



GRAND RAID  
ALTITUDE

# Livret d'accueil

Grand Raid Altitude 2026



## Sommaire

Accès.....	2
Consignes de course.....	3
Retrait des dossards.....	4
Déroulement Jour 1.....	4
Bivouac.....	5
Déroulement Jour 2.....	6
Après course.....	7
Coupe de France de raid orientation.....	7
Matériel obligatoire.....	8
Chronométrage.....	10



## Numéros d'urgence

En cas d'urgence pendant la course, merci de contacter le **+33 6 04 05 18 22** (Oriane, responsable sécurité) ou le **112**. Ces numéros seront également indiqués sur la carte.

## Accès

Cette édition se déroulera au départ de Montgenèvre.

Merci de privilégier les transports en commun pour vous rendre sur place.

### En train

Accès direct en train de nuit depuis Paris, en TER depuis Valence et Marseille et en TGV puis bus via la gare de Oulx. Il n'y a pas de bus Montgenèvre → Briançon le dimanche donc nous avons mis en place un système de navettes pour le retour après course.

*Attention:* Si vous venez via Oulx, le bus est à réservation obligatoire 48h à l'avance.

### En voiture

Merci de privilégier le covoiturage.

Les parkings seront fléchés une fois arrivés à Montgenèvre.

### Centre de course Grand Raid Altitude Montgenèvre les 13-14 Juin 2026

#### Informations J1

**Accueil**  
10h30 à 13h - L'accueil vous remettra vos dossards, cartes et doigts électroniques pour le chronométrage si vous n'en avez pas indiqué lors de l'inscription. L'accueil restera ouvert jusqu'à ce que les dernières équipes venant en transports en commun soient passées.

#### Départ

12h - Ouverture de la zone de quarantaine.  
Vérification du matériel obligatoire à l'entrée de la quarantaine. La quarantaine sera abritée et aura des toilettes.  
13h15 - Briefing et consignes de sécurité.  
13h30 - Départ en masse de tous les parcours.  
Les coordonnées des balises et les définitions de poste vous attendent sur une corde à linge juste après la ligne de départ. Assurez-vous de prendre la feuille qui correspond à votre numéro de dossard.

**Stand de vente de matériel**  
Un stand de matériel sera proposé par notre partenaire **Lab Venture**. Vous y trouverez des carrés de report, des vêtements de sport et équipements de course d'orientation.

