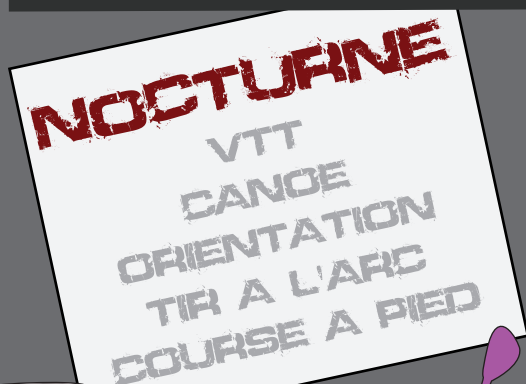


SAMEDI 20 AVRIL 2013
CARANTILLY - 20H30



Principe du Raid Bol

19h30 : début du retrait des dossards

20h30 : départ de l'épreuve

Enchaînement de VTT, course à pied, kayak, course d'orientation, et tir à l'arc avec pénalités entre chaque épreuve.

Le tout dans une vingtaine de kilomètres.

Une épreuve courte à disputer sous forme de Sprint ou de randonnée.

Repas offert : pâtes carbonara, crêpe et boisson

Coupon réponse à retourner à Marine Nabusset; 11 rue des Près 50660 Lingreville, avant le 16 avril, accompagné d'un chèque de 12 € par participant à l'ordre de l'association Bol d'air et des certificats médicaux.

RDV Samedi 20 avril 2013 à Carantilly à 20H

Informations

-Le raid est réalisable en équipe de 2 à 5; (2 participants minimum par épreuve.)

-Interdit aux moins de 16 ans non accompagnés

-Obligatoire : gilet jaune, lampe frontale, trousse de secours, couverture de survie, casque, certificat médical (- d'un an)

Nom de l'équipe

Nom - Prénom (du capitaine pour les relais)

Adresse :

E-mail - Téléphone :

Noms-Prénoms des co-équipiers :

CARANTILLY.FR

06.08.95.47.70

BOLDAIRCARANTILLY@YAHOO.FR

