

MAYOTTE RAID AVENTURE

2023

LISTE DU MATÉRIEL OBLIGATOIRE

RESPONSABILITÉ PERSONNELLE ET CONSENTEMENT : Vous et votre équipe êtes entièrement responsables du transport de l'équipement, des vêtements et de la nourriture appropriés pour les conditions et les activités de l'événement. Cette liste d'équipement obligatoire n'est PAS une liste des seuls articles que vous devriez emporter. Il contient le matériel obligatoire que vous et votre équipe devez emporter avec vous, à des moments précis, pour répondre aux exigences minimales de sécurité, prévenir et/ou traiter certaines blessures potentielles. Cela suppose que les membres de votre équipe ne se sépareront PAS pendant la course et que vous pouvez partager entre les membres l'équipement obligatoire qui doit être transporté. Vous aurez certainement besoin d'équipement, de vêtements, de nourriture et de boissons supplémentaires pour votre participation à l'événement.

MATÉRIEL RECOMMANDÉ ET SUGGÈRE : Le matériel et/ou type d'équipement suivant sont soit fortement recommandés par les organisateurs, soit supposés être une exigence sous entendue, car les concurrents doivent avoir la compréhension des courses d'aventure, des activités auxquelles ils participeront, ainsi que des connaissances et une expérience générales de l'aventure outdoor.

- Sacs à dos et contenants / poches / bouteilles contenant de l'eau.
- Aliments et nourriture, suffisants jusqu'au prochain réapprovisionnement, y compris la quantité pour des circonstances imprévues.
- Vêtements et chaussures de course personnels adaptés aux conditions (y compris les accessoires tels que les chapeaux / gants, la protection oculaire, la montre / altimètre selon les besoins et les vêtements pour les activités nautiques comme les combinaisons).
- Kit de réparation des vélos (comprenant pompe, chambre à air, outils et pièces de rechange).
- Imperméabilisation / sacs étanches pour garder les équipements personnels et d'équipe aussi secs que possible.
- Dispositif de purification de l'eau ou produits chimiques pour éviter les maladies causées par la consommation d'eau contaminée.
- Les médicaments personnels (non contraires aux règles antidopage) autorisés analgésiques, médicaments thérapeutiques, certificats d'assurance médicale, étiquettes d'identification d'allergie ou de maladie, crèmes de protection solaire.
- Argent / carte de crédit, carte d'identité personnelle / passeport, certificat d'immigration ou de visa.

RÈGLES : En tant que participant à Mayotte Raid Aventure utilisant cette liste, vous et votre équipe devez emporter les équipements obligatoires avec vous aux moments adéquats. Des contrôles de l'équipement obligatoire peuvent avoir lieu pendant la course et un équipement manquant peut entraîner des pénalités ou une disqualification selon les règles de course. Si des objets sont utilisés / consommés / perdus pendant une étape, ils doivent être remplacés au point de transition suivant.

ÉQUIPEMENTS / MATÉRIELS INTERDITS









En permanence – Toutes discipline

1. Appareils GPS. Inclut les appareils qui indiquent votre position, affichent des cartes, la distance parcourue, etc. (à l'exclusion des trackers GPS fournis par l'organisation). Les téléphones dotés de capacités GPS peuvent être transportés dans un sac scellé fourni.
2. Appareils de mesure des distances tels que les accéléromètres et podomètres. (compteur de vélo exempté)
3. Radios, autres dispositifs de communication et d'accès à Internet, etc. (à l'exclusion du téléphone d'urgence obligatoire scellé avant la course).
4. Armes / Armes à feu
5. Appareils de vision nocturne







6. Exceptions :

Si un concurrent souhaite transporter un appareil (par exemple, pour l'analyse des performances après la course) comme ceux indiqués au point 1, il ou elle doit l'enregistrer, avec tous les dispositifs d'affichage séparés (par exemple, les montres) au PC course et les faire sceller dans un sac inviolable avant le départ. Les officiels vérifieront que le sac est intact à l'arrivée.






