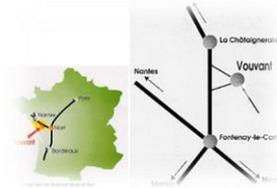




## Cr du raid de Mélusine - 27 28 juin



Au départ de cette sortie club, 6 équipes au total.

→ 5 équipes sur le format enduro composées de 2 ou 3 pers (130km-2jours) : Rémi, Franck / Line, Christine, Magali / Sébastien L, Thomas C, Benoit / Patricia G, Jean Michel, Jean Yves / Isabelle G, Hugues Marie, Philippe LP

→ 1équipe mixte sur l'épreuve du dimanche 60 km. binôme Isabelle L et Stéphane S

Nous partons le samedi matin à 9 dans le mini bus et arrivons à Vouvan vers 10h15. Nous retrouvons Magali et Jean Yves qui ont réservé un espace sur l'aire de camping pour le TNA.



Le coin est sympa, nous sommes installés en bord de cours d'eau, le temps magnifique, c'est plutôt bien parti pour un bon petit Week end.

Nous allons récupérer les dossards, nous mangeons un petit bout et nous installons les tentes. On s'équipe tranquillement pour un briefing à 11h30/départ midi.

Entre temps l'équipe de choc du président- Hugues Marie et Isabelle est arrivée..

Je suis donc en équipe avec les filles, Christine et Magali. Je me dis qu'il va falloir assurer parce qu'elles sont quand même très fortes 😊

## Voici le planning des festivités :

### Jour 1 :

Remise des dossards	à partir de 10h00 Au bord du plan d'eau de Vouvant, à la Grotte, lieu du bivouac		
Heure du briefing	11h30		
Heure de départ :	12h00		
Distance totale :	<b>60 km</b>		
Le parcours :			
		CO Photos (sur IOF)	2.3km
		VTT	9.6 km
		Trail'O	0.6 km
		Canoë	3.1 km
		CO (sur IOF)	3.5 km
		VTT'O	7.9 km
		Spéciale	
		Bike and Run	3.9 km
		CO score (sur IOF)	6.5 km
		Bike and Run	3.2 km
		VTT	7.5 km
		Spéciale de Tir	
Nocturne			
		CO (sur IOF)	8.0 km

### Jour 2 :

#### Dimanche 28/06/2015 (Enduro et Aventure) :

Remise de dossards et petit déjeuner	7h00 Place du bail (pied de la tour Mélusine)		
Briefing	8h15		
Heure de départ :	8h45 pour l'enduro et 9h00 pour l'aventure		
Distance totale :	~ 60 km		
Le parcours :			
		Trail Relais (2 boucles)	2x0.5 km
		VTT	6.7 km
		CO (Sur IOF)	7.2.km
		VTT	10.8 km
		Canoë	3.6 km
		VTT	9.7 km
		CO (Sur IOF)	5.0 km
		Bike and Run	5.1 km
		VTT	11.5 km

On part vers midi pour l'épreuve de CO photos en ville, ça se passe plutôt bien il faut tout de même faire attention aux leures!

On a ensuite enchainé sur le vtt road book, on se met dans l'ambiance, je suis les filles qui gèrent l'itinéraire. On arrive ensuite parmi les dernières équipes sur un petit bout de trail très « trail » avec un passage dans un « ruisseau-stagnant » qui se révèle par endroit arriver à mi taille. J'ouvre la marche, les filles peuvent anticiper un peu mieux les endroits où ne pas passer ;)

On arrive ensuite sur l'épreuve canoé 2 pagaies pour trois : j'ai la place tranquille au milieu pour commencer, ce n'est pas désagréable ! Magali mène la barque puis j'échange avec Christine qui n'aime pas de trop cette discipline. Il y a deux balises à récupérer – 3Km c'est plutôt rapide.

On enchaîne ensuite par une CO courte avec 3 reports elle n'est pas très difficile mais il y a pas mal de passage de fil de barbelés faut faire attention où on met les pieds ! Nous avons d'ailleurs orienté un binôme masculin qui était un peu perdu (heureusement que les filles assurent ;))

C'est reparti pour un bout de VTT O avec des cartes sur lesquelles on doit mémoriser la balise suivante, ce n'est pas notre point fort ! à l'arrivée c'est la spéciale : descente en rappel de 35m avec une très belle vue (c'est pour moi) et une épreuve de tir (pour Christine) qui permet de récupérer des minutes supplémentaires pour la CO nocturne.

On enchaîne sur un bike and run puis la CO au score en forêt. On commence par tracer rapidement notre circuit puis on se met dans la carte avec Christine, on laissera finalement 3 balises. Ça se passe plutôt bien mais on manque d'un peu de précision quand on coupe ce qui nous fait perdre un peu de temps et on s'accroche les genoux plus que nécessaire.

