

Le 23/04/2026



News Letter #1

Ça approche !

Nous voici à 1 mois du départ de L'Orient RAID !!!

L'entraînement bat son plein pour être prêt le samedi 30 mai.

Tu trouveras dans cette News Letter #1 de quoi peaufiner ta préparation avec ton équipier.

Les infos données ici viennent en complément du règlement que vous avez évidemment lu. Le règlement reste le document de référence pour préparer votre aventure.

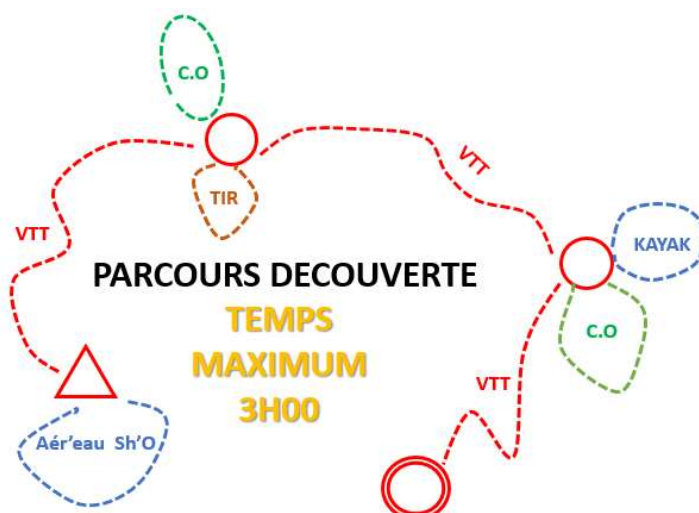
Qu'est ce qui t'attend ?

Pour le raid découverte

Objectif : Réaliser le parcours complet dans le temps imparti. Normalement, la majorité des équipes devrait réussir à valider toutes les balises.

Une pénalité de temps sera attribuée pour chaque balise non pointée.

Le classement se fait au temps (course + pénalités éventuelles)



Pour le raid aventure

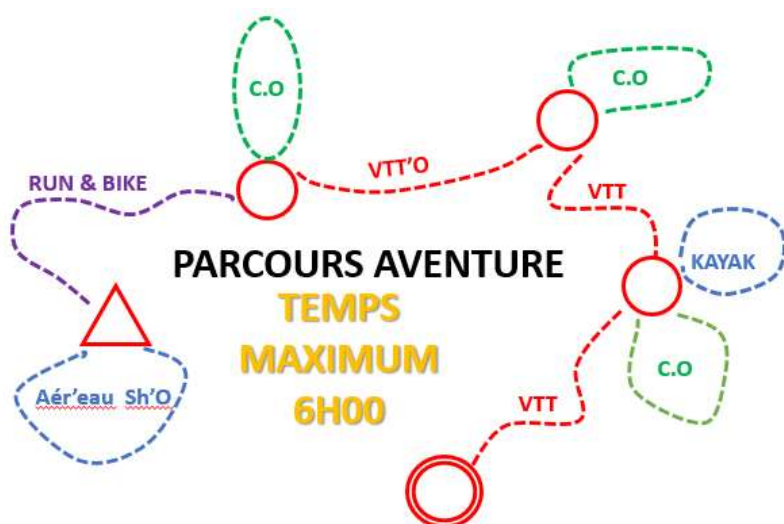
Objectif : Avoir le maximum de points en 6 heures.

1 balise = 1 point

Seuls les meilleurs (s'ils sont en forme) peuvent espérer faire le parcours complet en 6 heures.

Pour les autres, il va falloir faire des choix !

Le classement se fait au point. En cas d'égalité, le temps de course est pris en compte.



PROLOGUE
BIATHLON

Sur les parcours Découverte et Aventure, des barrières horaires sont définies. Il faut donc arriver avant l'heure qui sera donnée à ces endroits pour continuer le parcours. Sinon, un shunt est prévu pour raccourcir le parcours, la course continue pour tous jusqu'à l'arrivée.

Quoi qu'il arrive pendant cette journée, qu'on vous promet pleine de surprises, vous devrez être à l'heure à l'arrivée.

