

## Quelques informations sur la course...

Les parcours VTT se font en orientation ce qui implique à chaque équipe de choisir son itinéraire.

Le code de la route s'applique pendant l'ensemble des épreuves (en VTT et à pied).

Les ravitaillements seront installés au stade de Sainte Suzanne, des points de contrôle et des ravitaillements supplémentaires seront disposés sur les boucles VTT.

### Détail de la course :

**Lou Gran Truc : 41.5km / D+ : 1115m**

- . Trail : 9.5km / D+ : 300m
- . VTT Orientation : 22km / D+ : 615m
- . Epreuve surprise
- . Course d'orientation : 5km / D+ : 150m
- . Tir à l'arc
- . Canoë : 3km
- . Retour sauvage : 2km

**Raid Découverte : 28km / D+ : 695m**

- . VTT Orientation : 16km / D+ : 400m
- . Epreuve surprise
- . Course d'orientation : 3km / D+ : 115m
- . Tir à l'arc
- . Canoë : 3km
- . Trail : 6km / D+ : 180m

**samedi 22 sept.**  
**Sainte Suzanne**  
**(Orthez/64)**

**LOU GRAN TRUC**

Raid multisport

Parcours "Lou Gran Truc" (44km)  
ou "découverte" (28km)

au programme: VTT Orientation, trail, tir à l'arc, course d'orientation, canoë et épreuve surprise  
60€/équipe de 2 - inscriptions limitées à 80 équipes  
Ravitaillements, buffet final et lots offerts à tous les participants.



## PROGRAMME :

A partir de 7h00 : Accueil autour d'un café  
Validation des équipes et remise de dossards

8h30 : Briefing

8H45: Mise en place des vagues de départ

9h : Départ du raid « Lou Gran Truc » et du raid découverte

14h : Barrière horaire pour prendre le départ de la Course  
d'orientation sur le raid Lou Gran Truc

17h : remise des récompenses, vin d'honneur et buffet final  
suivi d'une soirée très conviviale.

Possibilité de camper aux abords du stade municipal.

## NOS PARTENAIRES :

