



GUIDE DU PARTICIPANT

Les Courses RBN - 26 août 2023

Guide du participant 2023

Les courses RBN 26 août

INFORMATIONS IMPORTANTES ET DÉTAILS TECHNIQUES

Dernière révision: 17 août 2023

PROMUTUEL
ASSURANCE

Saputo

 Desjardins

 dessercom

VALLÉE BRAS
DU NORD


GERMAIN
ST-RAYMOND | DONNACONA
 



 MRC de
PORTNEUF

Destination
QUÉBEC cite

 Ville de
Saint-Raymond
AU SERVICE DES CITOYENS

Québec 

MOT DU PRÉSIDENT

Tout d'abord, nous voulons vous remercier d'être au rendez-vous pour l'édition 2023 du Raid Bras du Nord - Promutuel assurance. Nous savons que vous êtes fins prêts à vivre ou même revivre l'expérience du Raid et repousser vos limites. Grâce à vous, le Raid est maintenant le plus gros événement de vélo de montagne au Québec!

Nous avons travaillé très fort encore cette année pour vous préparer des parcours à la hauteur de vos attentes et bonifier votre après-course. Nous vous invitons à demeurer avec nous en soirée pour profiter de nos spectacles gratuits!

Le Raid Bras du Nord - Promutuel Assurance est un OBNL ayant pour mission de promouvoir l'activité physique, favoriser la découverte du sport chez les jeunes et d'accompagner les organismes et clubs sportifs de la région dans leurs activités. En 2022, c'est 13 600\$ qui ont été redistribués en dons à des organismes, des clubs sportifs, des écoles et des garderies!

En participant à l'une ou l'autre de nos activités, vous contribuez à améliorer l'accès au sport dans notre région!

Encore une fois, merci d'être parmi nous et bon Raid!

Dominic Drolet,
Président du Raid Bras du Nord

INSCRIPTIONS AUX COURSES

Tous les participants doivent s'inscrire en ligne avant la course. **Aucune inscription sur place** ne sera possible. L'inscription doit être effectuée au moins 48h avant la journée de la course soit le jeudi 23h59.

Lien pour l'inscription: [CLIQUEZ ICI](#)

LICENCE FQSC

Chaque coureur doit détenir sa licence de la FQSC (annuelle ou journalière). La licence récréative ne suffit pas. La licence peut être achetée en ligne avant l'événement.

La plupart d'entre vous avez déjà acheté la licence d'événement lors de

vosre inscription. Veuillez à vérifier votre confirmation d'inscription avant la course.

La licence FQSC est obligatoire.
La licence récréative ne suffit pas.



Achat d'une licence d'événement – Sanction provinciale



Si ce n'est pas le cas, vous devez le faire avant la course. Vous devez inscrire l'événement : **Raid Bras du Nord**

Lien pour l'obtention de la licence : [Inscription Licence d'Événement Provinciale 2023 2023 - Montréal - N/C - Canada - Registration4all](#)

ENREGISTREMENT ET DÉPARTS

Afin d'éviter l'attente, vous pouvez vous enregistrer et récupérer votre plaque à l'avance au Centre de Ski Saint-Raymond :

- Vendredi le 26 août **17h30 à 20h00**

Veuillez sinon vous présenter plus tôt le samedi matin en consultant les heures d'ouverture des bureaux selon votre course. **La programmation complète se trouve sur notre site internet.** Vous devez récupérer votre plaque au moins une heure avant votre course.

BLOC SANITAIRE

Des douches seront disponibles gratuitement sur place après votre course. Vous devez prévoir votre nécessaire de toilette et votre serviette.

STATIONNEMENT

Le stationnement principal se situe au Centre de Ski Saint-Raymond. Sur place, des membres de l'organisation vous indiqueront où placer votre voiture. Un deuxième stationnement est également offert un peu plus haut que le Centre de Ski et il est recommandé pour les spectateurs.

