

# LES PELELERINS

## Raid pédestre en orientation de nuit

6<sup>ème</sup> étape  
du challenge des raids  
d'orientation normands

### 4 parcours

Découverte 5 km  
Trotteurs 7 km  
Orienteurs 14 km  
Raideurs 21 km

**SAMEDI 4 MARS 2023**

**A Saint-Senier-Sous-Avranches**



[www.tc-val.fr](http://www.tc-val.fr)

### ORGANISATION DES COURSES

Le Triathlon club du Val St Père organise la 14<sup>ème</sup> édition de la course des Pèlerins le 4 Mars 2023 à la salle polyvalente de Saint-Senier-Sous-Avranches. La course des Pèlerins est un raid pédestre semi-urbain, en orientation de nuit empruntant chemins, routes sur les différentes communes d'Avranches.

La progression se fait à l'aide de cartes fournies par l'organisation (IGN,CO...), le choix de l'itinéraire est libre mais le temps de course est limité.

Hors challenge	Parcours du challenge		
Découverte 5 km	Trotteurs 7 km	Orienteurs 14 km	Raideurs 21 km
Solo ou Equipe de 2/3	Solo ou Equipe 2 à 3	Solo ou Equipe 2 à 3	Solo ou Equipe 2 à 3
Non licencié FFCO: 8 ans + un majeur	Non licencié FFCO: 11 ans + un majeur	Non licencié FFCO: 16 ans + un majeur	Non licencié FFCO: 18 ans
Licencié FFCO: 8 ans + un majeur	Licencié FFCO: 14 ans	Licencié FFCO: 16 ans	Licencié FFCO: 18 ans
7 €/p	12 €/p*	14 €/p*	16 €/p*
Départ 20h	Départ 19h45	Départ 19h15	Départ 19h

\* +2€/p pour les non-licenciés FFCO pour le challenge (licence journée)

Date limite des inscriptions au 01/03/23 sur le site klikego

Une caution de 60€ sera demandée pour le prêt d'une puce électronique

#### Condition d'inscription:

- Une licence FFCO 2023
- Ou un certificat médical datant de moins de 1 an (6 mois pour les mineurs) permettant d'établir " l'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition "
- Ou une attestation d'inscription pour une personne majeure non licenciée FFCO + questionnaire santé personne majeure
- Ou une attestation d'inscription pour une personne mineure non licenciée FFCO + questionnaire santé personne mineure

#### Matériel obligatoire:

- Un gilet jaune et une lampe frontale par personne
- Une couverture de survie et un portable par équipe.
- recommandé: eau, vêtements et chaussures adaptés, aliments énergétiques
  
- Un lot vous sera remis au retrait des dossards et une soupe chaude vous sera offerte à la fin de la course.
- Pour les parcours du challenge, il y aura 3 classements : féminin, mixte et masculin.
- Les organisateurs s'autorisent à récompenser les différents podiumistes du challenge.
- Pas de douche à la salle polyvalente de Saint Senier.

Renseignements sur [www.tc-val.fr](http://www.tc-val.fr)

Inscription en ligne sur [www.klikego.com](http://www.klikego.com)