

# VENDREDI 8 MAI 2009

Parc de CHADIEU (Authezat)  
(sortie 6 autoroute A75)

## JOURNEE MULTI-ACTIVITES

**Ouverte à TOUS**  
**De 9 H à 12 H et 14 H à 17 H**

## ACTIVITES PROPOSEES



RANDONNEE PEDESTRE (9 km)  
TIR A L'ARC  
RAID DETENTE (bike and run – orientation – jeux d'adresse)  
PARCOURS D'ORIENTATION  
PETANQUE  
SARBACANE  
GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN (danse country–step–gym douce)  
ESCALADE  
VOLLEY-BALL

**activités gratuites**

**Restauration sur place entre 12 H et 14 H**

Repas à 11 € (inscription avant 10 H)

(salade jambon ou bleu – estouffade de bœuf à la provençale – rizotto aux courgettes – fromage – tarte)

BUVETTE - SANDWICHS

**Pour tout renseignement : UFOLEP 04.73.14.79.12.**



# VENDREDI 8 MAI 2009

Parc de CHADIEU (Authezat)  
(sortie 6 autoroute A75)

## RAID DETENTE

(BIKE AND RUN – ORIENTATION – JEUX D'ADRESSE)

**A EFFECTUER PAR EQUIPE DE 2 PERSONNES**  
(Homme ou femme, à partir de 12 ans)

**Le raid détente se déroule en deux parties :**

**1- BIKE AND RUN ET ORIENTATION :** parcours chronométré (4 à 5 km) avec recherche de balises.

Matériel nécessaire : 1 VTT (non fourni)

Recherche de balises à partir d'une carte et de renseignements

**2- JEUX D'ADRESSE :** parcours à allure libre avec 2 épreuves d'adresse à effectuer sans notion de temps.

Stand pétanque (boules fournies)

Stand tir à l'arc (arc et flèches fournies)

### **CLASSEMENTS :**

Classement sur chaque épreuve (Bike and run, orientation, pétanque, tir à l'arc)

Classement général du raid (par addition des places obtenues sur chaque épreuve)

### **HORAIRES :**

**Le matin :** Départs échelonnés de 9h00 à 10h00

**L'après-midi :** Départs échelonnés de 14h30 à 15h30

**Pour tout renseignement : UFOLEP 04.73.14.79.12.**