



ROAD BOOK 2025

V2.2 - 11/08/2025

	ROLLER		EAU POTABLE WATER DRINKABLE
	TREK		EAU CHAUDE HOT WATER
	VTT MOUNTAINBIKE (MTB)		AIRE DE REPOS EXTERIEURE OUTDOOR REST AREA
	PACKRAFT		ELECTRICITE
	COURSE D'ORIENTATION SUR CARTE IOF ORIENTEERING IOF MAPS		WC
	EPREUVE DE CORDE CLIMBING		SALLE INTERIEURE INTERIOR ROOM
	SPELEOLOGIE CAVING		EAU NATURELLE (cours d'eau, rivière, lac, flaque, ...) NATURAL WATER (watercourse, river, lake, puddle, ...)

LEG	Section Stage
AT	Zone de transition Area Transition

CAISSE / BOX	QUANTITY PER TEAM	POIDS MAXIMUM AU MOMENT DE LA PESEE OFFICIELLE MAXIMUM WEIGHT AT OFFICIAL WEIGH	INFOS
	x4	Poids maximum: Maximum weight: 23 KG	DIMENSIONS : 140 cm x 80 cm x 30 cm 55 "x 32" x 12 " AUCUN ELEMENT NE DOIT DEPASSER DE LA CAISSE VTT NO ITEM SHOULD BE OUTSIDE OF THE MTB BOX
	x1	Poids maximum: Maximum weight: 10 KG	DIMENSIONS : LIBRES, MAIS LE SAC DOIT ETRE SOUPLE (CAISSES RIGIDES INTERDITES, AUCUN ELEMENT NE DOIT DEPASSER DU SAC) FREE, BUT THE BAG MUST BE FLEXIBLE (RIGID BOXES PROHIBITED, NO ITEM SHOULD BE OUTSIDE OF THE BAG)
	x1	Poids maximum: Maximum weight: 10 KG	DIMENSIONS : LIBRES, MAIS LE SAC DOIT ETRE SOUPLE (CAISSES RIGIDES INTERDITES, AUCUN ELEMENT NE DOIT DEPASSER DU SAC) FREE, BUT THE BAG MUST BE FLEXIBLE (RIGID BOXES PROHIBITED, NO ITEM SHOULD BE OUTSIDE OF THE BAG)
	x1	Poids maximum: Maximum weight: 5 KG	DIMENSIONS : LIBRES, MAIS LE SAC DOIT ETRE SOUPLE (CAISSES RIGIDES INTERDITES, AUCUN ELEMENT NE DOIT DEPASSER DU SAC) FREE, BUT THE BAG MUST BE FLEXIBLE (RIGID BOXES PROHIBITED, NO ITEM SHOULD BE OUTSIDE OF THE BAG) *PREVOIR UN VOLUME SUFFISANT POUR 4 CASQUES, 8 LONGES, 4 BAUDRIERS A L'AT1. *PLAN FOR SUFFICIENT VOLUME TO HOLD 4 HELMETS, 8 LANYARDS, 4 HARNESSSES AT AT1
	x1	Poids maximum: Maximum weight: 20 KG	DIMENSIONS : LIBRES, MAIS LE SAC DOIT ETRE SOUPLE (CAISSES RIGIDES INTERDITES, AUCUN ELEMENT NE DOIT DEPASSER DU SAC) FREE, BUT THE BAG MUST BE FLEXIBLE (RIGID BOXES PROHIBITED, NO ITEM SHOULD BE OUTSIDE OF THE BAG)
	x1	Poids maximum: Maximum weight: 10 KG	DIMENSIONS : LIBRES, MAIS LE SAC DOIT ETRE SOUPLE (CAISSES RIGIDES INTERDITES, AUCUN ELEMENT NE DOIT DEPASSER DU SAC) FREE, BUT THE BAG MUST BE FLEXIBLE (RIGID BOXES PROHIBITED, NO ITEM SHOULD BE OUTSIDE OF THE BAG)
	x1	Poids maximum: Maximum weight: 25 KG	DIMENSIONS : LIBRES, MAIS LE SAC DOIT ETRE SOUPLE (CAISSES RIGIDES INTERDITES, AUCUN ELEMENT NE DOIT DEPASSER DU SAC) FREE, BUT THE BAG MUST BE FLEXIBLE (RIGID BOXES PROHIBITED, NO ITEM SHOULD BE OUTSIDE OF THE BAG)