Epreuve de bike and run et là, manque de bol, je me fais une entorse en courant. Heureusement c'est la fin de journée il reste une épreuve VTT où je laisse les filles assurer, on arrive tout de même sur la ligne d'arrivée toutes les trois !

C'est l'heure de la PASTA ou on déguste les délicieuses rillettes de mélusine et un bon plat de pâtes.

Je décide de ne pas faire la CO pour mettre ma cheville au repos alors que les filles repartent vers 23H30 pour la CO Nocturne composée de trois cartes. Pendant ce temps je me suis déjà endormie..

Réveil 7H pour petit dej servi sur la place du village au pied de la Tour emblématique de la ville. Je décide de suivre les filles et de les laisser assurer les portions de course à pied car je ne peux plus courir. La journée commence donc par un relai en trail assuré par Chris et Mag.

On enchaîne sur une portion de VTT road book puis les filles partent pour une CO au score en forêt.

C'est ensuite une portion VTT fléché Allemand que l'on fait avec l'équipe Jean Yves – P atou – Jean Michel. On arrive sur la portion canoé de près de 4KM, un peu plus longue que la précédente. Je dirige et j'arrive à plus ou moins tenir le cap !

On ré enfourche les vélos pour la portion VTT O, il y a quelques bonnes côtes-descentes qui nous obligent à poser le pied à terre, les chemins sont très sympas et l'orientation se passe bien.

On enchaîne sur une Epreuve de run and bike sur un parcours très chouette en road book. Les filles sont supères elles courent 100% du temps et me laissent le vélo pour que je puisse faire l'épreuve 😊. D'autant plus qu'elles enchainent ensuite sur une CO au score!

Dernière épreuve VTT suivi d'itinéraire je prends la carte et je suis trop motivée pour bien finir cette épreuve surtout que je me suis pas mal reposée pendant les CO !

On trace pas mal et on finit par une montée de marche sur la place du village avec la Tours !

## Les résultats : quelques podiums !

Pour le raid enduro : Extraction des résultats avec position au scratch :

R <sup>n</sup>	Equipe	Dép.	Ville	Concurrents	Type	H. Arrivée	Départ	Tir arc	Temps sans CO COSSE et STLUC	Temps CO COSSES (avec pénalités)	Temps CO ST LUC (avec pénalités)	Balise Manquant es Caros (n°6)	Balises manquantes VTT + P&P	Temps TT BONUS	Temps TT PENALITE	Temps TT dimanche	Temps Samedi	TEMPS TOTAL RAID ENDURO	Position
7	<b>TNA REMFRTHO</b>	37	JOUE LES TOURS	KARAOUI / PERICARD /	MASC	15:16:00	8:45:00	3	4:46:00	1:52:00	2:03:00	0	0	0:01:30	0:00:00	8:39:30	8:50:00	17:29:30	21
8	<b>TNA Patou et ses 2 JJ</b>	37	SAINT AVERTIN	GIRARD / BOBINET / GASCHET	MIXTE	15:16:00	8:45:00	19	4:43:00	1:19:00	1:29:00	0	0	0:09:30	0:00:00	7:21:30	10:00:00	17:21:30	20
9	<b>TNA LES FILLES · CHRISLINEMAC</b>	37	BRIZAY	BONNEAU / PIGENEL / HERNANDEZ	FEM	15:15:00	8:45:00	14	4:37:00	1:19:00	1:34:00	0	0	0:07:00	0:00:00	7:23:00	9:49:30	17:12:30	19
10	<b>TNA PHILISAHUGUES</b>	37	CHAMBRAY LES TOURS	LE PICHON / GALPIN / DE COUESNONGLE	MIXTE	14:53:00	8:45:00	22	4:18:00	0:58:00	0:52:00	0	0	0:11:00	0:00:00	5:57:00	6:34:30	12:31:30	3
11	<b>TNA SebTomBen</b>	37	TOURS	LEBORGNE / CHEVRIER / FUCHSLOCK	MASC	15:02:00	8:45:00	18	4:15:00	1:06:00	1:26:00	0	0	0:09:00	0:00:00	6:38:00	6:10:30	12:48:30	5

### Les podiums

- ➔ TNAPHILISAHUGUES : 1 mixte et 3eme au scratch
- ➔ LES FILLES : 1ere fem (sur 2)



Pour le raid «aventure » : Isabelle L et Stéphane S : 11/49 2eme mixte

Grosse récup pour l'équipe MASC des jeuns qui était quand même 3eme au scratch à la fin du 1<sup>er</sup> jour !



**En résumé un super week end dans une région qui vaut le détour, des parcours vtt très sympas, beaucoup d'enchainements d'épreuves tactiques, une orga rodée et des ravitos au TOP.**

**Seul point les douches étant à 3KM nous avons eu la flemme d'y aller on s'est donc douché à la source et nous avons clôturé le week end par une baignade dans la rivière 😊**

**Pour ma cheville j'ai fait des radios, c'est une entorse bénine, un peu de repos puis je n'ai qu'une hâte remettre ça 😊**