

**3. EQUIPIER** Nom : .....  
 Prénom : .....M / F  
 Né(e) le : ..... Tel : .....  
 Commune de résidence : .....  
 E-mail : .....

**Pour les personnes majeures :** Je certifie sur l'honneur avoir pris connaissance des caractéristiques techniques du raid ; savoir nager 25 m et m'immerger ; avoir pris conscience des risques inhérents à ce type d'activités sportives ; être titulaire d'une assurance responsabilité civile.  
 Fait à ....., le .....  
 Signature du participant

**Pour les mineurs, autorisation parentale :** Je soussigné(e), ....., autorise mon enfant ..... à participer au raid du 23/06/24.  
**Joindre un brevet de natation 25 m**

Fait à ....., le .....  
 Signatures du participant & du représentant légal

**CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE**  
*daté de moins de 1 an le jour du raid*

Je soussigné(e) : .....  
 Docteur en médecine, certifie après examen médical que ....., né(e) le ....., ne présente pas de contre indication apparente à la pratique de raids multisports en compétition et notamment des activités sportives suivantes (**rayez les activités non autorisées**) : Course / VTT / Canoë Paddle/ Tir à l'arc / Escalade  
 Date : .....  
 Cachet et signature du Médecin

Inscriptions le 10/06 au plus tard  
 auprès de l'OCAS Guichen  
 12, rue Blaise Pascal – 35580 Guichen

# Nos partenaires



## 11ème Raid découverte des vallons de Vilaine

### Dimanche 23 juin 2024 à Pont-Réan



4 catégories  
 dès 10 ans (nés en 2014 et avant)

Famille	Ados	Découverte	Sport
Tir à l'arc			
Escalade (mur d'escalade de 8m)			
Canoë		Paddle	
Course d'orientation		Course d'orientation	
VTT		Run & Bike	

Inscriptions au plus tard le 10/06  
 24€ par équipe

### Renseignements et inscriptions

OCAS Guichen – Laure Courouble  
 Tel : 02 99 57 30 60  
 contact@ocas-guichen.fr  
<https://ocas-guichen.assoconnect.com>





## CATEGORIES ET EPREUVES :

Par équipes de 2 ou 3 ; durée : 3 à 4 heures

**FAMILLE** : 1 ou 2 enfants de 10 à 13 ans (2014-2011), avec au moins 1 adulte - CO : 30 min / VTT : 12 km / Canoë : 1 km / Tir à l'arc / Escalade

**ADOS** : 2 à 3 jeunes de 14 à 18 ans (2009-2005) - CO : 30 min / VTT : 12 km / Canoë : 1 km / Tir à l'arc / Escalade

**DECOUVERTE** : 2 à 3 personnes de 14 ans et +, dont au moins 1 adulte - CO : 30 min / VTT : 12 km / Canoë : 1 km / Tir à l'arc / Escalade

**SPORT** : 2 à 3 personnes de 14 ans et +, dont au moins 1 adulte – Course d'orientation Run & Bike (1 VTT pour 2 ou 2 VTT pour 3) : 16 km / Paddle / Tir à l'arc / Escalade

Escalade sur un mur de 8m de haut !

## A SAVOIR :

- Remise des dossards dès 7h45 / Départs entre 8h et 8h45 / Fin des épreuves à 13h30
- Ravitaillement offert à chaque participant
- Matériel à prévoir : casque obligatoire et VTT pour chaque participant / chaussures et tenue de rechange pour le canoë-kayak / gourde / sac à dos / téléphone portable
- Buvette sur place

## RENSEIGNEMENTS :

Tel 02 99 57 30 60 ou [contact@ocas-guichen.fr](mailto:contact@ocas-guichen.fr)

## INSCRIPTIONS :

Pour valider l'inscription de votre équipe, renvoyez votre **dossier complet et le paiement** (24 € par équipe ; chèque à l'ordre de l'OCAS Guichen) **jusqu'au 10 juin** à OCAS Guichen – 12 rue Blaise Pascal - 35580 GUICHEN

**Attention : limité à 100 équipes !**

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Catégorie : famille ados découverte sport

Nom de l'équipe : .....

Tel pendant le raid : .....

**1. CAPITAINE** Nom : .....

Prénom : ..... M / F

Né(e) le : ..... Tel : .....

Commune de résidence : .....

E-mail : .....

**Pour les personnes majeures** : Je certifie sur l'honneur avoir pris connaissance des caractéristiques techniques du raid ; savoir nager 25 m et m'immerger ; avoir pris conscience des risques inhérents à ce type d'activités sportives ; être titulaire d'une assurance responsabilité civile.  
Fait à ....., le .....  
Signature du participant

**Pour les mineurs, autorisation parentale** : Je soussigné(e), ....., autorise mon enfant ..... à participer au raid du 23/06/24  
**Joindre un brevet de natation 25 m**

Fait à ....., le .....  
Signatures du participant  
& du représentant légal

### CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE

*daté de moins de 1 an le jour du raid*

Je soussigné(e) : .....  
Docteur en médecine, certifié après examen médical que ....., ne présente pas de contre indication apparente à la pratique de raids multisports en compétition et notamment des activités sportives suivantes (**rayez les activités non autorisées**) : Course / VTT / Canoë Paddle / Tir à l'arc / Escalade  
Date : .....  
Cachet et signature du Médecin

Certificat médical pour tous  
et brevet de natation de 25 m pour les mineurs  
**OBLIGATOIRES** : aucun inscrit ne pourra prendre le départ sans ces documents

**2. EQUIPIER** Nom : .....

Prénom : ..... M / F

Né(e) le : ..... Tel : .....

Commune de résidence : .....

E-mail : .....

**Pour les personnes majeures** : Je certifie sur l'honneur avoir pris connaissance des caractéristiques techniques du raid ; savoir nager 25 m et m'immerger ; avoir pris conscience des risques inhérents à ce type d'activités sportives ; être titulaire d'une assurance responsabilité civile.  
Fait à ....., le .....  
Signature du participant

**Pour les mineurs, autorisation parentale** : Je soussigné(e), ....., autorise mon enfant ..... à participer au raid du 23/06/24.  
**Joindre un brevet de natation 25 m**

Fait à ....., le .....  
Signatures du participant  
& du représentant légal

### CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE

*daté de moins de 1 an le jour du raid*

Je soussigné(e) : .....  
Docteur en médecine, certifié après examen médical que ....., né(e) le ..... ne présente pas de contre indication apparente à la pratique de raids multisports en compétition et notamment des activités sportives suivantes (**rayez les activités non autorisées**) : Course / VTT / Canoë Paddle / Tir à l'arc / Escalade  
Date : .....  
Cachet et signature du Médecin