CONTROLE MATERIEL A L'ACCUEIL (SAMEDI 16) PRE-START EQUIPMENT AT THE CHECK IN (SATURDAY 16)

CASQUE DE VTT (NORME 1078 OU EQUIVALENCE INTERNATIONALE)
MTB HELMET (1078 STANDARDS OR INTERNATIONAL EQUIVALENCE)

CASQUE D'EAU VIVES (NORME 1385 OU EQUIVALENCE INTERNATIONALE)
WHITE WATER HELMET (1385 STANDARDS OR INTERNATIONAL EQUIVALENCE)

GILLET DE SAUVETAGE (NORME 12402-5 – 70N FLOTTABILITE RENFORCEE)
(SUR LE GILET L'ETIQUETTE DOIT INDiquer QUE POUR LES TAILLES L/XL/XXL LA FLOTTABILITE EST DE 70N)
LIFE JACKET (STANDARD 12402-5 – 70N ENHANCED BUOYANCY)
(THE LABEL ON THE JACKET MUST INDICATE THAT FOR SIZES L/XL/XXL THE BUOYANCY IS 70N)

CASQUE DE CORDES/ALPINISME/VIA FERRATA (NORME 12492 OU EQUIVALENCE INTERNATIONALE)
ROPE/CLIMBING/VIA FERRATA HELMET (STANDARD 12492 OR INTERNATIONAL EQUIVALENT)

BAUDRIER (NORME 12277 OU 12277+A1 OU EQUIVALENCE INTERNATIONALE)
HARNESS (STANDARD 12277 OR 12277+A1 OR INTERNATIONAL EQUIVALENT)

LONGE VIA FERRATA (NORME 958 OU EQUIVALENCE INTERNATIONALE).
LONGE DOUBLE, MANUFACTUREE, DE VIA FERRATA AVEC ABSORBEUR DE CHOC ET 2 MOUSQUETONS A FERMETURE AUTOMATIQUE.
VIA FERRATA LANYARD (STANDARD 958 OR INTERNATIONAL EQUIVALENT).
DOUBLE, FACTORY-MADE VIA FERRATA LANYARD WITH ENERGY ABSORBER AND 2 AUTOMATIC-LOCKING CARABINERS.

PESEE DES CAISSES / BOX WEIGHING

Les concurrents auront à disposition un peson identique à celui de l'organisation. Ils pourront peser autant de fois qu'ils souhaitent. Une fois que l'équipe considère que sa caisse est prête à être réceptionnée par la direction de course, elle sera pesée par un officiel. Si cette caisse est trop lourde, l'équipe écoperà d'une pénalité de 30 minutes par pesée.

The competitors will have access to a scale identical to the one used by the organization. They may weigh their box as many times as they wish. Once a team considers its box ready to be submitted to the race management, it will be officially weighed. If the box is too heavy, the team will incur a 30-minute penalty for each official weighing.

DEPART / START

Ordre de départ en fonction de l'ordre du classement du prologue avec un départ toutes les 60 secondes.

Start order based on the prologue ranking order, with departures every 60 seconds.

PARC FERMEE : 5H30 à 9H15

DÉPART: ENTRE 9H15 ET 9H45

(Pendant le parc fermée : Interview, scellé des doigts,
scellé des téléphones, distribution des trackers, ...).

Présence obligatoire à partir de 5h30. Sortie du parc fermée interdite.

