

RÈGLES TECHNIQUES ET DE SÉCURITÉ  
(R.T.S.)



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE DE  
**TRIATHLON**

## 24. Raid

### 24.1. Le Raid Multisports

Le Raid multisports de nature est une discipline sportive composée d'au moins 3 sports de nature enchaînés ou au minimum, deux activités linéaires et un atelier en terrain naturel varié, le tout non motorisé. Il est réalisé principalement par équipe et en mixte mais caractérisé par un format laissant place à la créativité des organisateurs et à l'adaptation au territoire.

### 24.2. Tranches d'âge / durée maximale d'effort

Le format du Raid multisports devra respecter une durée maximale d'effort en fonction de l'âge des participants. Cette durée d'effort, indiquée dans le tableau ci-dessous, correspond à la durée totale maximale de l'épreuve (ateliers techniques, transitions, repos, neutralisation compris), pour la dernière équipe, et hors prologue.

Est considérée comme prologue, toute épreuve inférieure à 2h de course, et séparée au minimum de 8h consécutives de repos, avant le début de l'épreuve suivante.

Durée maximale d'effort par catégorie d'âge						
Catégories d'âge	6-7 ans Mini Poussins	8-9 ans Poussins	10-11 ans Pupilles	12-13 ans Benjamins	14-15 ans Minimes	16-17 ans Cadets
Durée maximale (pour le dernier) (1)	<2h	< 3h	< 4h	<5h	<5h	<7h

(1) Cette durée maximale est une durée **quotidienne** et non une durée cumulée, dans le cas où l'épreuve se déroule sur plusieurs jours consécutifs.

### 24.3. Dérogation exceptionnelle

Les organisateurs souhaitant présenter un format ou des conditions différentes de course devront présenter un dossier de demande de dérogation étayé à la F.F.TRI. Celle-ci, après analyse du dossier circonstancié, acceptera, ou non, en tout ou partie, la demande de dérogation.

### 24.4. Obligation générale de l'organisateur

L'organisateur est responsable des mesures de prévention et d'intervention liées à la sécurité. Le recours à un tiers ne l'exonère en rien de ses devoirs.

#### 24.4.1. Connaissance des lieux

L'organisateur devra impérativement avoir reconnu le parcours, et communiqué sur le format du Raid (durée, distance, profils), les disciplines programmées et si nécessaire le niveau de pratique requis.

La reconnaissance des activités techniques (sports nautiques, activités à cordes, etc.) et leurs parcours de replis éventuels feront l'objet d'une attention particulière.

#### 24.4.2. Format de la course

Le Raid multisports du fait de sa caractéristique particulière doit faire l'objet d'une cohérence de moyens organisationnels, humains, matériels, et de secours spécifiques. Il est notamment caractérisé par :

- Évolution en autosuffisance ou en semi autosuffisance sur des distances et dénivelés parfois importants ;
- Évolution en milieu naturel, avec des difficultés telles que sols accidentés, glissants et instables, altitude pouvant être élevée, passages délicats, mouvements d'eaux, etc. ;
- Possibilité d'évoluer de nuit ;
- Possibilité de modification des conditions météorologiques au cours de la manifestation compte tenu de la durée de l'épreuve.

Il est du devoir de l'organisateur de prendre en compte ces facteurs, pour définir les moyens nécessaires au bon déroulement et à la sécurité de sa manifestation :

- Spécificité de l'itinéraire emprunté : propriétés privées, réglementations environnementales, etc. ;
- Spécificités météorologiques et hydrologiques locales,
- Communication : les zones de course devront être couvertes au maximum. Il est conseillé de combiner deux technologies différentes (ex : radio et téléphone) pour assurer une continuité maximale de service,
- Difficultés d'accès et délais d'intervention des secours.