En raison des vagues de départ, l'accès au stationnement sera fermé à quelques reprises durant l'avant-midi afin de laisser passer les coureurs. Nous vous remercions pour votre patience et votre prudence.

APRÈS COURSE ET SPECTACLE

Nous vous invitons à demeurer avec nous sur le site pour profiter de notre soirée spectacle, et ce GRATUITEMENT. Un service de bar et de restauration sera disponible sur place.

Dès le milieu de l'après-midi, les prestations musicales se succéderont.

- Carignan - Chansonnier
- JUST DO HIT - Cover Band
- Karma Kameleons

Spectacles gratuits

Vendredi

25 août

5@7 festif d'après course avec André Ricard - Chansonnier

Hommage à Bob Bissonette - William Bisson et son band

Musique avec Dj Guillaume Lirette





Samedi

26 août

Fin de journée festive avec Carignan - Chansonnier

JUST DO HIT - Cover Band

Karma Kameleons

Musique avec Dj Guillaume Lirette

Dimanche

27 août

Jimmy Stratosphère - Spectacle de magie sous le chapiteau

Sculpteur de ballons



En permanence sur le site

Service de bar et de restauration

Animation et compétitions

Jeux gonflable pour les plus petits!

RÈGLEMENTS DE COURSE

Voici un rappel de quelques règlements essentiels. Aucun écart de conduite ne sera toléré.

- Tous les cyclistes doivent suivre le parcours balisé;
- Vous devez demander le passage de façon courtoise à un cycliste plus lent;

- Un cycliste plus lent doit céder le passage à un cycliste plus rapide lorsque demandé et lorsqu'il juge la manœuvre sécuritaire;
- Aucun cycliste n'est autorisé à porter des écouteurs durant la course;
- Nous ne tolérons aucun déchet jeté par terre;
- Un participant est dans l'obligation de porter assistance à tout coureur en danger ou avertir le bénévole le plus près.

DÉTAILS TECHNIQUES

Les détails techniques sont fournis à titre indicatif et sont sujets à changement sans préavis.

Les cartes des parcours seront affichées seulement sur place le matin de l'événement. Nos droits de passages (très précieux) ne nous permettent pas de rendre les cartes publiques avant l'événement.

Considérant les événements météo hors du commun des dernières semaines, nous avons dû revoir à la baisse le parcours du Gros Bras 81 km afin d'assurer la sécurité de nos participants. Si d'autres changements de parcours surviennent d'ici la journée des courses, le directeur de courses en fera l'annonce au moment du départ.

L'Avant Bras - 20 km (dénivelé positif ≈600m)



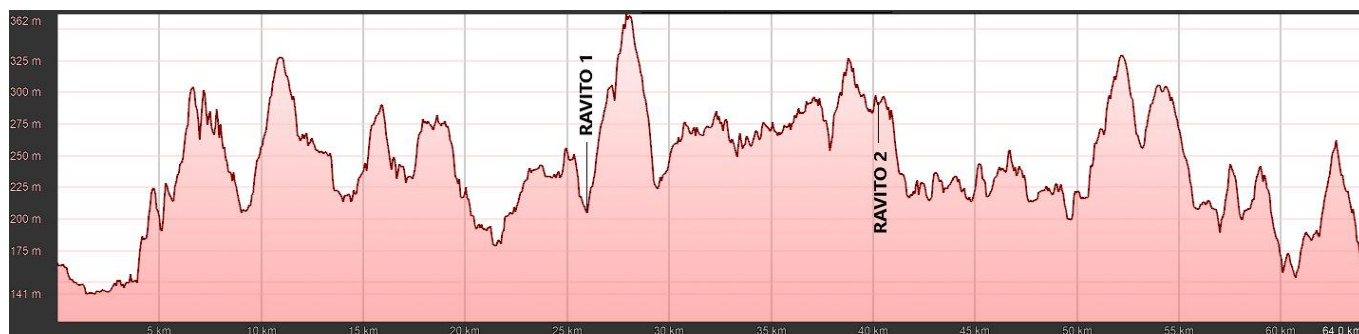
Petit Bras - 31 km (dénivelé positif ≈700m)