Soyez autonome en nourriture et boissons.

PARC FERMEE (Closed Park): 5:30 AM to 9:15 AM

START: BETWEEN 9:15 AM AND 9:45 AM

(During the closed park period: interviews, fingerprint sealing,
phone sealing, tracker distribution, etc.)

Mandatory presence from 5:30 AM. Leaving the closed park is prohibited.

Be self-sufficient with food and drinks.

CLASSEMENT / RANKING

L'équipe vainqueur de Sud Raid Adventure Race 2025 sera l'équipe qui aura validé le plus de contrôles de passage obligatoire, dans l'ordre, depuis le départ et plus rapidement que les autres équipes. Le temps de course final sera pondéré par la validation ou non de poste optionnel. En cas de manquement d'un ou plusieurs postes obligatoire, l'équipe sera classée dans un classement secondaire, dont l'ordre sera établi en fonction du nombre de postes obligatoire validé consécutivement, depuis le départ.

Tout est fait pour ne pas que ce ne soit pas une course stratégique, shunter un poste optionnel ne vous permettra jamais de gagner du temps. Le malus appliqué à chaque poste manquant sera directement écrit sur les définitions des postes.

The winning team of Sud Raid Adventure Race 2025 will be the team that has validated the most the compulsory passage checks, in order, from the start and faster than the other teams. The final race time will be weighted by the validation or not of the optional position. In case of failure of one or more compulsory positions, the team will be classified in a secondary classification, the order of which will be established according to the number of compulsory positions validated consecutively, since the start.

Everything is done so that it is not a strategic race, bypassing an optional position will never save you time. The penalty applied to each missing position will be written directly on the definitions of the positions.

PODIUM

Les trois premières équipes du classement seront invitées à participer à une cérémonie de remise des prix spécifique, le vendredi 22 août de 20h45 à 21h, incluant la remise du maillot du Champion du Monde. La présence de tous les membres des trois équipes est obligatoire. Vous êtes autorisés à porter la tenue de votre club pendant le protocole.

The top three teams in the standings will be invited to participate in a special awards ceremony on Friday, August 22nd, from 8:45 PM to 9:00 PM, including the presentation of the World Champion's jersey. The presence of all team members from the three teams is mandatory. You are allowed to wear your club's attire during the ceremony.

TROUPEAUX ET CHIENS DE PROTECTION

Quelques réflexes à adopter

Pour protéger leurs troupeaux contre les attaques de loups, chiens ou lynx, les éleveurs et bergers de cette zone utilisent des chiens de protection.
There are guarding dogs around, working to protect livestock from predators.
I pastori di questa zona utilizzano cani da guardia per proteggere le greggi contro gli attacchi dei predatori.

Contournez largement le troupeau et gardez vos distances.

En présence de chiens de protection : arrêtez-vous le temps qu'ils vous identifient, restez calme, ne les menacez pas, ne les caressez pas.
Hikers, please don't disturb the flocks. Stay calm and wait if you come across one of these dogs.
Mantenete la distanza con il gregge. Restate calmi e passivi in presenza di cani da guardia.

Descendez de vélo et marchez à côté.
Please, walk your bike if you are riding one. Scendete da bicicletta e continuate a piedi.

Tenez votre chien en laisse.
Keep your dog on the leash. Tenete vostro cane al guinzaglio.

Ensemble, respectons le travail des bergers et la tranquillité des animaux.

Nous avons tout mis en œuvre pour que vous ne croisie pas de chien de protection. Le parcours traverse des alpages où des clôtures sont présentes. Vous devez impérativement refermer toutes les portes rencontrées sur le parcours afin d'éviter que le bétail ne s'échappe. Si vous détériorez une clôture (en fermant une porte, en l'enjambant ou de toute autre manière), vous devez en informer la direction dès que possible.