### 24.4.3. Cas particulier du public mineur :

En compétition, l'organisateur peut proposer des activités en autonomie. Pour les épreuves accueillant des mineurs, plusieurs règles sont à respecter :

- Si le parcours emprunte des voies ouvertes à la circulation, l'organisateur devra sécuriser avec la présence de signaleurs les traversées à forte circulation, définies en accord avec la gendarmerie ou la police. Il devra aussi réunir tous les concurrents pour un briefing d'avant course pour expliciter la conduite à tenir, aux jonctions et aux croisements de voies ouvertes à la circulation.
- Dans les activités à environnement spécifique (code du sport art. R212-7: spéléologie, canyonisme, canoë-kayak et disciplines associées en rivière de classe supérieure à 3, voile au-delà de 200 milles nautiques d'un abri, escalade au-delà du premier relais sur site sportif et sur terrain d'aventure, ski et alpinisme et activités assimilées, surf de mer, plongée subaquatique, parachutisme et vol libre), le parcours devra avoir été reconnu par une personne compétente dans l'activité.
- Une personne qualifiée (brevets fédéraux ou diplômes d'Etat) sera postée à chaque passage de difficulté (verticale, rapide, etc) pour assurer la sécurité active ou passive des pratiquants.
- Il est interdit d'organiser une épreuve jeune sur une nuit complète, ou sur un format d'épreuve faisant appel à la gestion de sommeil.

## 24.5. Organisation

### 24.5.1. Matériel obligatoire

Au minimum, les raideurs devront avoir :

- Un système d'hydratation ;
- Une couverture de survie ;
- Selon la nature de l'épreuve (orientation, etc), il est fortement recommandé que chaque participant soit également équipé d'un sifflet et que l'équipe dispose d'un moyen de communication d'urgence (téléphone portable) ;
- Un moyen d'identification durant toute la course, visible dans la mesure du possible à tous moments (tolérance pour certaines épreuves type canoë-kayak, ex : dossard sous le gilet).

Cette liste n'est ni exhaustive, ni limitative. Chaque organisateur peut, au regard des épreuves proposées et/ou de la configuration du territoire traversé, imposer aux raiders d'autres éléments de matériel obligatoire.

Un briefing général d'avant course devra être fait pour rappeler les points principaux de sécurité et les principales recommandations. Le règlement devra préciser que le concurrent s'engage à posséder le matériel de sécurité imposé et à le présenter à toute réquisition de l'organisateur, durant la totalité de l'épreuve.

## 24.5.2. Fermeture des sections

Le débalisage de la course et la dépose des postes ne pourra se faire qu'après la fermeture complète de la section.

## 24.6. Règles spécifiques par activités

Les organisateurs devront établir une liste de matériels obligatoires sur toute la durée du Raid ou sur certaines portions en fonction des activités et ce par concurrent et par équipe. L'organisateur devra mettre en place un système de vérification du matériel (aléatoire ou systématique).

Tous les matériels utilisés pour la pratique des Raids doivent être normalisés CE ou équivalents. Il est de la responsabilité du concurrent d'avoir un matériel individuel adapté et en bon état de fonctionnement. Les équipements EPI (Équipement de protection individuelle) mis à disposition des participants (cordes,...) doivent être conformes à la réglementation générale relative à la gestion des EPI.

Pour tout atelier et notamment les activités à corde, les équipements de progression devront être conformes aux règlements des fédérations délégataires.

Lors de la progression par équipe, l'utilisation d'un système de traction est autorisée sauf en cas de départs groupés.

### 24.6.1. Alpinisme et activités de montagne

#### 24.6.1.1. Alpinisme

##### Précautions particulières :

La mise en place du parcours, sa surveillance, la vérification des compétences nécessaires aux participants, l'établissement et la vérification de la liste des équipements obligatoires sont supervisés par un professionnel (guide de haute montagne...).

- L'organisateur prévoit un itinéraire de repli sur un parcours au moins dans une autre activité (cas de mauvaises conditions atmosphériques ou instabilité du manteau neigeux).
- L'organisateur choisit d'autoriser, de suspendre ou d'annuler le parcours en haute montagne en fonction des conditions du moment.

