



UNSS

RAID DEPARTEMENTAL

(VTT, Run & Bike, Course d'orientation, Biathlon, Trail...)

MERCREDI 4 OCTOBRE

en Forêt de Grimbosq
parking du cimetière des petits animaux

Par équipe de 4, mixte si possible :

- * 2 filles et 2 garçons initiés, pas de débutants
- * 1 VTT pour 2 et 1 casque chacun.

Prérequis pour pouvoir participer :

- Être capable de **se déplacer EN AUTONOMIE** à l'aide de différents supports d'orientation (fléché allemand, road book, cartes IOF...)
- Être capable d'effectuer les réparations courantes en VTT (trousse de réparation).
- Être en bonne condition physique compte tenu de l'effort à fournir, et des conditions de cyclabilité en forêt.