Une zone interdite reste une zone interdite, même si vous décidez d'abandonner la course ou de couper le parcours. Seule la direction de course est habilitée à vous autoriser à traverser une telle zone, et uniquement en cas d'urgence.

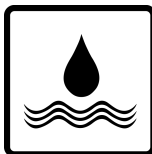
We have made every effort to ensure that you will not encounter any guard dogs. The route passes through alpine pastures where fences are present. You must always close every gate you encounter along the route to prevent livestock from escaping. If you damage a fence (when closing a gate, climbing over it, or in any other way), you must inform the race management as soon as possible.

A prohibited area remains restricted, even if you decide to abandon the race or cut the course. Only the race management is authorized to grant you permission to cross such an area, and only in case of emergency.

LEG 1				24 KM 2100 D+
				Fast time : 08:30
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et cordes (sauf poulie, 2 mousquetons à vis et longes sans absorbeur de chocs) MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and ropes (except pulley, 2 locking carabiners, and lanyards without shock absorbers)				ARRET CHRONO : (INCLUS DANS LE MEILLEUR TEMPS) : 02:00 STOP TIME: (INCLUDED IN THE BEST TIME): 02:00

AT-1				
FACILITIES				

LEG 2				31 KM 1100 D+
				Fast time : 04:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et VTT MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and MTB				

AT-2 (AT-2 ET AT-3 SONT AU MEME ENDROIT) (AT-2 AND AT-3 ARE AT THE SAME LOCATION)				
FACILITIES				
		EAU : 500 mètres avant l'AT -- WATER : 500 metre before AT		

LEG 3				14 KM 600 D+
				Fast time : 03:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections MANDATORY EQUIPEMENT : All sections				
FERMETURE DU CIRCUIT, LES BALISES NE COMPTENT PLUS : 19 AOÛT 2025 À 11:00 COURSE CLOSED, THE CP WILL NO LONGER COUNT 19 AUGUST, 2025 AT 11:00 AM -- FERMETURE DE LA SECTION ET SHUNT POUR LA SECTION SUIVANTE => MISE EN CLASSEMENT SHORT COURSE : 19 AOÛT 2025 À 11:30 SECTION CLOSED AND BYPASS TO THE NEXT SECTION => CLASSIFIED AS SHORT COURSE: 19 AUGUST, 2025 AT 11:30 AM				

AT-3 (AT-2 ET AT-3 SONT AU MEME ENDROIT) (AT-2 AND AT-3 ARE AT THE SAME LOCATION)				
FACILITIES				

LEG 4				8 KM 250 D+
				Fast time : 00:40
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et VTT MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and MTB				

AT-4 (AT-4 ET AT-5 SONT AU MEME ENDROIT) (AT-4 AND AT-5 ARE AT THE SAME LOCATION)				
FACILITIES				
				

LEG 5				2 KM 50 D+
				Fast time : 01:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Chasuble de course, casque de VTT, frontale (température fraîche, friction moyenne, s'habiller en conséquence) MANDATORY EQUIPEMENT : Race bib, MTB helmet, headlamp (cool temperature, moderate friction — dress accordingly)				PAS D'ARRET CHRONO NO STOP TIME
ENTREE IMPOSSIBLE SUR LA SECTION APRÈS : 19 AOÛT 2025 À 13:00 ENTRY PROHIBITED AFTER 19 AUGUST, 2025 AT 1 PM				

AT-5 (AT-4 ET AT-5 SONT AU MEME ENDROIT) (AT-4 AND AT-5 ARE AT THE SAME LOCATION)				
FACILITIES				

LEG 6				8 KM 250 D+
				Fast time : 01:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et VTT MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and MTB				

