

COMMUNIQUE FINAL DU 23^{ème} RAID 28

5... 4... 3... 2... 1... et... Un Week-End du Raid 28

Avec une météo quasi idéale pour un mois de janvier, les organisateurs du 23^{ème} Raid 28 ont réussi à satisfaire leurs trailers avec plusieurs distances, plusieurs formules et des jeux de traçage variés et inédits. Les anciens en redemandent, les nouveaux sont enthousiastes et les traceurs ont déjà des idées pour janvier 2017.



Credits photos : Vincent Krieger et François Voisin - Equipe Turoom

5
4
3
2
1

courses étaient au programme de cette édition avec une nouveauté depuis 2015 : L'original et mythique Raid 28 qui se court toujours à cinq mixte se déclinait en plus en course par équipe de trois : l'Equip'O Trail 28. La tradition était respectée avec les balises optionnelles pénalisantes ou bonifiantes. Bien sûr, toujours les "spéciales" avec des balises définies par des exercices de traçage originaux.

départs donnés depuis des villes d'Ile-de-France qui ne sont pas toujours les mêmes d'année en année car le parcours est renouvelé tous les ans. Les courses les plus longues passent par les autres et le peloton des coureurs grossit au fur et à mesure de la progression. Les traceurs sont très joueurs et réussissent, chaque année, à intéresser les concurrents à des épreuves de course d'orientation et des jeux de traçage originaux.

coureurs par équipe. Cette fois, toutes les épreuves du week-end pouvaient se courir à trois "open", ce qui signifie mixte ou non. Depuis quelques années, cette formule a permis à de nombreuses formations de constituer une équipe pour courir le Week-End du Raid 28. Cependant, les organisateurs ont constaté que beaucoup d'équipes inscrites étaient mixtes, certaines entièrement féminines.

jours de courses avec les départs échelonnés du samedi au dimanche durant 24 heures : L'UltraRaid28 à 16h puis le Raid 28 et l'Equip'OTrail 28 à 21h depuis Epernon dans une magnifique salle du XII^{ème} siècle. Ensuite, le SemiRaid 28 dont le départ fut donné à 6h depuis le Gymnase du Perray en Yvelines. Plus loin, la jonction avec le parcours du Bures 28 qui avait pris son départ de Bures à 9h.

arrivée unique pour toutes les épreuves sur le Campus de l'Université Paris-Sud à Bures-Orsay. L'heure limite des arrivées, 16 heures, oblige les équipes à bien calculer leur progression pour arriver dans les délais afin d'éviter la déception d'une élimination. Retard au contrôle = Retour en car assuré...

LES PRINCIPES DU RAID 28

Les courses du Week-End du Raid 28 sont des trails en navigation et par équipes dans les chemins en Ile-de-France. Ce sont des épreuves semi-nocturnes en autosuffisance en milieu naturel où seules les équipes arrivant complètes sont classées, en faisant leur chemin à la carte et à la boussole. Les documents remis au moment du départ permettent de rejoindre des contrôles obligatoires en cherchant des passages donnant des pénalités ou des bonus. Des options et des spéciales obligent les concurrents à faire des choix qui mettent à l'épreuve l'endurance, la stratégie de progression et l'esprit d'équipe. Toutes ces courses sont réalisées sur le même principe : Progression par équipe en orientation.

Les départs du Week-End du 23^{ème} Raid 28 : Photos souvenirs



Départ de l'UltraRaid 28
Samedi 23 janvier 2016 - Epernon, 16h



Départ du Raid 28 et de l'Equip'OTrail 28
Samedi 23 janvier 2016 - Epernon, 21h



Départ du SemiRaid 28
Samedi 24 janvier 2016 - Le Perray en Yvelines, 6h



Départ du Bures 28
Samedi 24 janvier 2016 - Bures sur Yvette, 9h

Le Week-End du Raid 28 en chiffres :



Qu'est-ce que l'on préfère dans le Raid 28 ?

