

Challenge hivernal 2015-2016.

Dimanche 3 janvier 2016: et oui, une année de plus !!!

Run and bike Le Havre-Etretat (Epreuve annexe au *Challenge*)

Ouvert aux Z'Amis sportifs non licenciés chez nous : plus on est de fous...

Rendez-vous : **Parking du stade de foot de Fontaine-la-Mallet**, proche du rond-point de Fontaine, au bas de la forêt de Montgeon.

Horaire :

- **Rendez-vous à 8h45 au plus tard pour un départ à l'heure !**
- **9h** : Départ.
- Arrivée approximative à Etretat : avant midi.

Programme :

- Relier Le Havre à Etretat en empruntant des petites routes et des chemins, des côtes et des descentes, des portions roulantes et des passages plus techniques, ... avec une arrivée grandiose à Etretat par les falaises.
- Temps moyen : environ 2h30.
- Suivi d'itinéraire tracé sur une carte remise à chacun avant le départ (prévoir pochette plastifiée).
- Constitution de binôme, trinôme, ... avec un VTT pour 2 ou 3, ... mixte ou non, ...
- Allure moyenne et régulée : ce n'est pas une course.
- Relais totalement libres.

Un en-cas (une boisson et des parts de pizza) sera offert par le Club à l'arrivée : merci le HAC !!!!
Nous consommerons dehors comme l'an dernier, en espérant qu'il fasse beau et pas trop froid !
Toutefois, en cas de mauvais temps, nous annulerons cette collation, la pizzeria ne pouvant nous offrir une salle. S'il pleut, nous serons sans doute contents de rentrer vite chez nous pour prendre une bonne douche !

Une obligation :

- **S'inscrire via le Facebook du HAC en précisant** :
 - **Sa participation avec son nom.**
 - **Sa présence pour l'en-cas à Etretat (nous devons faire une réservation).**
- **Inscription obligatoire également pour les Z'Amis !!!**
 - **Ils peuvent être inscrits par un membre du HAC.**
 - **Ils peuvent festoyer avec nous s'ils sont inscrits mais devront payer l'en-cas !**
- **Date butoir pour s'inscrire : jeudi 31 décembre !!!**

Matos :

- VTT en bon état de fonctionnement et adapté à la taille du binôme, trinôme, ...
- **Casque obligatoire à vélo et à pied.**
- **Porte-carte** ou **pochette plastifiée** pour insérer la carte (si on se perd de vue, il reste la carte !).
- Nécessaire de réparation (chambres à air, pompe), petit outillage (dérive-chaine, ...).

- Tenue adaptée à la météo.
- Chaussures de trail conseillées.
- Boissons + barres.

Etat d'esprit : se marrer !!!

Bon à savoir :

