



Retrouvez toutes l'actualité et les informations pratiques sur la commune de TRÉGUNC  
Site WEB : [www.trégunc.fr](http://www.trégunc.fr)



**FINISTERE**  
**TREGUNC – 29150**



Samedi  
SEPT 2019 | **28**

**20 EQUIPAGES**  
6 personnes

2 ou 3 personnes en situation de handicap



**RENDEZ VOUS**

Chemin des sables – 29910 Trégunc  
Accueil – 8h / Briefing course – 9h30



**INSCRIPTION**

Contactez l'organisation  
Droit d'inscription : 20 € / personne



**INSCRIPTIONS**

**08H30**

**DEPART**

**10H00**



Le Comité Départemental Handisport du Finistère vous propose de participer à un **RAID** sportif sur la commune de Trégunc. Les équipages devront faire preuve de solidarité et d'ingéniosité pour boucler les 4 activités sportives au programme (Kayak – Sarbacane - Randonnée & cyclisme).

La convivialité fera partie intégrante de l'épreuve avec la réalisation d'un **SAFARI PHOTOS** tout au long du parcours. Notre VILLAGE d'animation sera l'occasion pour le grand public de vous encourager, ainsi que de découvrir et tester les animations.



## PARC MATERIEL & PROLOGUE

Ouverture  
PARC MATERIEL

**8H30**

BRIEFING  
COURSE

**9H30**

**DEPART**  
**10H00**

**PROLOGUE**  
**SARBACANE**

Niveau ; FACILE

Après un passage à l'accueil, les équipages pourront disposer de leur espace dédié et sécurisé au parc de matériel (Les Brigantines) Lors du briefing de course nous vous donnerons les principales difficultés du parcours et les consignes de sécurité.

Avant le départ, vous réaliserez un défi **SARBACANE**.

A une distance de 2m50, vous devrez dépasser 200 points pour pouvoir accéder aux kayak.



## EPREUVE 1 KAYAK

**NIVEAU**  
**TECHNIQUE**  
**MOYEN**

**MATERIEL**  
Matériel Kayak  
et sécurité  
fourni par  
l'organisation.

**TEMPS**  
estimé  
**1H**

**DISTANCE**  
**3 Km**

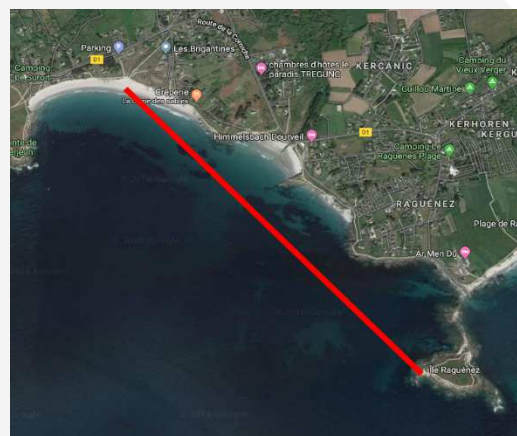
Des Brigantines, chaque équipage devra, en Kayak biplace, réaliser le parcours de 3Km jusqu'à la plage de Raguenez surnommée par les locaux « Tahiti ».

A l'issue de l'activité vous pourrez vous **restaure**r et profiter d'une pause avant la randonnée.



**POINTS D'INTERET**

- + Plage de RAGUENEZ
- + île VERTE



## EPREUVE 2



# RANDONNÉE

## Course Orientation

NIVEAU  
TECHNIQUE

**MOYEN**

MATERIEL

Matériel  
spécifique sur  
réservation, sous  
réserve de  
disponibilité

TEMPS

Estimé

**1H15**

DISTANCE

**5,5 Km**

DENIVELE

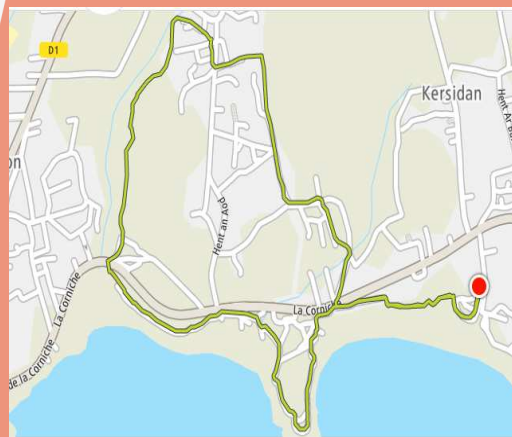
**60m**

Cette randonnée entre terre et mer, vous donnera un panorama exceptionnel sur la pointe de Trévignon. Une course d'orientation de précision animera votre parcours et vous orientera vers l'activité cyclisme.



### POINTS D'INTERET

+ Pointe de TRÉVIGNON



## EPREUVE 3



# CYCLISME

NIVEAU  
TECHNIQUE

**MOYEN**

MATERIEL

Matériel  
spécifique sur  
réservation,  
sous réserve de  
disponibilité.

TEMPS

Estimé

**1H30**

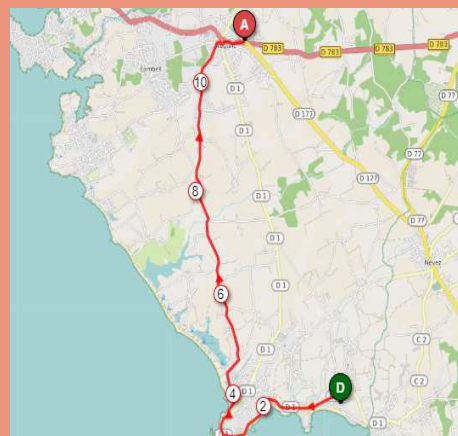
DISTANCE

**11 kms**

DENIVELE

Au départ des Brigantines, chaque équipage devra réaliser 11,4 kms à vélo (ou matériel équivalent) sur route et chemins autour de Trégunc.

Ce parcours roulant mais ponctué de quelques difficultés vous conduira jusqu'au village du RAID ou vous pourrez continuer à profiter de l'événement et des animations.



## FIN DU RAID

A la fin du Raid, vous devez sélectionner une photo par équipe et la transmettre au point accueil.

L'ensemble du matériel sera retourné au village, où vous pourrez prendre une douche.

Un système de navette, vous permettra de récupérer votre véhicule au site de départ.



REMISE DES  
RECOMPENSES

**17H00**

**Gymnase  
TREGUNC**

### CONTACT ORGANISATION & MODALITES D'INSCRIPTION

Comité Départemental Handisport du Finistère  
4, rue Anne Robert Jacques Turgot  
29000 QUIMPER  
06 82 99 31 48 – cd29jauffrey@gmail.com

## VILLAGE & REMISE DES RECOMPENSES

Profitez du village et des animations