L'équipement obligatoire est divisé en deux catégories, l'équipement que vous et votre équipe devez porter en PERMANENCE (Toutes disciplines), et l'équipement que vous et votre équipe devez porter pendant une DISCIPLINE spécifique.

			MAYOTTE RAID AVENTURE	
			TOUTES DISCIPLINES	
Oui/Non	Nom	Image	Quantité	Description
✓	Dossard officiel de course		1 x par coureur (personnel)	Le dossard officiel de la course doit être porté à tout moment par chaque concurrent comme le vêtement le plus à l'extérieur. Les gilets / les sacs qui couvrent le devant du dossard ne sont pas autorisés. Les dossards sont fournis par les organisateurs de la course.
✓	Sifflet		1 x par coureur (personnel)	Chaque concurrent doit porter en permanence un sifflet sans bille et fonctionnel dans des conditions humides. Il doit être facilement accessible à tout moment pour déclencher une alerte si nécessaire.
✓	Source lumineuse (Lampe frontale)		1 x par coureur	Source lumineuse (telle qu'une lampe frontale), étanche avec les piles nécessaires pour la section de la course. Différentes sources de lumière peuvent être utilisées dans différentes disciplines, par ex. lampe frontale, feux de vélo.
✓	Veste de protection		1 x par coureur	La veste de protection doit être imperméable, coupe-vent et respirante, certifiée par le fabricant. La veste doit avoir une capuche, des bandes de coutures scellées et adaptées aux conditions potentiellement extrêmes dans une course d'aventure. Laminée 2 couches minimum.
✓	Sous couche haute		1 x par coureur	Haut ajusté à manches longues en tissu synthétique ou en laine. Léger, évacue l'humidité / séchage rapide, porté à même la peau.
✓	Protection de la tête Casquette		1 x par coureur	Le bonnet (ou Buff) doit être ajusté, en tissu synthétique ou en laine. Léger, évacuant l'humidité / séchage rapide, porté sur les cheveux ou la peau. Le bonnet peut être porté ou transporté.
✓	Compas magnétique		2 x par équipe	Compas de qualité pour une navigation précise. Le compas doit avoir une aiguille équilibrée à la zone magnétique de la course. Les boussoles de montre ne répondent pas à ces exigences.


Mayotte Raid Aventure 2023
Liste du matériel obligatoire






✓	Altimètre		2 x par équipe	L'altimètre ne doit pas comporter de GPS. Sont acceptées les montres de marque GARMIN possédant le mode Adventure (voir les conditions avec l'organisation).
✓	Lunette de soleil		1 x par coureur	Protection 100% UV et IR
✓	Informations de course et cartes		2 x par équipe	Les cartes de course, les roadbooks, les passeports et cartons de contrôle sont fournis par les organisateurs. Ils permettent aux équipes de réaliser les sections de la course. Ils sont étanches (papier étanche ou autres).
✓	Couverture de survie		1 x par coureur	Feuille ou sac de matériaux enduit d'un agent réfléchissant métallique. Utilisé en cas d'urgence pour réfléchir la chaleur. Peut être utilisé pour contrer l'hypothermie, mais également fournir de l'ombre ou aider à la visibilité. (notez que les sacs peuvent se détériorer avec le temps).
✓	Kit de premiers soins		1 x par équipe	Le contenu du kit de premiers soins est spécifié séparément. Il doit être dans un sac étanche.
✓	Couteau		1 x par équipe	Longueur minimale de la lame : 50mm, suffisamment tranchante pour couper de la corde ou de la sangle en cas d'urgence. Lame pliante pour plus de sécurité. Doit être facilement accessible en kayak.
✓	Téléphone portable		1 x par équipe	Téléphone portable avec batterie complètement chargée, éteint et scellé dans un sac opaque et étanche pour une utilisation d'urgence uniquement. Les organisateurs de la course scelleront les téléphones dans des sacs de sécurité avant la course.
✓	Appareil photo		1 x par équipe	Appareil photo ou appareil d'enregistrement électronique (par exemple, caméra vidéo), étanche, antichoc avec batterie chargée. Utilisé pour photographier en cas de point de contrôle manquant.
✓	Sac à dos		1x par coureur	20l recommandé (mini)
✓	Sac étanche		1x par coureur	Pour le sac à dos (sac poubelle autorisé)
✓	Papiers personnels		1x par coureur	Copie étanche de votre attestation d'assurance maladie et rapatriement
✓	Sac à poubelle		1x par coureur	Sac poubelle pour papier toilette et autres