AT-6				
FACILITIES				
METTRE LA SAC PACKRAFT A L'INTERIEUR D'UNE CAISSE VTT PLACE THE PACKRAFT BAG INSIDE A MTB BOX				

LEG 7				73 KM 1500 D+
				Fast time : 12:45
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et PACKRAFT (NAVIGATION AVEC LE SAC D) MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and PACKRAFT (NAVIGATION WITH THE D BAG)				
SHUNT D'UNE PARTIE DE LA SECTION A PARTIR DE : 19 AOUT 2025 À 14:00 SHUNT OF A SECTION PART FROM: AUGUST 19, 2025 AT 2:00 PM -- ENTREE IMPOSSIBLE SUR LA SECTION APRÈS : 19 AOUT 2025 À 15:59 => SI APRÈS = POURSUITE DE LA COURSE HORS CLASSEMENT ET TRANSFERT À AT-7 ENTRY PROHIBITED AFTER 19 AUGUST, 2025 AT 3:59 PM => SI LATER = RACE CONTINUES OUT OF COMPETITION AND TRANSFER TO AT-7				
DROP ZONE : COMBINAISON UNIQUEMENT, A L'INTERIEUR DU SAC D WETSUIT ONLY, INSIDE BAG D				
- DARK ZONE - ACCES À LA SECTION À PARTIR DE MARDI 19 AOUT À 6H15 IL EST INTERDIT DE NAVIGUER SUR DES SEGMENTS IDENTIFIES SUR LES CARTES DE COURSE APRES MARDI 19 AOUT À 21H SI NAVIGATION SUR LES SEGMENTS IDENTIFIES PENDANT LA DARK ZONE, DISQUALIFICATION ET ARRET DE LA COURSE. POSSIBILITE DE MARCHER APRÈS MARDI 19 AOUT À 21H -- ACCESS TO THE SECTION FROM TUESDAY, AUGUST 19 AT 6:15 A.M IT IS FORBIDDEN TO NAVIGATE ON COURSE MAP-IDENTIFIED SEGMENTS AFTER TUESDAY, AUGUST 19 9 P.M IF NAVIGATION OCCURS ON THESE IDENTIFIED SEGMENTS DURING THE DARK ZONE, THE TEAM WILL BE DISQUALIFIED AND THE RACE STOPPED. WALKING IS PERMITTED AFTER TUESDAY, AUGUST 19 AT 9 P.M				
AT-7				
FACILITIES				
METTRE LA CAISSE NOURRITURE A L'INTERIEUR D'UNE CAISSE VTT PLACE THE FOOD BAG INSIDE A MTB BOX				

LEG 8				41 KM 1250 D+
				Fast time : 05:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et VTT MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and MTB				

AT-8				
FACILITIES				
		EAU : 200 mètres de l'AT -- WATER : 200 metre from AT		
FERMETURE DE LA ZONE DE TRANSITION : 22 AOÛT 2025 À 10:00 TRANSITION AREA CLOSED : 22 AUGUST, 2025 AT 10:00 AM				

LEG 9				21 KM 100 D+
		TEMPERATURE NOCTURNE : 18 A 22 DEGRES NIGHT-TIME TEMPERATURE: 18 TO 22 DEGREES		Fast time : 02:30
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et PACKRAFT MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and PACKRAFT				
ENTREE IMPOSSIBLE SUR LA SECTION APRÈS : 21 AOÛT 2025 À 5:59 ENTRY PROHIBITED AFTER 21 AUGUST, 2025 AT 5:59 AM				

AT-9				
FACILITIES				

LEG 10				16 KM 720 D+
				Fast time : 06:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections MANDATORY EQUIPEMENT : All sections				

AT-10				
				
FACILITIES				
		EAU : 200 mètres de l'AT -- WATER : 200 metre from AT		

LEG 11				10 KM 200 D+
				Fast time : 01:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et roller (SECTION AVEC LE SAC C) MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and roller (LEG WITH THE C BAG)				

AT-11 (AT-11 ET AT-12 SONT AU MEME ENDROIT) (AT-11 AND AT-12 ARE AT THE SAME LOCATION)				
FACILITIES				
				2€ la canette à acheter sur place (CB & espèces) - €2 per can, to be purchased on site (credit card and cash)

