

RAIDER ou PARRAIN / catégorie des 11-12 ans

Je soussigné Docteur, Nom..... Prénom.....

CERTIFIE

Que NomPrénomNé(e) le

De l'équipe des :

Ne présente aucune contre-indication médicale afin de réaliser **l'ensemble** des épreuves du Challenge Raid les 19 et 20 mai 2018, soit environ 36h de compétition, dans la catégorie des 11-12 ans. Le programme comprend les épreuves suivantes, modifications possibles et sous réserve de l'accord préfectoral :

SAMEDI 13h à 19h

1	Run and Bike	Endurance
2	Botanique	Endurance, orientation et réflexion
3	Ultimate	Endurance et précision
4	Tir à l'arc	Précision et concentration
5	Tennis	Précision
6	Foot	Parcours technique, dextérité
7	Volley	Effort constant, précision
8	Natation	Endurance
9	Boule ferrée	Précision et endurance

Environ 40 km de liaison V.T.T. sur la journée - Le C.O. se réserve le droit d'ajouter plusieurs épreuves surprises (collective et réflexion)

SAMEDI 21h à 00h30

10	In the Dark	Concentration écoute
11	Laser game	Orientation, coopération
12	Torball	Concentration
13	Balayette infernale	Equilibre
14	Lombric 3D	Agilité – attention claustrophobe

DIMANCHE 8h30 à 19h

15	Koh lanta	Agilité et coopération
16	La galère des parrains	Endurance et force
17	Parcours basket	Parcours technique, précision
18	Big one	Dépassement de soi, glisse
19	Parcours du judoka	Parcours technique – intense
20	Poney	Parcours (attention aux allergies)
21	VTT cross	Dextérité et effort intense
22	Canada cross	Précision et dextérité
23	Parcours du combattant	Effort intense et force physique
24	Sarbacane	Précision
25	Epreuve Finale	Animation coopérative

Environ 45 km de liaison V.T.T. sur la journée.

Fait àle

Signature du médecin & cachet OBLIGATOIRE