On se demande souvent quelles sont les motivations des concurrents qui viennent participer aux courses du Week-End du Raid 28... Oui, en hiver, avec des conditions climatiques souvent assez dures, une progression par équipe avec un chemin à faire soi-même à la carte et la boussole, de nombreuses balises à trouver en déchiffrant le road-book, en autosuffisance avec un sac à dos qui scie les épaules, des traversées très sauvages et quelquefois humides, sans oublier les temps limites, la gestion de l'équipe, la fatigue et les blessures... Cette conjugaison de difficultés met à l'épreuve des coureurs courageux, souvent très bien préparés, qui sont ici pour tester leurs limites et celles de leur équipe. Finir dans les délais reste l'objectif de tous mais être au départ est déjà une belle victoire car ce n'est pas toujours facile d'amener un groupe de coureurs sur les lignes de départ de trails par équipes. De ce point de vue, il est clair que le Raid 28 reste un trail par équipe unique en son genre.



Il passait où, cette année, le Week-End du Raid 28 ?

Epernon, version XII^{ème} siècle

En recevant leur dossier à l'heure du départ, les concurrents découvrent sur les cartes les lieux par lesquels ils vont passer. A Epernon, en Eure et Loir, les premiers départs eurent lieu dans une ancienne abbaye du XII^{ème} siècle baptisée aujourd'hui "Les Pressoirs".



C'est dans cette ambiance médiévale que les concurrents des plus longues courses du week-end ont préparé leur parcours pour aller enfin à la poursuite des balises décrites dans leurs feuilles de route.



Le Raid 28, Canal historique



En longeant le canal Louis XIV, savaient-ils que ce cours d'eau creusé depuis 300 ans acheminait les pierres



au château de Maintenon ?

Ce n'était pas leur problème... pas plus que ce détour dans un marais avec les ruines de l'Abbaye des

Moulineaux, illuminée par des quantités de bougies posés là par la main magique de la fée du Raid 28 Y entrer, c'était bien, mais en sortir n'était pas mal non plus.



Le Perray-en-Yvelines

Le départ du SemiRaid 28, donné à 6h depuis le gymnase du Perray-en Yvelines, redonne un éclairage purement sportif à ce parcours. Les concurrents retrouvent les autres



courses dans la forêt de Rambouillet toute proche.

A partir des Vaux de Cernay, le contrôle des passages aux balises se fait avec des doigts électroniques. C'est un système efficace permettant de délivrer les résultats très rapidement après l'arrivée des derniers concurrents, à 16h30.



Les coureurs des quatre courses progressent alors dans cette forêt de Rambouillet, immense, belle et mystérieuse un joyau de la région parisienne que bien des forêts de province peuvent nous envier. De nuit il reste encore bien des surprises à découvrir.



Le Raid 28, Canal moderne

Bures sur Yvette, le Campus de l'Université Paris-Sud, le Paris-Saclay, sa Vallée de Chevreuse et sa gare du RER. Encore une surprise inattendue : A 9h, au départ du Bures 28, il est annoncé que le vrai départ est à Saint-Rémy-les-Chevreuse ! Tout est prévu : Les concurrents reçoivent des billets et se précipitent sur la première rame de métro qui passe là à 9h16 !



Là, dans les wagons, la préparation du parcours devait se faire très rapidement car le trajet est très court entre Bures et Saint-Rémy.



Le Bures 28, c'est 28 km seulement, mais il a tout des autres courses longues de ce Week-End du Raid 28 : balises, pénalités, bonifications, traversées sauvages, temps limites...



Un passage en direct dans les studios de la radio du Raid 28, Radio Vieille Eglise fait parler de nos courses dans toute l'Île de France sur 103,7 MHz.



Et c'est enfin l'arrivée, la soupe, les embrassades, le repas, et le podium.