LEG 12				2 KM 250 D+
				Fast time : 02:00
				ARRET CHRONO : (INCLUS DANS LE MEILLEUR TEMPS) : 02:00 STOP TIME: (INCLUDED IN THE BEST TIME): 02:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et cordes MANDATORY EQUIPEMENT : <i>All sections and ropes</i>				
FERMETURE DE LA SECTION : 21 AOUT 2025 À 23:59 Closing of the Section 21 AUGUST, 2025 AT 11:59 PM				

AT-12 (AT-11 ET AT-12 SONT AU MEME ENDROIT) (AT-11 AND AT-12 ARE AT THE SAME LOCATION)				
FACILITIES				
				2€ la canette à acheter sur place (CB & espèces) - €2 per can, to be purchased on site (credit card and cash)

LEG 13				12 KM 760 D+
				Fast time : 06:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections MANDATORY EQUIPEMENT : All sections				

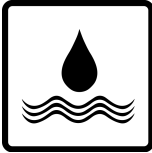
AT-13				
FACILITIES				
		EAU : 200 mètres de l'AT -- WATER : 200 metre from AT		
FERMETURE DE LA ZONE DE TRANSITION : 22 AOÛT 2025 À 10:00 TRANSITION AREA CLOSED : 22 AUGUST, 2025 AT 10:00 AM				

LEG 14				16 KM 500 D+
				Fast time : 02:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et VTT MANDATORY EQUIPEMENT : All sections and MTB				

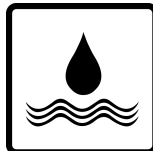
AT-14 (AT-14 ET AT-15 SONT AU MEME ENDROIT) (AT-14 AND AT-15 ARE AT THE SAME LOCATION)				
FACILITIES				

LEG 15				4 KM 100 D+
				Fast time : 01:00
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections MANDATORY EQUIPEMENT : All sections				
ENTREE IMPOSSIBLE SUR LA SECTION APRÈS : 22 AOÛT 2025 À 11:59 ENTRY PROHIBITED AFTER 22 AUGUST, 2025 AT 11:59 AM				

AT-15 (AT-14 ET AT-15 SONT AU MEME ENDROIT) (AT-14 AND AT-15 ARE AT THE SAME LOCATION)				
FACILITIES				
FERMETURE DE LA ZONE DE TRANSITION ET SHUNT POUR LA SECTION SUIVANTE => MISE EN CLASSEMENT SHORT COURSE : 22 AOÛT 2025 À 13:00 TRANSITION AREA CLOSED AND BYPASS TO THE NEXT SECTION => CLASSIFIED AS SHORT COURSE: 22 AUGUST, 2025 AT 1:00 PM				

LEG 16				58 KM 1800 D+
				Fast time : 08:30
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections et VTT MANDATORY EQUIPEMENT : <i>All sections and MTB</i>				
Sans shunt / without shunt – Meilleur temps /Fast time: 08:30 Shunt 1– Meilleur temps /Fast time : 05:00 Shunt 2 – Meilleur temps /Fast time : 03:00 Shunt 3 – Meilleur temps /Fast time : 02:00				
NEUTRALISATION DE 15 MINUTES DE LA DERNIERE BALISE À L'AT-16 => REPRISE CHRONO AU DÉPART DE LEG 17 15-MINUTE NEUTRALIZATION FROM LAST CHECKPOINT TO AT-16 => TIMER RESUMES AT THE START OF LEG 17				

AT-16				
FACILITIES				

LEG 17				1 KM o D+
				Fast time : 00:05
MATERIEL OBLIGATOIRE : Toutes les sections MANDATORY EQUIPEMENT : All sections				
FIN DE LA COURSE AVANT : 22 AOÛT 2025 À 16:00 END OF THE RACE BEFORE : 22 AUGUST, 2025 AT 4 PM				

FIN