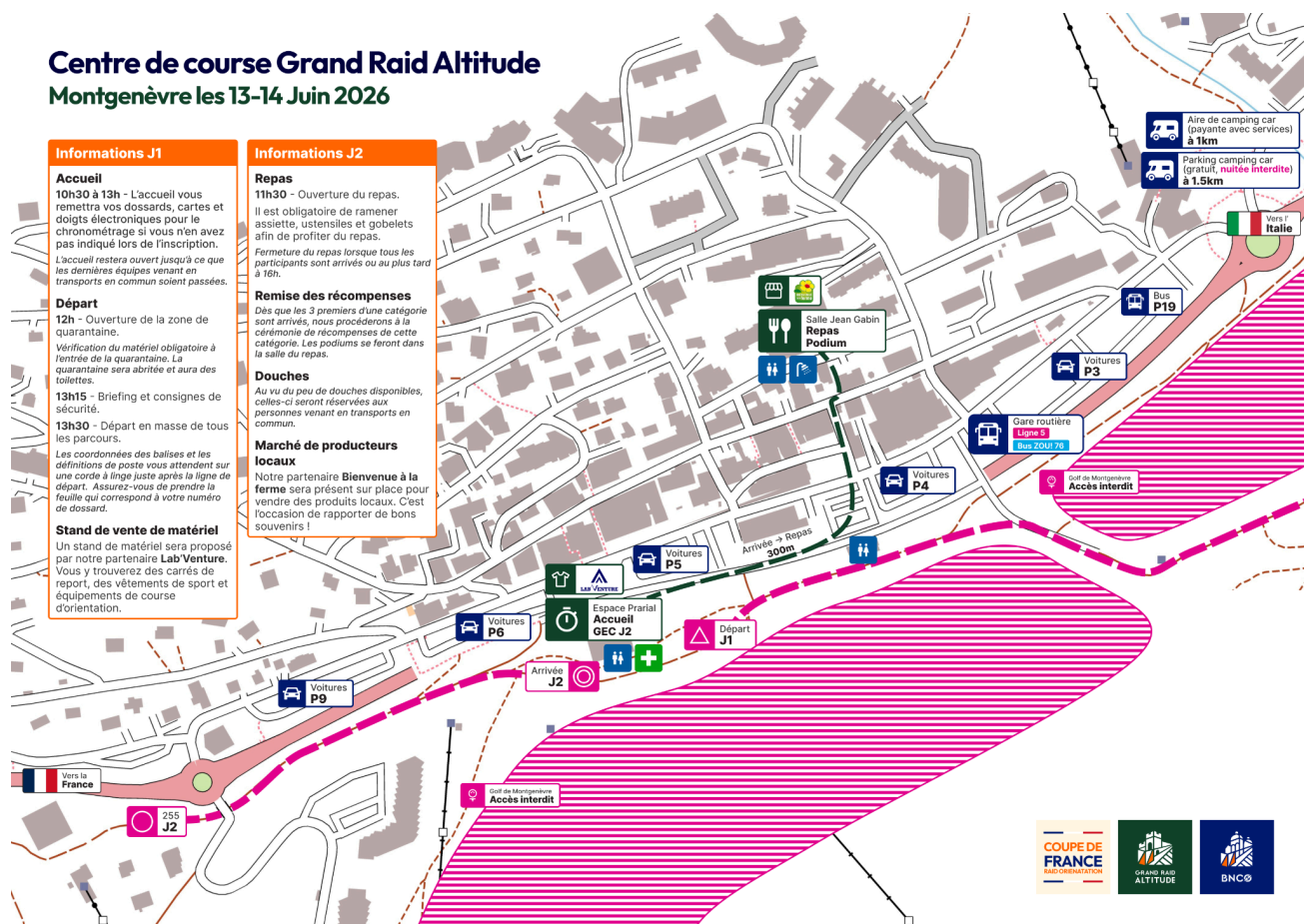
#### Informations J2

**Repas**  
11h30 - Ouverture du repas. Il est obligatoire de ramener assiette, ustensiles et gobelets afin de profiter du repas.  
Fermeture du repas lorsque tous les participants sont arrivés ou au plus tard à 16h.

**Remise des récompenses**  
Dès que les 3 premiers d'une catégorie sont arrivés, nous procéderons à la cérémonie de récompenses de cette catégorie. Les podiums se feront dans la salle du repas.

**Douches**  
Au vu du peu de douches disponibles, celles-ci seront réservées aux personnes venant en transports en commun.

**Marché de producteurs locaux**  
Notre partenaire **Bienvenue à la ferme** sera présent sur place pour vendre des produits locaux. C'est l'occasion de rapporter de bons souvenirs !



# Consignes de course

## Report des balises

Partie intégrante du format de la Coupe de France de Raid Orientation, vous n'échapperez pas au report des balises.

La position des balises vous sera donnée après le départ de chaque jour de course sous forme de coordonnées. Vous allez ensuite devoir les transférer sur la carte à l'aide de votre carré de report 1/20 000°.

Vous pouvez faire un tour à notre stand d'entraînement au report de balises à côté de l'accueil qui sera ouvert de 10h30 à 12h et/ou regarder cette [vidéo produite par l'O'Bivwak](#).

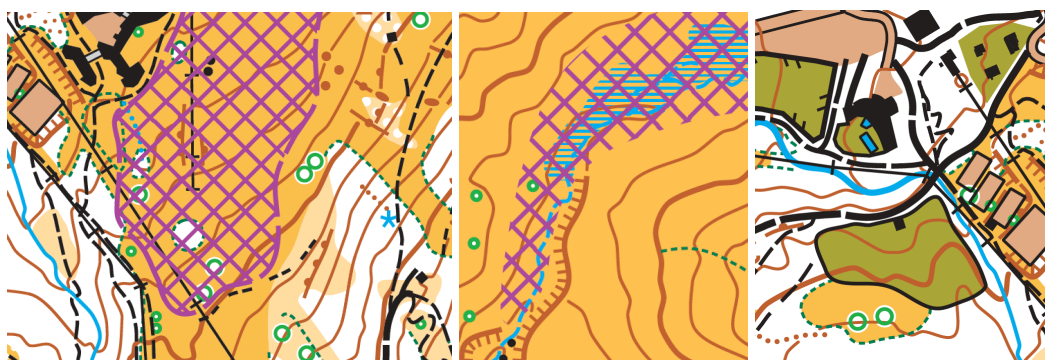
## Variantes

Sur les parcours A et B, nous avons mis en place des variantes !

Ainsi, au départ il faudra bien prendre les coordonnées de poste correspondant à votre dossard car tout le monde ne fait pas les balises dans le même ordre. Alors attention à ne pas suivre aveuglément 😊

## Zones interdites

Des zones interdites sont présentes sur la carte. Celles-ci sont indiquées par un quadrillage magenta avec ou sans bordure et en vert kaki (propriétés privées).



Si une bordure en pointillés est indiquée, cela signifie que la limite de zone interdite est partiellement signalée sur le terrain (par exemple le golf de Montgenèvre).