On dit que c'est trop dur... Alors, pourquoi courir le Raid 28 ?

Les courses du Week-End du Raid 28 ont la réputation d'être dures. En réalité, ce n'est pas plus dur que les autres trails de mêmes distances, mais le climat hivernal, la nuit, les chemins humides, les traversées sauvages, la recherche de balises et la progression forcée en groupe font subir aux concurrents une accumulation de difficultés qu'ils doivent surmonter avec une intelligence et une endurance mises à l'épreuve d'un bout à l'autre.

Ces courses à options, avec des distances de 28 à 100 km, encouragent bien des trailers à tenter l'aventure car ils ont tous compris, en préparant leur inscription, que les organisateurs ont tout fait pour qu'un grand nombre d'équipes puissent finir dans les délais.



Dans le Raid 28, on vient avec son équipe ; on ne réfléchit plus seulement en fonction de son état de forme du moment, il faut terminer au complet sur la ligne d'arrivée. C'est ce challenge qui nourrit en permanence l'ambition des trailers du Raid 28.

Parce que faire la route du Raid 28 est un sport d'équipe.

En découvrant le parcours au moment du départ, tous les équipiers s'attèlent à la tâche de décrypter les définitions des balises afin de reporter leurs positions sur les cartes fournies par les organisateurs. C'est un moment inouï dans les trails en orientation par équipe : Allongés au sol, tous travaillent au traçage avec afin de partir au plus vite sur la route qu'ils se sont tracés.

Certaines équipes restent dans la salle de départ plus de 30 minutes, concentrées sur ce travail minutieux de traçage. D'autres partent très vite en reportant seulement les premiers postes, sachant que la découverte des



définitions se fera en cours de route, sur le terrain, dans la plus grande fébrilité.

Dans les équipes les mieux organisées, chacun a un rôle bien précis. Le capitaine qui donne les consignes, l'orienteur avec la carte qui fait le chemin de balise en balise, le lecteur de définitions, le compteur des distances... Il faut avancer sans se tromper, choisir la meilleure stratégie, composer avec la fatigue des uns ou des autres, subir le stress des moments d'égarement ; oui, c'est une équipe harmonieuse qui a le plus de chance de finir sur le podium.

Intelligence de progression, endurance des équipiers, sens du terrain, goût de la navigation et du commandement : Une équipe mythique du Raid 28 est dotée de capacités hors normes qui lui permettent de progresser en toutes circonstances. L'eau, le vent et le froid ne l'effraie pas... Son sel ennemi, ce sont les autres équipes.

Parce que seul on va plus vite mais en équipe on va plus loin

L'énergie déployée par un trailer dans une course en individuel n'a rien à voir avec la force et l'endurance nécessaires dans une course en équipe. Dans les courses du Raid 28, être un bon coureur à pied est utile, mais ce n'est pas la seule qualité requise pour bien faire avancer son groupe. La vitesse moyenne minimale exigée par le règlement, 4 à 5 km/h, rend cette épreuve accessible à un grand nombre de coureurs. Pourtant, c'est la cohésion du groupe et le cumul des qualités des équipiers qui permet de durer dans la course pour surmonter une à une les multiples difficultés de la progression en milieu naturel.



Pour aller loin, dit-on, il faut ménager sa monture ; en évaluant en permanence les réserves de ses équipiers, un capitaine peut faire avancer son groupe jusqu'aux limites de tous.

Parce qu'il rend plus courte la distance entre la semelle et le cerveau.

Dans le Raid 28, c'est bien "la tête et les jambes". Tout est fait pour que les concurrents restent attentifs d'un bout à l'autre car le moindre moment de distraction fait manquer des balises et oblige l'équipe à faire des distances supplémentaires. Il faut réagir vite, comprendre le terrain,

décider efficacement, entrer dans la carte, déjouer les ruses des organisateurs; anticiper sur les points délicats... Il ne faut pas oublier que les passages ne sont que très rarement balisés. Les trailers du Raid 28 sont seuls dans la nature et la force mentale est un catalyseur pour l'équipe. Les ordres donnés doivent être pertinents et bien réfléchis pour que les pieds obéissent afin de combattre les obstacles d'un terrain souvent incertain, voire hostile.