#### 24.6.1.2. Progression sur terrain enneigé

La progression sur terrain enneigé peut se dérouler à pied, en raquette à neige, en ski nordique, en ski alpin ou en ski de randonnée (alpine ou nordique).

- Équipement minimum : quelles que soient les conditions de neige, de météo ou de terrain, la progression en terrain enneigé impose un minimum de matériels en plus du matériel obligatoire (chapitre 4) : un coupe-vent haut et bas, des vêtements chauds (haut avec manches longues, collant), bonnets, gants, lunettes. Par personne, un détecteur de victimes d'avalanche (DVA) EN 282, une pelle et une sonde sont obligatoires. Ils peuvent être rendus facultatifs uniquement après avis d'un professionnel de la montagne hivernale ou par le service des pistes si l'épreuve se déroule en station.

La liste des équipements complémentaires obligatoires est établie par un professionnel de la montagne (qualification requise du type de vérificateur selon le type de pratique).

- Progression sur domaine skiable : il est indispensable d'informer le service des pistes de la station qui définit les conditions de mise en place de l'épreuve (fermeture éventuelle de pistes, balisage, moyen de secours, moyens de communication...).

## 24.6.2. Activités à cordes et manœuvres en hauteur sur cordes ou câbles et dispositifs d'assurance

Compte tenu de l'enchaînement d'activités sur les manifestations multisports de nature, les manœuvres sur cordes ou câbles sont entourées de précautions particulières permettant de prévenir des accidents éventuels.

L'ensemble de ces ateliers à corde doit se faire en temps minimal imparti ou en temps neutralisé. Si l'organisateur juge que la progression chronométrée fait partie intégrante du Raid, il devra exiger des concurrents des prérequis techniques et s'assurer de la conformité des prérequis remis par le participant ou mettre en place un encadrement adapté.

Le port du casque normé est obligatoire en cas de risque de chute de pierre ou tout autre objet. Cependant pour les ateliers simples ne comportant pas ce risque, un casque VTT peut être toléré.

[Pour les épreuves jeunes, se conformer à l'article relatif au public mineur.](#)

### 24.6.2.1. Canyonisme (descente de canyon)

#### Précautions particulières :

#### Concernant le parcours :

- L'organisateur connaît le parcours qu'il a choisi et s'assure qu'il est en adéquation avec la nature ou le niveau de sa manifestation :
  - Caractéristiques du parcours (la difficulté liée à la cotation de l'itinéraire, à sa longueur, au débit, à la température air/eau, au niveau des pratiquants, à la gestion des participants, et à sa sensibilité environnementale) ;
  - Variation possible du débit d'eau (dépendant de la saison, des conditions météorologiques, des affluents, du bassin versant, des moyens de régulations artificiels).
- L'organisateur prévoit un itinéraire de repli soit sur un parcours dans la même activité, soit dans une autre activité (cas de dégradation ou de mauvaises conditions météorologiques).
- L'organisateur s'informe des conditions de pratique du jour et des prévisions (niveau d'eau, prévisions météorologiques).

Pour les canyons présentant un caractère aquatique (niveau aquatique supérieur ou égal à « A2 »), l'organisateur demande à chaque participant (ou son représentant légal pour les mineurs) d'attester sur l'honneur de son aptitude à savoir nager et s'immerger, ou de présenter un certificat d'une autorité qualifiée. Sinon il prévoit de vérifier l'aptitude à savoir nager et s'immerger avant l'épreuve.