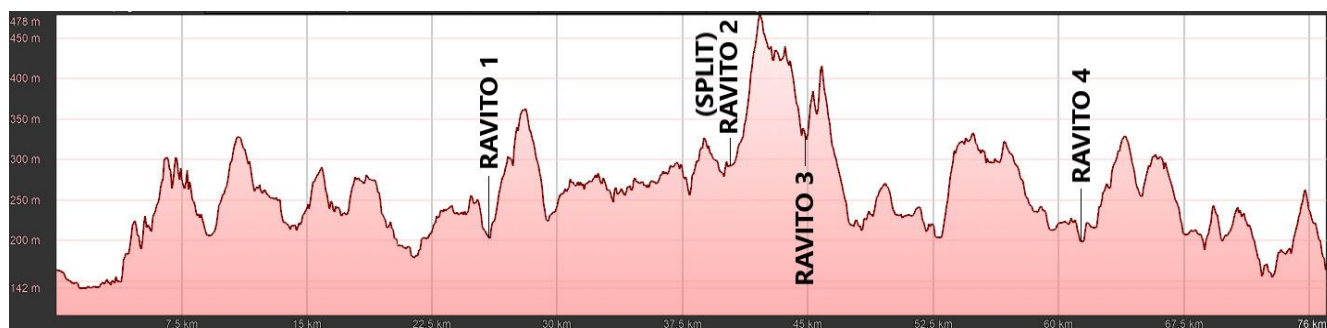
Petit Bras - 44 km (dénivelé positif $\approx 1000\text{m}$)



Gros Bras - 64 km (dénivelé positif $\approx 1400\text{m}$)



Gros Bras 81 km (dénivelé positif $\approx 1700\text{m}$)



TEMPS LIMITE DE COURSE

Pour avoir accès au parcours du 81 km du Gros Bras, vous devrez être au point de séparation avant 12h30.

Dans tous les cas, les cyclistes devront passer à l'entrée de la Monsieur Roland avant 15h00 pour pouvoir continuer sur le parcours.

Tous les détails des courses se retrouvent dans la section "Courses".

MÉDAILLES, PODIUMS ET BOURSES

Les 3 premières positions par catégorie (homme et femme vélo de montagne) se verront attribuer une médaille.

Particularités pour les eBike:

Selon le règlement de la FQSC: Les vélos à assistance électrique (VAE) seront acceptés sur les événements de type « raid/marathon », aux conditions suivantes :

- Tout participant en VAE ne sera pas considéré comme étant dans une catégorie compétitive ;
- Aucun podium, ni remise de médailles (venant symboliser un résultat) ou de bourse ne seront proposés car il est actuellement impossible de garantir une équité sur la puissance des moteurs utilisés ;
- Un temps final pourra être communiqué aux participants à titre d'information;
- Les catégories de participants seront exclusivement des « Open Homme » et « Open Femme » ;
- L'âge pour participer en VAE est de U19 et + ;
- La catégorie VAE aura son propre départ (différencié des autres catégories de coureurs).

BOURSES Gros Bras 81km (vélo de montagne)

Meilleur temps homme overall : 250\$

2e meilleur temps : 150\$

3e meilleur temps : 100\$

Meilleur temps femme overall : 250\$

2e meilleur temps : 150\$

3e meilleure temps : 100\$

CAMPING PRÈS DU SITE

Vous avez la possibilité de vous installer en camping (tente ou VR) à proximité du Centre de Ski Saint-Raymond à partir de vendredi soir.

Les réservations sont possibles en ligne seulement, avant le jeudi précédant l'événement à 23h59.

Tous les détails se trouvent dans la section "Hébergement" du site.

Bonne préparation et bon Raid 2023

De toute l'équipe du RAID BRAS DU NORD :)

À Bientôt!

Questions? info@raidbrasdunord.com