



Association  
« Ruralité Et Soutien des Sports d'Orientation du Tarn »



<http://perso.orange.fr/ressort>  
[bruno.feneuil@wanadoo.fr](mailto:bruno.feneuil@wanadoo.fr)  
05 63 55 70 81, 06 78 78 23 43



LIGUE MIDI-PYRÉNÉES  
DE  
COURSE D'ORIENTATION



## RAID et RANDONNÉE d'Orientation de RAYSSAC (81)

au Sud-Est d'Albi à l'entrée des Monts de Lacaune

**Dimanche 2 mars 2008 à partir de 9 h**

Présentation et règlement de la manifestation

A une demi-heure d'Albi en voiture et à 600 m d'altitude, Rayssac est un village rural à l'orée des Monts de Lacaune, dont le paysage largement boisé a été façonné par l'agriculture (élevage) et l'ancienne tradition minière (extraction de la fluorine). Cette tradition qui remonte au Moyen Age a laissé quelques vestiges des temps anciens et a largement sculpté la vallée du Dadou par deux mines à ciel ouvert de la fin du siècle dernier. L'exploitation de ces mines s'est définitivement arrêtée et offre maintenant une alternance entre un paysage traditionnel de petite montagne et une nature réhabilitée de géométrie plus moderne.

Dans ce décor, l'association RESSORT vous propose :

### → 4 circuits compétition chronométrés:

- 18 km, dénivelée 700 m, très technique.
- 14 km, dénivelée 500 m, technique.
- 8 km, dénivelée 400 m, moyen.
- 5 km, dénivelée 250 m, facile.

### → 4 circuits loisir non chronométrés:

- une recherche de balises au score.
- 3 circuits de randonnée avec carte d'une durée d'environ 1, 2 et 3 heures pour un marcheur moyen (pas de balises).



Mairie de  
RAYSSAC



Passage minier, début XX<sup>ème</sup> siècle.

**Départ et arrivée :** Maison du Temps Libre à gauche, à la sortie Est de Rayssac.

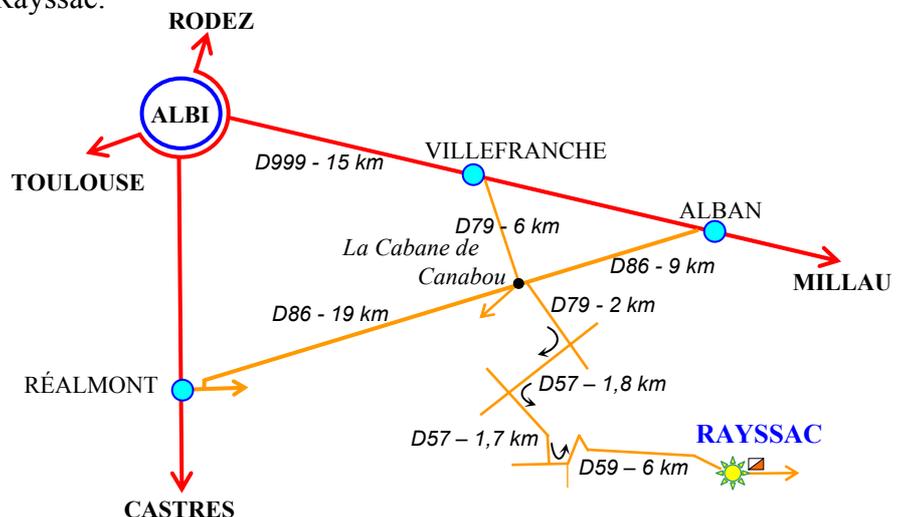
**Plan d'accès :**

- Itinéraire conseillé à partir d'Albi : Sortir de la rocade direction Millau. Aller à Villefranche. Au rond point à la sortie de Villefranche, tourner à droite direction Rayssac. Suivre le plan ci-dessous et les panneaux routiers indiquant Rayssac.
- En venant d'Alban ou Réalmont, suivre la D86 jusqu'au hameau "La Cabane de Canabou", puis prendre la direction Rayssac.



RAYSSAC, le bourg.

Commune: 30 km<sup>2</sup>, 300 habitants.



## 1. Organisation générale :



Cascades en sortie d'une ancienne mine.