#### Concernant le matériel obligatoire par participant à l'épreuve :

- Un casque norme montagne (CE EN 12492) ;
- Des chaussures fermées ;
- Un vêtement isotherme type néoprène ou combinaison sèche (selon le type et la température du canyon) ;
- Au-delà de la cotation V1 : un baudrier normé (montagne, canyonisme ou spéléologie), une double longe munie de mousquetons de sécurité et un descendeur ;
- Un couteau par équipe et à portée de main, en cas de pratique en autonomie (sans présence de personnes diplômées sur les obstacles verticaux) ;
- Le port des sacs à dos est interdit pour toute les parties nagées **sauf s'il comporte un système de flottabilité type sac étanche rempli d'air ou bidon étanche.**

**Concernant le dispositif de sécurité sur le parcours, l'organisateur :**

- Informe les participants des consignes de sécurité essentielles, des caractéristiques du parcours, et de l'organisation de l'assistance et des secours ;
- Respecte les recommandations fédérales d'équipement de la fédération délégataire et contrôle les amarrages si le site est déjà équipé ;
- Effectue une reconnaissance préalable en ouverture de manifestation ;
- Choisit d'autoriser, de suspendre ou d'annuler le parcours pour une partie ou la totalité des participants, dans les cas suivants :
  - Dégradation des conditions météorologiques ;
  - Mauvaises conditions du terrain ;
  - Équipements défectueux ;
  - Progression trop lente de certaines équipes.

**24.6.2.2. Parcours acrobatique en hauteur, grimpe encadrée dans les arbres****Concernant le matériel obligatoire par participant à l'épreuve :**

- Un casque norme montagne (EN 12492) ;
- Un baudrier norme montagne et double longe munie de mousquetons de sécurité ou système adapté au parcours.

**Précautions particulières :**

L'organisateur doit informer les participants sur les conditions d'utilisation des installations et veiller à la surveillance du site. Cette information doit être faite par l'exploitant du site.

**24.6.2.3. Spéléologie****Concernant le matériel obligatoire, par participant à l'épreuve :**

- Un casque normé montagne, quel que soit le type de cavité ;
- Une lampe frontale à leds (avec batteries et piles nécessaires à la durée du parcours). En cas de Raid en individuel, une frontale de secours supplémentaire par personne ;
- Pour les cavités présentant des agrès (classe 2 à 4) :
  - Un baudrier normé spéléologie ou montagne, une double longe munie de mousquetons de sécurité, plus un descendeur en cas de verticale descendante et des systèmes autobloquants en cas de remontée (bloqueurs de poings et de poitrine).
- Pour certaines cavités, des gants et un vêtement couvrant tout le corps (combinaison) peuvent être exigés.

**Précautions particulières :**

- Un pointage des entrées et sorties des concurrents sera systématiquement réalisé.
- Il est souhaitable que la Fédération Française de Spéléologie ou un professionnel titulaire d'un diplôme d'état de l'activité soit partie prenante :
  - De l'organisation de l'activité principalement quant au choix de la cavité (en prenant en compte de l'accessibilité du site (propriété privée), la vulnérabilité du milieu, le nombre et le niveau des concurrents) ;
  - À la détermination d'un temps minimum pour parcourir la cavité (Aucune équipe ne pourra prendre part à la section suivante avant la fin de ce temps imparti) ;
  - Aux conditions d'équipement de sécurité à mettre en place.
- L'organisateur s'informe des conditions de pratique du jour, des prévisions météorologiques, et prévoit un itinéraire de repli soit sur un parcours dans la même activité, soit dans une autre activité.

**24.6.2.4. Via Ferrata****Concernant le matériel obligatoire par participant à l'épreuve :**

- Un casque norme montagne ;

- Un baudrier norme montagne et double longe avec absorbeur d'énergie munie de mousquetons de sécurité. Pendant une progression encordée, les membres du groupe peuvent utiliser une double longe (sans absorbeur d'énergie) en sangle cousue ou confectionnée avec de la corde dynamique à simple nouée.