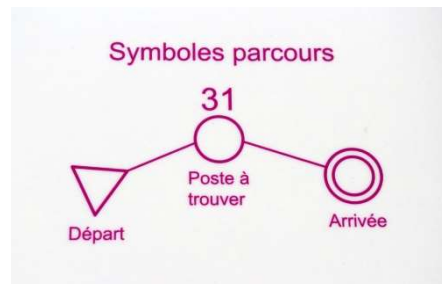
Quelques indispensables ...

Pour la préparation physique, elle n'est pas à négliger ! Il y a du dénivelé 😊

Pour la préparation technique, surtout en orientation, elle est obligatoire pour profiter le jour J.

Le départ est symbolisé sur toutes les cartes avec un triangle, les balises avec un rond simple et l'arrivée avec un double rond.

Si le départ et l'arrivée sont au même endroit :



Sur le terrain, les balises sont des toiles orange et blanche, munies d'un boîtier électronique. Vous aurez un doigt électronique pour valider votre passage.



Pour tous, il faut savoir lire un road book, en voici un exemple :

<p>La case de GAUCHE indique la distance à parcourir entre 2 cases. Ici, 60m après le départ, à l'intersection je continue tout droit</p>	<p>La case de DROITE indique la distance parcourue depuis le départ. Ici, j'ai parcouru 610m depuis le départ</p>
<p>1 KM 0 0,00 0,00</p>	<p>6 0,18 0,45</p>
<p>2 0,06 0,06</p>	<p>7 0,10 0,55</p>
<p>3 0,06 0,12</p>	<p>8 0,06 0,61</p>
<p>4 0,12 0,24</p>	<p>9 0,06 0,67</p>
<p>5 0,03 0,27</p>	<p>10 0,07 0,74</p>

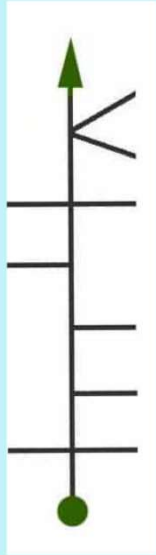
Veillez à bien suivre les numéros

Cet exemple de road-book se lit de bas en haut
Un compteur vélo ou une montre GPS peut être utile pour mesurer les distances

Pour le raid aventure, savoir lire un fléché allemand. Sont indiquées toutes les routes qu'il ne faut pas emprunter ... Par déduction, vous devez donc trouver le bon chemin en fonction du schéma.

Un petit exemple?

Le fléché allemand
se lit de bas en haut



6) Je laisse les deux chemins les plus à droite.

5) Je laisse le chemin le plus à gauche et le chemin le plus à droite

4) Je laisse le chemin le plus à gauche

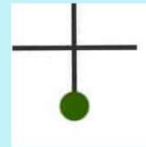
3) Je laisse à nouveau le chemin le plus à droite

2) A l'intersection suivante je laisse le chemin le plus à droite

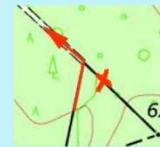
1) A la première intersection, je laisse le chemin le plus à gauche et le chemin le plus à droite

Et sur une carte, ça donne quoi?

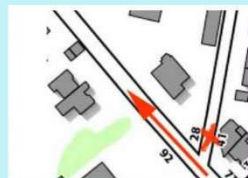
1) A la première intersection, je laisse le chemin le plus à gauche et le chemin le plus à droite
→ Je vais donc tout droit



2) A l'intersection suivante je laisse le chemin le plus à droite
→ Je vais donc à gauche



3) Je laisse à nouveau le chemin le plus à droite
→ Je vais donc tout droit



4) Je laisse le chemin le plus à gauche
→ Je vais donc vers la droite



5) Je laisse le chemin le plus à gauche et le chemin le plus à droite
→ je vais tout droit



Pour tous, votre progression se fait en orientation avec des supports variés, road-book, cartes sous diverses formes...

Sans devenir spécialiste, nous vous recommandons de jeter un œil sur la page suivante pour vous aider à lire une carte de CO.