L'accueil sera assuré à partir de 9 heures, à la Maison du Temps Libre, à gauche à la sortie Est de Rayssac. L'inscription sur place est possible, dans la limite des cartes disponibles (et moyennant une majoration de retard pour les circuits compétition). Pour vous garantir la disponibilité des cartes, renvoyez le bulletin d'inscription avant le 25 février 2008. Sur ce bulletin, pour ceux et celles qui désirent se restaurer sur place, pensez également à réserver votre repas "**Produits du Terroir**". Une buvette (boissons, crêpes) sera également à votre disposition, dès 9h, jusqu'à la fin de la manifestation.

Concernant l'aspect sportif, les circuits peuvent être légèrement modifiés par l'organisation, dans les jours précédents la manifestation, en fonction des conditions météorologiques.

### Organisation technique :

- Cartographie et traçage : Bruno FENEUIL.
- Contrôle circuits compétition : Patrick CLERC et Pierre FARISSIER.
- Contrôle circuits loisir : Blandine, Florent et Valérie FENEUIL.

La manifestation repose sur deux cartes d'orientation. La première à l'échelle 1/2500 couvre le bourg de Rayssac, la seconde à l'échelle 1/15000 ou 1/20000 couvre 18 km<sup>2</sup> de la commune. Un extrait de chacune des cartes est donné ci-contre.



Une partie du bourg (carte 1).



Le lieu-dit du Castelas (carte 2).

**RAPPEL:**  Comme pour toute course d'orientation, les abandons de course, ainsi que les retours de randonnée, doivent être signalés à l'organisation (pour éviter une procédure de recherche inutile).

 Les participants doivent se conformer au code de la route lors de la traversée d'une route, les coureurs ne sont pas prioritaires.

## 2. Les circuits LOISIR de RANDONNÉE (non chronométrés)



Calvaire occitan.

### → Les balises au score :

Cette activité consiste, avec les deux cartes fournies par l'organisation, à trouver des balises (dotées de pinces pour poinçonner un carton de contrôle) dans un temps limité à 3 heures. L'emplacement de ces balises est noté sur les cartes d'orientation (l'une à l'échelle 1/2500, l'autre au 1/15000). Le randonneur établira lui-même son circuit pour effectuer le trajet le plus court tout en poinçant le maximum de balises.

Départ en masse à 9 h 45 (départ après 9h45 possible),  
**retour au plus tard à 12 h 45.**

### → Les circuits de randonnée :

Trois circuits sont proposés d'une durée d'environ 1 heure, 2 h et 3 heures pour un randonneur moyen. Les circuits ne sont pas balisés sur le terrain, mais dessinés sur les cartes fournies au départ. Le randonneur habile à la lecture de carte pourra aisément s'offrir de nombreuses variantes aux circuits proposés.

Départ à horaire libre. Dernier départ à 11h30. Le retour doit être signalé à l'organisation (pour éviter une procédure de recherche inutile).

## 3. Les circuits COMPÉTITION de RAID (chronométrés)

Ce raid est une course d'orientation par équipe de 2. Deux cartes seront fournies au départ à chaque compétiteur. La première à l'échelle 1/2500 permettra l'éclatement des équipes sur la recherche de balises dans un ordre indifférent, la seconde à l'échelle 1/15000 (ou 1/20000) fournira la suite des balises à trouver dans un ordre imposé. Le passage aux balises sera enregistré en poinçant un carton de contrôle.

Nous vous offrons une vraie course d'orientation, qui peut intéresser également les raideurs pour qui l'hiver est la morte-saison. Quant au circuit le plus court, il peut être parcouru par les plus jeunes des orienteurs ou par les familles.

Quatre circuits de course (de longueur et de difficulté variées) sont prévus. Toutes les équipes d'un même circuit prennent le départ simultanément (départ "en masse") à 10h00 pour le circuit A, puis toutes les 3 minutes, à 10h03 pour le circuit B, à 10h06 pour le circuit C, à 10h09 pour le circuit D.

Circuit A: 18 km et 700 m de dénivelée, très technique,  
Circuit B: 14 km et 500 m de dénivelée, technique,  
Circuit C: 8 km et 400 m de dénivelée, moyen,  
Circuit D: 5 km et 250 m de dénivelée, facile,

Catégorie HSe, HV1,  
Catégorie DSe, DV1, HV2, Mixte Se et Mixte V1,  
Catégorie juniors, DV2, Mixte V2,  
Famille et découverte.