Parce que les vraies réussites sont celles que l'on partage.

Il faut voir les embrassades à l'arrivée pour comprendre que les coureurs ont affronté ensemble des moments qui les marqueront pour longtemps. Tout ce qui s'est passé durant leur périple restera souvent le secret de leur course, le souvenir impérissable de cette aventure humaine inhabituelle. Les organisateurs le savent bien : Chaque année, avec un parcours toujours nouveau, les concurrents vivent une expérience qui les soude à travers l'usure de la course, les jeux de traçage, les traversées et les spéciales proposées.

Sur le terrain comme à l'arrivée, les bénévoles partagent aussi avec les coureurs des moments très forts. Les signaleurs présents aux points de contrôle viennent volontairement pour tenir des postes longs et difficiles car ils veulent être en contact avec les coureurs.

Bien souvent, l'exploit collectif fait surgir des larmes quand les concurrents se congratulent sous l'arche d'arrivée, conscients qu'ils ont vécu des moments exceptionnels qui resteront marqués dans leurs mémoires.

Parce qu'avec le Raid 28, on aime la course d'orientation

On ne peut pas dissocier le Raid 28 de la course d'orientation. Depuis l'an 2000, les organisateurs du Raid 28 ont résolument intégré de plus en plus de postes balisés tout le long du parcours : Des balises "vertes", faciles à trouver sur le trajet le plus court avec des pénalités si on n'y passe pas (augmentation du temps) et des balises "bleues", plus techniques et bonifiantes (diminution du temps) Des "nids" de balises bleues sont alors des zones optionnelles avec des jeux de traçages souvent inédits ; ce sont les "Spéciales".



Les traceurs du Raid 28 sont pour la plupart des coureurs ou des traceurs de CO, offrant ainsi une expertise garantissant l'excellence de la préparation du parcours pour les orienteurs les plus chevronnés.

Cette association du trail et de l'orientation est le credo de l'Equipe Turoom. C'est une évidence de proposer aux trailers ce genre de compétition car toutes les progressions en milieu naturel imposent de faire son chemin soi-même, magnifiant ainsi les paysages traversés.

Si vous souhaitez participer au Raid 28, il faut savoir que c'est un trail en orientation et non une course d'orientation. Différence subtile, mais qui touchera pas mal d'entre vous. Seules les spéciales peuvent être apparentées à des CO.

Courir le Raid 28, c'est prendre la main que vous tend la course d'orientation.

Parce que l'on dit souvent qu'on l'a dans la peau, le Raid 28.

Les coureurs ont tous dans le cœur des courses plus familières que d'autres : Son premier marathon, la course où l'on a tapé son propre record, celle où l'on a calé pour la première fois...

Et puis il y a des courses que l'on n'a jamais fini de découvrir car elles exercent sur vous des fascinations



inexplicables, pas nécessairement au bout du monde. Le Raid 28 est de celle là. Avant de le courir pour la première fois, c'était une course comme il y en a beaucoup d'autres : On court, on est fatigué et on rentre chez soi ! Combien sont-ils à connaître de la course bien autre chose ? Certainement des concurrents du Raid 28 car il mérite qu'on s'y arrête bien plus que les vingt quatre heures que l'on passe avec ses organisateurs ; c'est :

L'équipe, source de joie et d'amitié.

La nuit, étrange et mystérieuse.

L'ambiance, sportive et conviviale.

La navigation, technique et ludique.

La progression, difficile et stratégique.

