

**Dimanche  
4 Novembre 2018**

**Nouvelle épreuve  
en Auvergne Rhône Alpes  
dans l'ouest Lyonnais**

# CRAPONN'HARD

**Raid**

**Duo : Trail+VTT+Bike/run**

**Relais : 1 en Trail+1 en VTT+les 2 en Bike/run**

**65km/1300m D+**

**Rando Raid famille Orientation 10km**

**Craponne Site Olympie**



**Inscription en ligne :**



**Chronospheres**  
Votre spécialiste du chronométrage  
[www.chronospheres.fr](http://www.chronospheres.fr)



**Plus d'infos : [craponnetriathlon@gmail.com](mailto:craponnetriathlon@gmail.com)  
<https://www.facebook.com/triathlon69.0>**



**G.CYCLES**  
CRAPONNE

**TD terre de running**  
Craponne



# Craponn' Hard 2018

Le 4 Novembre 2018 verra le jour d'une nouvelle épreuve dénommée « Craponn'Hard » dans tous les cas une équipe de passionnés va faire en sorte...d'organiser le mieux possible une Nouvelle Epreuve Sportive qui demanderait le dépassement de soi, gestion d'effort , esprit d'équipe, heureux de terminer...

Le Maire de la commune de Craponne Alain Galliano assisté de l'Adjoint au Sport nous a reçus pour définir ensemble le projet qui les intéresse et ils sont prêts à nous suivre pour le mener à terme.

A ce jour l'épreuve est enregistrée sur le site de la FFTRI dans la formule « Raid Format Moyenne Distance».Il pourra y avoir pendant le déroulement de cette épreuve, une épreuve non Chronométrée ouverte aux familles, sur un format «Rando Raid Orientation »... L'enregistrement définitif sur le calendrier de la Ligue Rhône Alpes est intervenu début 2018. Des accords avec les communes vont se mettre en place rapidement, dès lors le compte à rebours sera lancé.

Le format envisagé pourrait être sur une durée de 3H45/4H~ Pour les premiers Arrivants.

Un départ en matinée sera donné...

**Equipe de 2 composée soit de sexe Masculin, Féminin, Mixte.**

**Ou en Relais (1 trail + 1 Vtt + 2 en Bike/run)**

**Enchaînement de trois disciplines :**

**Trail 18 Kms 320 D+ / Vtt 30 Kms 660 D+ / Bike/ Run 18 Kms 320 D+**

**Les Parcours seront dévoilés le jour même aux concurrents.**

**Pour la première édition et en fonction du lieu de Départ et d'Arrivée, les parcours pourraient emprunter des chemins et voies déjà connus et sécurisé.**

**Les tracés seront jalonnés panneaux directionnels/Rubalise.**

**Sur le Raid , le parc à vélo est un endroit sécurisé ou les VTT seront appuyés sur des barrières ou l'un contre l'autre. Une Zone de ravitaillement peut être installée sur l'aire de Transition.**

**Les concurrents seront en autonomie complète. Tous les publics sont autorisés à partir de la catégorie Cadets, des Pass Journées seront délivrés pour les non licenciés en échange d'un certificat médical.**

**Un médecin et des secouristes seront sur l'organisation.**

**Pas d'Arbitre sur l'épreuve , des contrôles seront effectués par l'Organisation.**

**Un Flyer est édité, retraçant le déroulement de la journée.**

**Toutes les informations pourront être disponibles sur le site de [chronosphere.fr](http://chronosphere.fr) dès début 2018.**



## **Book Raid Craponn'Hard**

**Dimanche 4 Novembre 2018**

**Dossards de 7H30 à 9H. Affichage et découverte de tous les Parcours.**

**Ouverture du Parc Vélo 8H**

**Briefing Complet de Tous les Parcours à 9H10**

**Départ à 9H30**

**Epreuve 1 Trail 18 kms**

**Parcours Balisé**



**Epreuve 2 VTT 30 kms. Parcours balisé/sécurisé**



**Sauf une partie Orientation de 8,5kms à partir du km 6.**

**La distribution de la carte/road book(une par équipe) se fait à la sortie du Parc de transition VTT. 4 points de contrôle. Passage obligatoire à St Bonnet le Château. Retour de la carte/contrôle au retour à l'entrée du Parc. Pénalité par Balise manquante : 15'. Les pénalités seront ajoutées au Classement Final sur Contrôle des Commissaires de course.**

**Epreuve 3 Bike and Run 18 kms. Parcours balisé/sécurisé**



**1 Vtt pour deux, Garder son casque sur tout le parcours.**

**Passage sur la Ligne d'Arrivée avec son coéquipier(e)**

**ASSISTANCE MEDICALE 06 85 41 52 30**

**DIRECTION DE COURSE 06 30 70 71 30**



## ***OUVERT A TOUS***

**RANDO Famille Orientation**

**(non Chronométré)**

**Dimanche 4 Novembre 2018**

*- Parallèlement au Raid « La Craponn'Hard » aura lieu une épreuve non Chronométrée « Rando Famille Orientation » ouverte aux Familles.*

*(Couple, Parents/enfant ...) à partir de 8 Ans (accompagné par les parents)*

*"Pas de chronométrage, pas de classement, donc pas de certificat médical"*

*-Le départ se fera de 10H jusqu'à 11H au Site Olympie.*

*(rue Joseph Moulin Craponne 69290)*

*-Parcours en Orientation avec Balises (environ deux heures) Carton à validé.*

*-Tracé dans les alentours de Craponne et de ses environs.*

*-Accessible au plus grand nombre.*

*-Sous l'entière Responsabilité des Familles et de leurs enfants.*

***L'Equipe d'Organisation de Craponne Triathlon***

***Inscriptions Contact Page Face Book de l'Événement***

***Chronosphère.fr***

***06 30 70 71 30***

***Terre de Running Craponne***