### 24.6.3. Canoë-kayak et disciplines associées

#### **Précautions particulières :**

- L'organisateur s'assure que chaque pratiquant sache nager (attestation sur l'honneur de son aptitude à savoir nager et s'immerger, ou de présenter un certificat d'une autorité qualifiée). Sinon il prévoit de vérifier l'aptitude à savoir nager et s'immerger avant l'épreuve.
- L'organisateur a l'obligation de s'informer sur :
  - Les caractéristiques du parcours (la difficulté liée à la cotation de l'itinéraire, à sa longueur, au débit, au niveau des pratiquants, à la gestion des participants, et à sa sensibilité environnementale) ;
  - Les variations possibles du débit d'eau (dépendant de la saison, des conditions météorologiques, du bassin versant, des moyens de régulations artificiels).
- L'organisateur a l'obligation d'informer les concurrents (briefing, road-book) sur :
  - Les zones de navigation interdites ;
  - Les dangers objectifs éventuels (barrage, arbre, branche en rivière, courant, haut fond en mer), ainsi que les moyens de contournement (passe à canoë, zone de portage). En cas de danger avéré, choisir un autre itinéraire ;
  - La présence d'autres usagers éventuels pouvant amener des risques pour les participants (navigation commerciale notamment) ;
  - Des conditions de navigation du jour sur l'itinéraire prévu (niveau d'eau, état de la mer, prévisions météorologiques).
- Il est possible de décider d'imposer une reconnaissance préalable de certains rapides.
- La navigation nocturne doit faire l'objet de précautions particulières laissées à la responsabilité de l'organisateur (sécurité et matériel).

#### **Concernant le niveau des participants :**

Il faut informer les participants du niveau technique requis pour le parcours. En cas de parcours nécessitant une expérience de navigation, l'organisateur peut exiger des prérequis techniques (ex: certificats de capacité du type Pagaies Couleurs FFCK).

#### **Concernant le bon état du matériel et le respect de la réglementation en vigueur :**

- Le port du casque normé eau vive est obligatoire à partir de la navigation en classe 3. En cas de navigation en classe 1 et 2, il peut être demandé aux participants de naviguer avec les casques VTT.
- Les gilets de sauvetage doivent répondre aux normes CE., pour les mineurs il doit toujours être porté, quel que soit le type de navigation.
- Pour les majeurs, il doit être porté en permanence sur soi en rivière. En mer, Le port du gilet est à l'appréciation de l'organisateur, dans tous les cas il doit être à portée de main sur l'embarcation.
- Attention, pour toute embarcation gonflable (hors SUP) , type packraft et à partir de la classe III, la flottabilité des gilets doit être renforcée et correspondre à la norme 12402-5 avec un flottabilité renforcée 70N.
- Le port des chaussures fermées est obligatoire en rivière et selon les conditions de navigation pour les autres zones navigables (mer et lac).
- L'organisateur interdit le port des sacs à dos avec le gilet de sauvetage. Il peut par contre autoriser le port des poches à eau. Les sacs peuvent être stockés sur ou dans l'embarcation. Dans ce dernier cas, les sacs à dos ne sont pas disposés entre les jambes des pagayeurs dans le trou d'homme des embarcations fermées.
- Pour la navigation en rivière, selon les caractéristiques de l'itinéraire (niveau, embâcles, obstacles, et sécurité mise en place), l'organisateur devra prendre l'attache d'un conseiller technique de la fédération délégataire ou d'un professionnel diplômé d'État, pour déterminer le matériel de sécurité complémentaire (cordes de sécurité, couteau...) et les règles d'utilisation.
- en mer, se référer à la division 240 qui régit la possibilité de naviguer selon la catégorie du bateau et la zone (bande des 300 mètres, jusqu'à 2 milles d'un abri, entre 2 milles et 6 milles d'un abri). Elle définit aussi le matériel d'armement basique et côtier.

### **Concernant le dispositif de sécurité sur le parcours :**

Lors de la navigation, les passages les plus délicats (rivière) ou lors de conditions difficiles, une sécurisation peut s'avérer efficace voire nécessaire.

Pour les épreuves jeunes, se conformer à l'art 4.7

Le respect des règlements particuliers de police propres à chaque zone est à observer.

### **24.6.4. Course à pied / Trail / Trek – sans orientation**

L'organisateur doit signaler, baliser voire équiper les zones les plus exposées aux risques d'accidents, sur le parcours (ex : main courante, marche, etc.).