Les catégories sont définies par l'âge au 31 décembre 2008 :

Junior :	De 16 à 18 ans inclus.
Senior :	De 19 à 39 ans inclus.
Vétéran 1 :	De 40 à 49 ans inclus.
Vétéran 2 :	De 50 à 59 ans inclus.

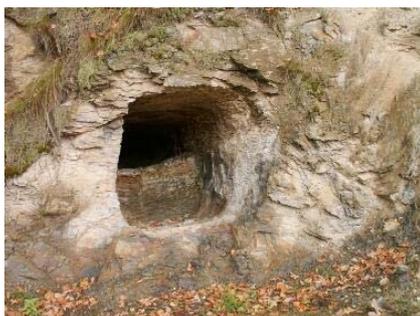
Si deux coureurs de catégorie différente forment une équipe, ils s'inscriront sur le circuit le plus long pour être classés. Par exemple : un HV1 avec une DV2 courent sur le circuit B (Mixte V1)

### Challenge Tarnais des Raids d'orientation :

Le Raid hivernal d'orientation de Rayssac du **02 mars 2008**, organisé par le club RESSORT, est associé à celui de Roquemaure, organisé par le club BOA, le **03 février 2008** et à celui de la Montagne Noire organisé par le club AOC, le **30 mars 2008** formant ainsi le **Challenge Tarnais des Raids Hivernaux d'Orientation**.



Chapelle dans les bois.



Entrée de galerie minière datant de la Guerre de Cent Ans.



Ancien travail à chevaux.

## 4. Règlement détaillé du RAID (compléments)

1 - Les équipes sont constituées de 2 concurrent(e)s qui doivent effectuer leur parcours en restant toujours associés. Sur le parcours "D", un 3ème équipier est toléré. Les engagements sont limités à 25 équipes par circuit, dans l'ordre d'arrivée des demandes. Les inscriptions sur place ne seront possibles que dans la limite des places disponibles. Dans ce cas, comme pour toute inscription après le 25 février 2008, les droits d'engagement seront majorés de 2 € par concurrent.

2 - Pour les coureurs non-licenciés FFCO, un **certificat médical de non contre-indication est obligatoire**.

3 - Les licenciés UNSS, FNSU et FFRP sont dispensés du certificat médical, mais ils devront envoyer avec leur bulletin d'inscription une photocopie de leur licence.

4 - Les mineurs ne peuvent concourir que s'ils sont licenciés à la FFCO depuis plus d'un an ou s'ils sont accompagnés par une personne majeure. Ils ne peuvent courir que sur les circuits D (ou C pour les juniors licenciés FFCO depuis plus d'un an).

5 - Chaque point de passage (balise) est obligatoire. Les cartons de contrôle doivent être poinçonnés dans l'ordre spécifié sur la carte. Tout manquement à cette règle sera sanctionné par la disqualification de l'équipe. Le choix de l'itinéraire pour aller d'un poste à l'autre est laissé à l'initiative des coureurs.

7 - Pendant toute la durée de la course, chaque équipe doit porter sur elle au moins une boussole et une réserve d'eau. Dans la mesure du possible, l'organisation installera un ravitaillement en eau sur chaque circuit (attention, par temps froid, l'eau gèle !).

8 - Tout abandon devra être signalé à l'organisation.

9 - Le temps de course est limité à 5 heures. Toutes les équipes doivent rejoindre l'arrivée avant 15 h. Les équipes arrivant après cette limite seront disqualifiées. A partir de l'heure de fermeture, l'organisation se réserve le droit de relever les balises.

10 - Les équipes arrivant avant la limite et n'ayant pas la totalité des poinçons seront classées après celles ayant effectué la totalité du parcours et en fonction du nombre de postes consécutifs poinçonnés (les postes poinçonnés après un -ou plusieurs- manquant ne seront pas comptabilisés).

11 - Les courses des trois raids hivernaux d'orientation du Tarn sont ouvertes aux individuels, le règlement reste le même. Un individuel prenant le départ d'un circuit de raid s'engage à **être équipé d'un sifflet** pour alerter en cas de blessure (comme pour les jeunes orienteurs). Les coureurs individuels seront classés avec les équipes, mais ne peuvent prétendre aux récompenses.

