



RAID
CENTRALESUPELEC

- Occitania 2017

MATERIEL A PREVOIR POUR LE RAID

Matériel obligatoire

Par équipe :

- une boussole **graduée**
- un téléphone portable chargé (à utiliser en cas d'urgence) et une pochette étanche (en cas de pluie)
- une batterie portable
- une pompe (voir caractéristiques VTT à la fin de la page 2), des démonte-pneus, des rustines, une clé multi-outils et un dérive-chaîne (pour réparer les VTT pendant les épreuves)
- un sifflet
- une trousse de secours (contenant un spray désinfectant, des compresses, du sparadrap...)

Par concurrent :

- des **vêtements chauds** et un **équipement contre la pluie**
- des chaussures de trail
- une paire de chaussures de course ne craignant pas l'eau (pour les activités d'eaux vives)
- des **gants** de VTT
- un sac à dos pour porter la nourriture, l'eau et le petit matériel pendant les épreuves
- une gourde ou un sac à dos avec une poche à eau d'au moins **1L**
- une lampe frontale avec piles de rechange
- des lunettes de vue en cas de port de lentilles de contact
- des vêtements ou accessoires hautes-visibilités pour le départ de nuit du vendredi

Pour l'hébergement au camp (les affaires sont transportées par le staff) :

- une tente
- un tapis de sol
- un **duvet chaud** (confort 5°C minimum) : les températures sont susceptibles d'avoisiner le 0°C en montagne !

- une étiquette par bagage pour indiquer votre numéro d'équipe

Matériel conseillé

- un maillot de bain
- des protections contre le soleil : lunettes de soleil et crème solaire
- un élastique pour tracter les autres membres et des mousquetons pour la course à pied (uniquement)
- des chambres à air de rechange (voir caractéristiques VTT à la fin de la page 2)
- une chaîne de vélo de rechange (pour 9 vitesses)
- une paire de bâtons télescopiques par équipe (en cas de tendinite)
- une genouillère légère
- un porte-carte sans bord saillant pour VTT
- un grand sac poubelle (pour mettre vos vêtements de rechange si votre bagage n'est pas imperméable)

Matériel interdit

- les moyens de positionnement (GPS, carte IGN, plan...)
- les moyens de transport personnels
- les armes (toutes catégories), l'alcool, les produits dopants et les drogues
- les modifications matérielles sur les VTT comme les pédales automatiques et les capsules d'air comprimé

Caractéristiques des VTT

Tous les VTT fournis ont des caractéristiques équivalentes. Ils sont tous dotés de **porte-bidon**.

Notre prestataire Cyclotrott fournit une chambre à air de rechange par équipe. Attention, pour les **VTT de taille S, M ou L, ce sont des chambres à air 26" de type schrader**, alors que pour les **VTT XL, ce sont des chambres 29" type presta**. De plus, les kits de réparation ne pourront être fournis qu'à titre exceptionnel (il n'y en aura pas assez pour tout le monde), donc prévoyez du matériel de réparation mentionné ci-dessous.

Guide des tailles :

Votre taille (cm)	<150	150 à 164	165 à 174	175 à 180	>180
Taille du VTT	XS	S	M	L	XL