### **24.6.5. Course d'orientation**

L'activité d'orientation peut s'appliquer à toute activité de déplacement. C'est une activité à part entière qui prend support sur une autre activité. Les formats d'orientation peuvent varier au cours de l'épreuve.

Le parcours d'orientation se caractérise par :

- Un point de départ et un point d'arrivée, matérialisés clairement sur la carte et sur le terrain ;
- Un cheminement entre postes nécessitant des choix d'itinéraires et/ou de la lecture de carte et éventuellement l'utilisation d'une boussole.
- Des postes de contrôle dont l'emplacement sur le terrain est défini par un élément remarquable, et reporté sur la carte au centre d'un cercle rouge. Les postes de contrôle sont en général marqués sur le terrain par des balises visibles et à mi-hauteur.

Les supports d'orientation peuvent varier au cours de l'épreuve.

Peuvent être utilisés : des cartes spécifiques aux normes IOF (allant du 1/4000 au 1/20000), des cartes de randonnées de type IGN, des road book, des plans de ville, des photos aériennes, des cartes simplifiées ou tout autre support possible permettant de proposer une progression en orientation.

Les zones interdites devront être signalées sur la carte et précisées lors du briefing.

### **24.6.6. Courses mixées (course à pied, VTT, équitation ...) :**

Les courses mixées consistent à associer des moyens de déplacement différents (course à pied, VTT, équitation, roller, ski de fond, etc.) dans l'objectif de couvrir une même étape ensemble du départ à l'arrivée.

Le ratio entre chaque moyen de déplacement est laissé au choix de l'organisateur.

### **Précautions particulières :**

- Il est recommandé de laisser libre les changements entre coéquipiers. La seule interdiction est de monter à plusieurs sur le support, pour des raisons de sécurité.
- Concernant le matériel et la sécurité, l'organisateur adopte les mêmes dispositions que celles proposées aux articles correspondants aux différentes disciplines.

### **24.6.7. Épreuves d'adresse**

**Tir à l'arc, à la sarbacane, carabine laser ou à air comprimé type biathlon**

Veiller plus particulièrement :

- Aux caractéristiques de l'aire de tir, son emplacement, son orientation (au nord si possible), son accessibilité, les normes de sécurité et les moyens de protection ;
  - Moyens de protection :
    - Protection derrière les cibles : par des obstacles naturels, butte de terre ou à l'aide de filets ;
    - Quelle que soit l'orientation du terrain, son périmètre est protégé ;
    - Ne permettre qu'un seul accès ;
    - Disposer de protection latérale.
- Au choix du matériel (arcs, flèches et accessoires divers) ;
- Au choix de la ciblérie.

Pour le tir à air comprimé : obligation d'un encadrement qualifié et habilité à encadrer cette activité.

### 24.6.8. Equitation/course de traîneau

Concernant la collaboration avec un animal (cheval, chien de traîneaux...), il est souhaitable que l'organisateur effectue une vérification des compétences des participants engagés sur une telle épreuve (niveau de certification minimum en équitation (galop), etc). Il devra également s'assurer en cours de course du bon état de santé de chaque animal (contrôle par un professionnel de la discipline, un vétérinaire ou un service d'Etat).

Pour l'équitation, le port du casque aux normes est obligatoire.

### 24.6.9. Sections nagées

Pour toutes les parties nagées, l'organisateur devra prévoir soit une surveillance qualifiée, et adaptée en fonction de la longueur et de la configuration du parcours, soit le port du gilet de sauvetage normé.

Le port du sac à dos est interdit sur le dos, sauf si il dispose d'un système ou dispositif lui permettant de flotter (type sac étanche) ou si le raideur dispose d'un système d'aide à la flottaison (gilet de sauvetage).