En revanche, si il n'y a pas de bordure c'est aux participants de respecter l'interdiction sans quoi l'équipe se verra disqualifiée. Il s'agit de zones naturelles ayant un intérêt particulier pour la biodiversité avec notamment des zones contenant plusieurs espèces que l'on retrouve presque uniquement à cet endroit.

# Retrait des dossards

## Accueil & retrait des dossards

**10h30 à 13h** - L'accueil vous remettra vos dossards, cartes et doigts électroniques pour le chronométrage si vous n'en avez pas indiqué lors de l'inscription.

**L'accueil restera ouvert jusqu'à ce que les dernières équipes venant en transports en commun soient passées.**

## Dépôt des sacs parcours D

Pour le parcours D, il sera possible de déposer des affaires qui seront transportées au bivouac par l'organisation. Voir le détail de ce qui peut être déposé dans la section matériel obligatoire.

## Stand de vente de matériel

Un stand de matériel sera proposé par notre partenaire [Lab' Venture](#). Vous y trouverez des carrés de report, des vêtements de sport et équipements de course d'orientation. **Profitez de -10% dès maintenant sur le site internet avec le code promo [GRALT26](#) !**



---

# Déroulement Jour 1

## Vérification des sacs

**12h** - Ouverture de la zone de quarantaine.

Vérification du matériel obligatoire à l'entrée de la quarantaine.

La quarantaine sera abritée et aura des toilettes.

## Départ J1

**13h15** - Briefing et consignes de sécurité.

**13h30** - Départ en masse de tous les parcours.

Les coordonnées des balises et les définitions de poste vous attendent sur une corde à linge juste après la ligne de départ.

Assurez-vous de prendre la feuille qui correspond à votre numéro de dossard.

## Parcours J1

Les barrières horaires indiquent l'heure d'arrivée maximale au point indiqué. Les Points de Contrôle (PC) seront imprimés sur la carte. Des secouristes seront présents à l'arrivée / bivouac. En cas de retard, l'équipe sera disqualifiée et raccompagnée à l'arrivée.

Parcours	Distance théorique		Barrières horaires		
	Distance	Dénivelé	PC1	PC2	Arrivée
A - Long	18 km	1300 m	16h30	-	21h00
B - Moyen	15 km	1200 m	17h30	-	21h00
C - Court	12.5 km	900 m	16h30	-	19h30
D - Découverte	8 km	500 m	-	16h30	19h30

---

## Bivouac

**Attention: Le bivouac se situe à plus de 2000m d'altitude !**

Prenez bien des vêtements chauds et des duvets adaptés (minimum confort 0°C).

## Toilettes et point d'eau

Des toilettes et un point d'eau seront mis à disposition par l'organisation.

## Buvette

Une buvette sera proposée avec uniquement des bières et des limonades. Aucune nourriture ne sera proposée aux participants qui doivent être en autonomie pour le bivouac.

**Pas de gobelets à la buvette, on vous sert dans vos contenants (Gobelet de 50cl recommandé) !**

## Gestion des déchets

Merci de ne laisser aucun déchet derrière vous.

## Sacs parcours D

Pour le parcours D, vos sacs laissés à l'organisation seront disponibles après le passage à la GEC (atelier de chronométrage). Ils seront à déposer au même endroit le lendemain avant le départ.

# Déroulement Jour 2

## Départ J2

### 7h30 - Départ en chasse

Les premières équipes de chaque catégorie classée et les équipes étant arrivées dans les 30 minutes suivant les premiers de leur catégorie partiront en chasse. Ainsi le premier arrivé à l'arrivée sera le vainqueur !

Les résultats par catégorie du jour 1 seront affichés au bivouac afin de savoir qui part en chasse et à quelle heure.

### 8h00 - Départ en masse

Le départ sera donné à 8h00 pour toutes les autres équipes.

## Parcours J2

Les barrières horaires indiquent l'horaire d'arrivée maximale au point indiqué. Les Points de Contrôle (PC) seront imprimés sur la carte. Des secouristes seront présents à l'arrivée.

En cas de retard, l'équipe sera disqualifiée et raccompagnée à l'arrivée.

Parcours	Distance théorique		Barrières horaires		
	Distance	Dénivelé	PC3	PC4	Arrivée
A - Long	18 km	1100 m	11h00	13h00	15h30
B - Moyen	15 km	900 m	11h00	13h00	15h30
C - Court	13 km	80-0 m	10h00	12h00	14h00
D - Découverte	10 km	600 m	10h00	12h00	14h00

# Après course

## Repas

Ouverture du repas à 11h30.

Fermeture du repas lorsque tous les participants sont arrivés ou au plus tard à 16h.

**Il est obligatoire de ramener assiette, ustensiles et gobelets afin de profiter du repas.**

## Marché de producteurs locaux

Notre partenaire [Bienvenue à la ferme](#) sera présent sur place pour vendre des produits locaux. C'est l'occasion de rapporter de bons souvenirs !