Pour t'entraîner, tu trouveras des cartes à imprimer sur notre site internet :

[Parcours permanents d'orientation \(ESO\) - Morbihan](#)

RELIEF	
	Courbe de niveau et lirt de pente
	Courbe de niveau maîtresse et cote d'altitude
	Courbe de niveau de forme
	Collines
	Petites buttes
	Petites buttes allongées
	Dépressions
	Petite dépression
	Trou
	Abrupt de terre
	Levée de terre
	levée de terre en ruine
	Ravine
	Petite ravine
	Terrain accidenté
	Terrain très accidenté
	Elément particulier du relief
VEGETATION	
	Terrain découvert
	Terrain découvert avec arbres dispersés
	Terrain découvert avec buissons dispersés
	Terrain découvert encombré
	Terrain découvert encombré avec arbres dispersés
	Terrain découvert encombré avec buissons dispersés
	Forêt
	Végétation, course lente
	Végétation, course lente meilleure dans une direction
	Végétation, course lente, bonne visibilité
	Végétation, marche
	Végétation, marche, meilleure dans une direction
	Végétation, marche, bonne visibilité
	Végétation, progression difficile
	Végétation, progression difficile, meilleure dans une direction
	Terrain cultivé
	Verger
	Vignes ou similaires
	Limite franche de cultures
	Limites franches de végétation
	Gros arbre remarquable
	Arbre ou buisson remarquable
	Elément particulier de végétation
ROCHERS ET BLOCS ROCHEUX	
	Falaise infranchissable
	Falaise
	Trou rocheux
	Caverne/Grotte
	Bloc rocheux
	Gros bloc rocheux
	Blocs rocheux gigantesques
	Groupe de blocs rocheux
	Zone de blocs rocheux
	Zone de blocs rocheux dense
	Sol pierreux, course ralentie
	Sol pierreux, marche
	Sol pierreux, progression difficile
	Sol sablonneux découvert
	Affleurement rocheux
	Tranchée
SYMBOLES TECHNIQUES	
	Ligne du nord magnétique
	Croix de calage
	.215 Point d'altitude

EAU ET MARAIS	
	Etendue d'eau infranchissable
	Etendue d'eau de faible profondeur
	Trou d'eau
	Cours d'eau franchissable
	Petit cours d'eau franchissable
	Cours d'eau secondaire ou saisonnier
	Marais infranchissable
	Marais
	Marais étroit
	Marais peu visible
	Puits, fontaine, ou réservoir d'eau
	Source
	Elément d'eau particulier
ELEMENTS DUS A L'HOMME	
	Zone pavée
	Route large
	Route à 2 voies
	Route
	Chemin carrossable
	Chemin
	Sentier
	Sentier peu visible
	Jonction visible / peu visible
	Trace étroite ou layon
	Trace étroite ou layon, course aisée
	Trace étroite ou layon, course ralentie
	Trace étroite ou layon, marche
	Trace étroite ou layon, course normale
	Voie de chemin de fer
	Voie de chemin de fer, traversée interdite
	Ligne électrique, câble porteur ou téléski
	Ligne à haute tension
	Ligne à haute tension, pylone de grandes dimensions
	Pont / tunnel
	Passerelle / petit pont
	Mur
	Mur en ruine
	Mur infranchissable
	Clôture
	Clôture en ruine
	Clôture infranchissable / point de passage
	Zone interdite d'accès
	Zone interdite d'accès
	Bâtiments
	Bâtiment / passage couvert
	Ruine
	Tour de grande hauteur / Petite tour
	Caim
	Mangoire
	Elément linéaire significatif
	Elément linéaire significatif infranchissable
	Eléments significatifs dus à l'homme
	Escalier
SYMBOLES DE SURIMPRESSION	
	Prise de carte, itinéraire balisé, départ, ligne de parcours, poste et son numéro
	Ligne de parcours, itinéraire balisé, arrivée
	Limite interdite
	Zone interdite d'accès
	Points de passage
	Route interdite
	Poste de secours
	Poste boisson

Nos partenaires

Merci à nos amis : Les Petits Suisses Normands pour plusieurs illustrations de cette news letter.



Un grand merci à nos partenaires qui nous font confiance :



A bientôt

Dans la dernière semaine de mai, vous recevrez une nouvelle et dernière news letter avec des infos précises et utiles pour finaliser votre préparation.

Toute l'équipe des bénévoles du L'orient raid