Les traceurs du Raid 28 aiment la nature et les coureurs. Les chemins en fartlek, les paysages dunaires, la magie du dénivelé alpestre, les records du VO2 max, ils s'en battent la boussole : "On ne fait le Raid 28 que depuis vingt deux ans, une fois par an ; ce n'est pas comme le boulanger qui cuit tous les matins..."

Le fait qu'une anecdote arrivée sur le Raid 28 en 1995 fasse encore apparaître des sourires sur les visages des anciens participants nous fait vraiment plaisir.

Parce que les organisateurs du Raid 28 aiment leurs coureurs.

A l'heure du grand spectacle, de la médiatisation à outrance et de la productivité, le Raid 28 s'impose avec sa raison d'être et sa valeur ajoutée technicité et convivialité ; c'est une vision unique du rôle de l'organisateur voulant partager le meilleur avec ses concurrents.



Cette équipe se sent libre de choisir des passages qui plairont aux participants en leur réservant des surprises et des recherches de chemins qui font le sel de cet événement sportif : Le Raid 28. L'Equipe Turoom attache une grande valeur à cette création. Dire que cette course est pour les organisateurs un objet culturel serait peut être exagéré : "Nous sommes une bande d'amateurs, coureurs a pied ou anciens coureurs, on fait cette course parce qu'on l'aime, et si on a envie de passer là, on fait ce qu'il faut pour y emmener aussi nos participants."



Nous voulons regarder notre événement à travers les gens de nos équipes, sans dissimuler nos émotions, nos passions, sans craindre de dire que nous les comprenons avec nos pieds et avec nos cœurs. Une équipe en pleurs en arrivant, des concurrents qui s'entraident, une chute dans l'eau, une cheville qui craque, un coureur qui vous fait un cadeau... Le Raid 28 raconte la vie telle qu'elle est, à la recherche de la réussite collective grâce aux valeurs individuelles.

Pas question de renier notre passé. Chaque édition est une nouvelle bataille pour laquelle nous construisons un parcours nouveau. Toute l'année, sur le terrain, nous serons en train de repérer et de découvrir de nouveaux chemins et des paysages pour le Week-End du Raid 28. C'est un acquis dont personne ne doute.

Mais l'Equipe Turoom offre à ses coureurs bien plus que la promesse de l'événement ; c'est l'affirmation d'un engagement sportif, un révélateur de la force d'une équipe afin de leur faire partager des moments vrais, des sentiments humains sincères.

Cette année encore, nous avons pu mesurer la solidité du lien qui unit le Raid 28 à ses coureurs. Et encore, les meilleurs moments sont à venir !



Le Podium des Vainqueurs du Week-End du 23^{ème} Raid 28 :



Podiums du Week-End du 23^{ème} Raid 28

23 et 24 janvier 2016

Podium du 23^{ème} Raid 28

71/85 km – 19h

| | N° | 11 équipes de 5 au départ à 16h | 10 équipes classées | 54 termineurs | Compensé | Temps |
|---|--------------------------|---------------------------------|---------------------|--|----------|-------|
| 1 | 001-GO 78 RANDORUNNING : | | | Mauries-Brundu-Daem-Lemaire-Pascoa | -3h 30' | 15:10 |
| 2 | 014-VK2M – COM : | | | Harnist-Marchand-Meyer-Martins-Clar | -1h 26' | 17:14 |
| 3 | 008-LES Z'ECUREUILS : | | | Schneider-Schneider-Mutel-Rosati-Barbier | -1h 02' | 17:18 |

23 et 24 janvier 2016

Podium du 4^{ème} UltraRaid 28

96/112 km – 24h

| | N° | 8 équipes de 3 au départ à 21h | 6 équipes classées | 21 termineurs | Compensé | Temps |
|---|-----------------------------|--------------------------------|--------------------|-----------------------------|----------|-------|
| 1 | 204-LOST IN ORIENTATION : | | | Marbouty-Fernandes-Sébileau | 11h 04' | 22:29 |
| 2 | 201-LES BOUDUGOU : | | | Bouteille-Dubois-Junger | 13h 29' | 22:33 |
| 3 | 203-LA BELLE ET LES BETES : | | | Charvin-Allard-Orsoni | 18h 27' | 21:52 |