## Remise des récompenses

Dès que les 3 premiers d'une catégorie sont arrivés, nous procéderons à la cérémonie de récompenses de cette catégorie. Les podiums se feront dans la salle du repas.

## Douches

Au vu du peu de douches disponibles, celles-ci seront réservées aux personnes venant en transports en commun.

---

# Coupe de France de raid orientation

Le Raid Altitude fait partie de la coupe de France de Raid Orientation. Pour être classé, vous devez être licenciés FFCO et vous inscrire par équipe de 2 avec le même équipier sur le parcours correspondant à votre catégorie sur tous les raids de la saison. [Voir le règlement](#) pour le détail des catégories et conditions de participation. En 2026, les autres manches sont le [Raid O'Bivwak](#) et le Raid de la Vallée de la Blanche.

# Matériel obligatoire

Le matériel obligatoire sera entièrement vérifié au moment de la récupération du dossard et des contrôles aléatoires seront mis en place durant la compétition. Toute équipe ayant un matériel obligatoire manquant se verra disqualifiée.

## Matériel obligatoire par équipe

- 1 pharmacie de premiers secours (sparadrap, bandage, paracétamol, désinfectant, compresses, pansement double peau...).
  - 1 téléphone chargé avec le numéro de l'organisateur.
  - 1 réchaud commercialisé et normalisé (ration auto-chauffante et réchaud à alcool liquide interdits).
  - 1 tente 2 (ou 3) places résistante au vent complète avec toile au sol solidaire et système de fixation au sol. (Les « tarp » ou bâches sans toile au sol solidaire ne sont pas autorisées).
  - 1 puce électronique SPORTident (si vous n'en possédez pas, une puce vous sera prêtée en échange d'une caution (pièce d'identité ou chèque)).
  - 1 carré de report (1/20 000°).
- 

## Matériel obligatoire par participant

- 1 dossard lisible et non plié (fourni par l'organisation).
- 1 sac à dos.
- 1 lampe en état de fonctionnement (pas de lampe téléphone portable).
- 1 sifflet.
- 1 boussole.
- 1 couverture de survie.
- 1 vêtement imperméable (anorak, veste ou poncho).
- 1 vêtement chaud (polaire ou pull).
- 1 pantalon ou collant.

- 1 paire de chaussures crantées.
- 1 sac de couchage par personne (la couverture de survie ne remplace pas le duvet).
- 1 réserve d'eau qui doit permettre l'autosuffisance sur le parcours (minimum 1.5L par personne. En cas de fortes chaleurs prévoir 2L. par personne).
- De la nourriture pour la durée du raid.
- 1 gobelet (pour la buvette).

Essayez tout de même de rester léger, vous allez devoir tout porter !

---

## **Spécificités pour le parcours « D – Découverte »**

Le matériel suivant peut être laissé à l'organisation qui en assurera le transport :

- Tente
- Sac de couchage
- matelas de sol
- Réchaud
- De la nourriture pour le bivouac
- Gobelets pour la buvette
- Vêtement chauds supplémentaires

Les autres équipements obligatoires doivent être portés par l'équipe.

Un sac de 100 litres (type grand sac poubelle) par personne sera distribué à l'accueil de manière à y déposer exclusivement VOTRE matériel de bivouac. Vos sacs seront transportés en camion par l'organisation jusqu'au bivouac, puis jusqu'à l'arrivée le 2ème jour.

**ATTENTION :** Le poids de chaque sac ne devra pas dépasser les 10kg. L'organisation se réserve le droit de vérifier le contenu intégral de chaque sac, de le peser et de refuser tout sac excessivement lourd. Aucun autre sac ne sera autorisé, seules les tentes type « 2 secondes » peuvent être acceptées en plus du sac fourni.

# Chronométrage

## Puce de chronométrage

Si vous n'avez pas indiqué de numéro de puce lors de votre inscription, une puce vous sera prêtée par l'organisation à l'accueil en échange d'une pièce d'identité ou d'un chèque de caution.

## GEC (Gestion électronique de course)

Il est obligatoire de poinçonner électroniquement toutes les balises et l'arrivée, puis de passer à la GEC après chaque jour de course même en cas d'abandon.

## Balise manquante

Si une balise est manquante, veuillez chercher un pré-balisage ou des confettis et prendre une photo de l'emplacement de la balise manquante afin de valider votre passage.

## Abandons

Tout concurrent ayant abandonné doit prévenir obligatoirement un membre de l'organisation ou un responsable des secours.

L'équipe sera non classée (NC) si un des membres ou toute l'équipe abandonne.

Le ou les équipiers restants ne pourront poursuivre leur parcours qu'après avoir été autorisés par un responsable de l'organisation de la course.

