d'une hypo, fringale..) 40 mn de marche Je me remets petit à petit ... et le dernier tiers je cours... On est shunté aux tirs à l'arc ! c'est pas grave on était tous nul dans cette discipline : c'est une façon de bien le prendre ;

Canoe et CO

Je fais la CO ou plutôt je fais n'importe quoi.. je prend que 2 balises Et les mag et wil découvre les chaussées On arrive pour l'escalade : il reste 2 minutes et on envoie william tout trempé ; ça ne marchera pas ;

VTT Carte 18km

Entrée de Damien à la place de William ; Je reprends mon vélo normalement réparé ! en fait le pignon de la roue arrière se remet à tourner ds le vide (encore une galère de vélo) On arrivera à boucler cette section grâce à Damien (il prendra mon vélo et fera les efforts;

REPOS avant la co de nuit:

En fait pas de repos, on repart pour Tiffauges, changement de programme... Avec les problèmes de vélo je suis obligé de me taper un vélo pourri avec une selle en bois (excuse-moi william)

La CO de nuit :

J'adore les CO de nuit, tout le monde à pris son pieds (on laisse encore trop de balises derrière nous) le retour en vtt une grosse galère avec mon vélo pourri... le feu d'artifice sera tirer quand j'arrive !

REPAS ET DODO

La c'est sympa, on rigole, on mange des pates (lasagnes de nanou) et on boit de la bière et du rouge (sous la tente de Nico , MERCI)

Et on se lève les premiers 6h30 (y a que là ou on était premier !)

Je vais directement ds le camion pour régler ce problème de vélo

On démonte tout et avec 2 vélos j'en fait un,,,

Dimanche : Relai

CAP mag et CAP fafa et VTT damien, on pars au milieu... on est bien !

Bike & run : 15km

Milieu de la course, il y a beaucoup de portage de vélo (et c'est moi qui me le tape !)

J'essaye de rejoindre mag et damien et j'arrive à une intersection ou je vois des oranges en bas et en haut. Je regarde la carte et je vais sur le bon chemin (damien et mag j'espère qu'ils ont pris en haut, je fonce je fonce et je rattrape Damien (pas de magalie) Damien continue et je vais chercher Mag que je retrouve 1 km plus loin ; on finira tous les 2 et on retrouvera damien à l'arrivée...

CO

Ravitaillement expresse sur le conseil de sebos

On assure sur la carte A (on en laisse une...) sur la B on y va pas...

VTT ROAD BOOK

Superbe section ou Damien aide Mag ds les montés... 20km/h moy

Course à pieds

Je sors et william rentre ;

Il est tout frais et prend l'orientation de l'équipe et il assure...

Tir à la carabine :

Les deux compères (dam et wil) se font plaisir (2 sur 3 pour wil)

Canoë et CO

Wil assure la CO mémo (4 sur 5) Damien conduit le canoe (ça se passe bien)

Et direction l'arrivée ou il me rejoigne avec manu ; BRAVO Tout le monde à pris son pieds, tout l'équipe sera au RDV l'année prochaine.. BRAVO aux autres équipes RAPV (dommage pour le repas en commun, les voitures à st martin.. on n a pas assuré.....)

MERCI