### 24.6.10. Stand up paddle (SUP)

#### **Précautions particulières :**

- L'organisateur s'assure que chaque pratiquant sache nager (attestation sur l'honneur de son aptitude à savoir nager et s'immerger, ou de présenter un certificat d'une autorité qualifiée). Sinon il prévoit de vérifier l'aptitude à savoir nager et s'immerger avant l'épreuve.
- L'organisateur a l'obligation d'informer (briefing, road-book) les participants:
  - Des zones de navigation interdites ;
  - Des dangers objectifs éventuels (courant, chenaux), ainsi que les moyens de contournement. En cas de danger avéré, choisir un autre itinéraire. ;
  - De la présence d'autres usagers éventuels pouvant amener des risques pour les participants (navigation commerciale notamment) ;
  - Des conditions de navigation du jour (état de la mer/du plan d'eau, météorologie).

#### **Matériel à prévoir selon le type de navigation :**

##### **Navigation en eau plate intérieure :**

En compétition, le port du gilet ou d'une aide à la flottabilité est obligatoire pour les mineurs. Pour les majeurs, il n'est pas obligatoire mais conseillé.

Le port du leash est obligatoire.

### **Navigation n'excédant pas 300m de la côte :**

Pour les engins de plage (SUP<3.50m) la navigation est limitée à 300m de la côte et elle est obligatoirement diurne (sauf dérogation accordée par les affaires maritimes).

Le port du leash est obligatoire.

### **Navigation n'excédant pas 2 milles d'un abri :**

Seuls les SUP de plus de 3,50m sont autorisés à dépasser la bande des 300m sans aller au-delà des 2 milles d'un abri. La navigation est obligatoirement diurne (sauf dérogation accordée par les affaires maritimes).

Attention : les SUP gonflables de plus de 3,50m seront autorisés à dépasser les 300m à la seule condition qu'ils disposent d'une ou plusieurs réserves de flottabilité leur permettant de flotter avec la charge maximale recommandée en cas d'envahissement total du flotteur. Ces SUP doivent répondre favorablement à un test de flottabilité résiduelle avec la chambre à air du plus grand volume dégonflé.

Au-delà des 300m, le matériel d'armement et de sécurité basique, adapté aux caractéristiques de l'embarcation, est obligatoire jusqu'à 2 milles d'un abri. Conformément à l'article 240-2.05, les pratiquants devront être équipés :

- D'une aide à la flottabilité d'une capacité minimale de 50N ou une combinaison ou un équipement de protection conforme aux dispositions de l'article 240-2.13, s'il/si elle est porté(e) en permanence (combinaison humide en néoprène ou sèche assurant au minimum une protection du torse et de l'abdomen, une flottabilité positive et une protection thermique) ;
- D'un moyen de repérage lumineux individuel, étanche, ayant une autonomie d'au moins 6 heures, de type lampe flash, lampe torche, ou cyalume, à condition que ce dispositif soit assujéti à chaque équipement individuel de flottabilité ou porté effectivement par chaque personne à bord ;
- Du leash, constituant un moyen de rester au contact du flotteur, est obligatoire.

### **Navigation en rivière :**

Le leash est à proscrire et le gilet d'aide à la flottabilité est obligatoire.

Le port de chaussures fermées est obligatoire.

Le port du casque est obligatoire à partir de la classe 3 ou si les conditions le rendent nécessaire.

Le respect des règlements particuliers de police propres à chaque zone est à observer.

## **24.6.11. Roller**

Le port du casque, jugulaire attachée et ajustée, est obligatoire.

Une attention particulière sera portée sur la nature du sol permettant la bonne pratique et en toute sécurité de cette activité.

## **24.6.12. Cyclisme / Vélo Tout Terrain**

- Le casque (norme CE EN1078) est obligatoire. Il doit être porté, jugulaire attachée et ajustée sur l'ensemble des parties cyclistes.
- Lors de l'utilisation d'un système de traction : celui-ci doit être largable à tout moment et ne pas être utilisé en descente.
- En VTT orientation le support carte est réalisé sans bord saillant. Les extrémités et protubérances doivent être protégées.