23 et 24 janvier 2016

Podium du 2^{ème} Equip'OTrail 28

71/85 km – 19h

| | N° | 15 équipes de 3 au départ à 21h | 12 équipes classées | 39 termineurs | Compensé | Temps |
|---|---------------------------------|---------------------------------|---------------------|------------------------------|----------|-------|
| 1 | 414-ISSY ABSOLU : | | | Pujos-Bonnefous-Delfau | -2h 08' | 16:31 |
| 2 | 409-LES POILUS DE LA NUIT : | | | Douet-Lumbroso-Choucroun | 0h 54' | 18:34 |
| 3 | 401-THE INSAME MIGHTY MARMOTS : | | | Perillaud-Devillepoix-Lecanu | 2h 29' | 18:59 |

24 janvier 2016

Podium du 7^{ème} SemiRaid 28

44/51 km – 10h

| | N° | 38 équipes de 3 au départ à 6h | 28 équipes classées | 103 termineurs | Compensé | Temps |
|---|------------------------|--------------------------------|---------------------|---------------------------|----------|-------|
| 1 | 137-MEGARAID : | | | Chevalier-Bernier-Perrier | -0h29' | 8:25 |
| 2 | 101-MADE IN RAID : | | | Fromenton-Hochin-Lemoine | -0h 26' | 8:28 |
| 3 | 109-SPORT EN STOCK 2 : | | | Barbot-Jathière-Pichard | 0h 14' | 9:28 |

24 janvier 2016

Podium du 4^{ème} Bures 28

28/31 km – 6h

| | N° | 43 équipes de 3 au départ à 9h | 35 équipes classées | 122 termineurs | Compensé | Temps |
|---|------------------------|--------------------------------|---------------------|----------------------------|----------|-------|
| 1 | 324-JUNIVERS : | | | Giret-Delangue-Rodalec | 0h 29' | 4:38 |
| 2 | 301-RAID RUNNERS DSA : | | | Validire-Marcantetti-Dijol | 0h 44' | 4:53 |
| 3 | 306-TEAM PHD : | | | Foissac-Marty-Demoulin | 0h 56' | 5:05 |

Mais dites-moi, d'où vient tout ce bonheur ?

On ne peut pas parler du Week-End du Raid 28 sans dire tout ce que cet événement doit à ses partenaires et à ses bénévoles. Depuis longtemps, l'Equipe Turoom obtient des soutiens d'amis fidèles dont le dévouement et le talent sont la circulation sanguine de l'association. Toute l'année est consacrée à une préparation minutieuse grâce à des hommes et des femmes qui couraient déjà ensemble dans les années 1980, conférant aux organisateurs une solide expérience dans le domaine sportif. On dit que "l'expérience est un peigne que donne la vie quand on est devenu chauve"... On n'a pas dit l'empeigne, car ici, à Bures sur Yvette, on a bien les pieds sur terre.

Bien sûr, beaucoup d'organisateur d'autres beaux événements sportifs peuvent dire la même chose, mais quand on voit tout ce qui est offert aux concurrents du Week-End du Raid 28, cette course est bien toujours un trail par équipe unique en genre.

La preuve : Tous les amis du Raid 28 sont invités à Bures sur Yvette le vendredi 18 mars 2016 pour sa grande soirée de remise de trophées :

La Soirée des Panards du Raid 28

Prochaine édition du Raid 28 : les samedi 21 et dimanche 22 janvier 2017



Ce 23^{ème} Raid 28 était dédié
à notre ami Rémi Auffret
à qui le Raid 28 doit beaucoup.

Un grand merci à nos partenaires 2016:



Super loupe sur le Week-End du 23^{ème} Raid 28