FIÈVRE OU DOULEUR	Paracétamol 1000 mg (4 par jour, 1 dose / 6h)	Anti fièvre, anti douleur et mal de tête
BANDE DE STRAPPING	1 rouleau	
PANSEMENT STÉRILE	4 blisters	Appliqué sur la plaie pour éviter d'autres nuisances.
COUVERTURE DE SURVIE	1	
PINCE À ÉPILER	1	
CRÈME SOLAIRE	250 ML	Protection solaire (indice 50+ recommandé)

	DISCIPLINE VTT – MAYOTTE RAID AVENTURE			
	Nom	Image	Quantité	Description
✓	Vélo Tout Terrain		1x par coureur	Vélo tout terrain approprié pour les courses d'aventure. Pas de vélos de route, de cyclo-cross ou de vélo à assistance électrique. <u>Peut-être fournie par la course par demande à j.andrade838@laposte.net Frais supplémentaire (15€) casque fourni avec.</u>
✓	Casque		1x par coureur	Casque de vélo avec une certification de norme de sécurité reconnue (CE, UIAA ou équivalence nationale).
✓	Veste réfléchissante		1x par coureur	Doit être porté pendant la nuit et doit être visible avec le sac à dos. Certification CE ou équivalent.
✓	Lampe avant		1x par coureur	Lumière blanche orientée vers l'avant. Doit être fixée sur le vélo.
✓	Lampe arrière		1x par coureur	Feu rouge orienté vers l'arrière. Doit être fixée sur le vélo. Un feu arrière de rechange est recommandé (pour l'équipe)

Attention : le système de traction du VTT doit être libérable à tout moment (même en traction) et ne pas être utilisé en descente.

	DISCIPLINE KAYAK – MAYOTTE RAID AVENTURE			
	Nom	Image	Quantité	Description

✓	Gilet personnel de sauvetage		1x par coureur	Correctement dimensionné pour le concurrent, il doit répondre aux normes de sécurité du pays de la course. Porté en permanence en kayak. Les gilets gonflables ne sont pas acceptés. La mousse se détériore avec le temps et perd de sa flottabilité.
✓	Sifflet		1x par coureur	Doit être attaché au gilet de sauvetage
✓	Couteau		1x par gilet de sauvetage	Longueur minimale de la lame 50 mm, suffisamment tranchante pour couper la corde ou la sangle en cas d'urgence. Lame pliante pour plus de sécurité. Doit être facilement accessible en kayak. Doit pouvoir être ouvert d'une seule main (si possible) et attaché au gilet de sauvetage.
✓	Pagaie		1x par coureur	Fournie par l'organisation (peut être personnelle)
✓	Kayak		2 x par équipe	Fourni par les organisateurs de la course. Type : sit on top.

QUESTIONS / RÉPONSES:

Q. Dois-je transporter une sous-couche supplémentaire en haut si je la porte pendant la course? NON.

Q. Est-ce qu'un haut de cycle et des chauffe-bras satisfont aux exigences pour le haut de la sous-couche? OUI

Q. Un coéquipier peut-il porter mon sac à dos? OUI, cependant chaque concurrent doit toujours porter son dossard et porter un sifflet