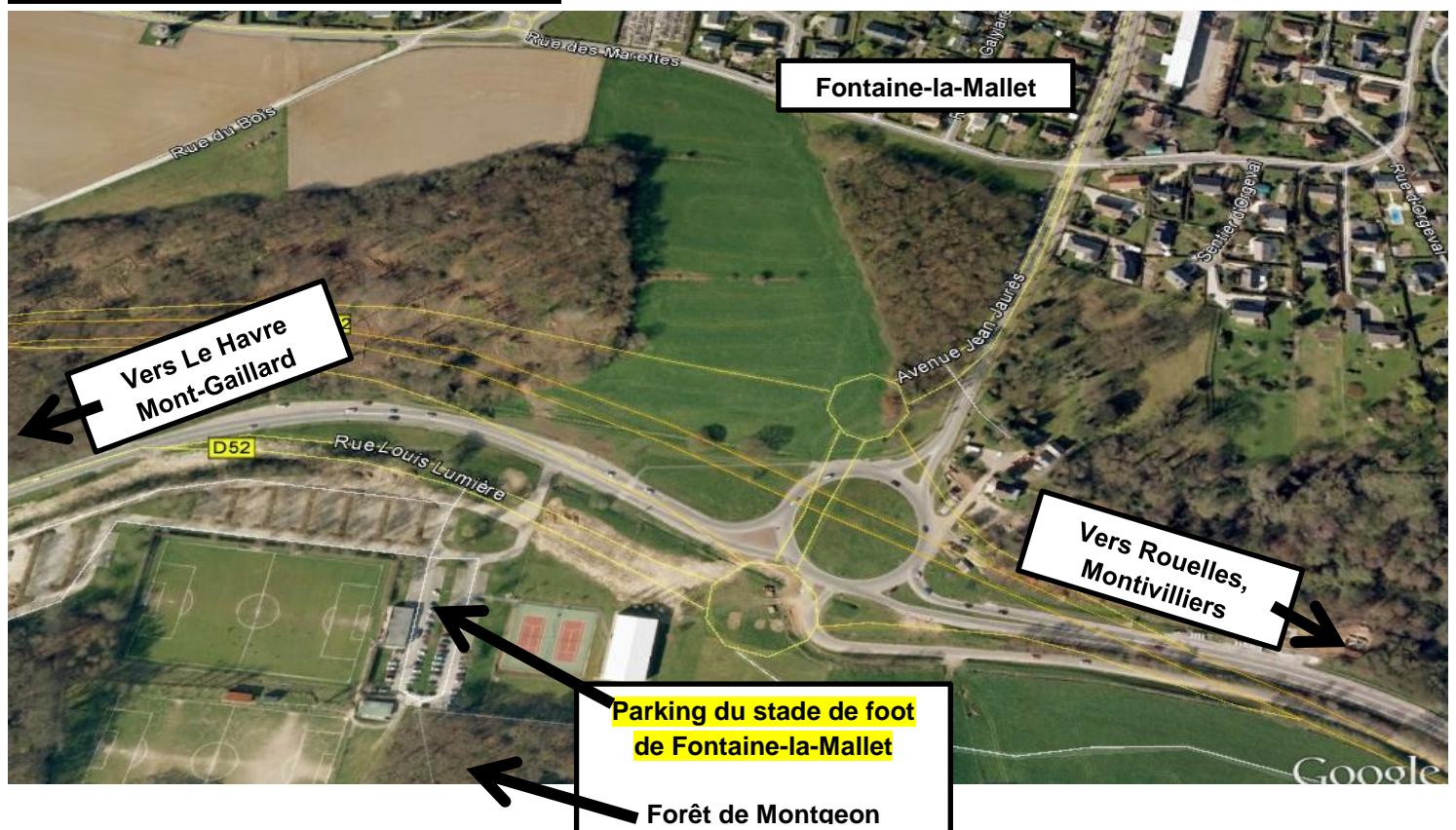
- La participation permet de gagner **10 points au Challenge Hivernal** : faut pas le manquer !!!
- Les **minimes** peuvent participer à condition de faire le circuit **uniquement à vélo**. Ils devront être **sous la responsabilité d'un adulte référent** (un adulte du HAC, un parent) qui se porte garant du jeune croco en cas de problème mécanique, physique, ...
- L'épreuve est **ouverte aux Z'Amis** non licenciés chez nous qui devront cependant prévoir quelques piécettes pour régler leur en-cas à l'arrivée s'ils veulent se joindre à nous.

Conseils :

- **Les binômes, trinômes, ... doivent être constitués avant dimanche matin pour éviter tous cafouillage ou embrouille avant le départ.**
- Déposer un véhicule la veille à Etretat avec un change (on va éviter d'arriver trop crasseux dans la cour de la pizzeria et on aura besoin de se couvrir d'habits chauds et propres !) et pour le retour sur le Havre dimanche.
- On peut aussi prévoir un chauffeur. Les mamans de Crocos et les conjoint(e)s qui viendraient nous chercher seront bien sûr invité(e)s pour l'en-cas.
- Attention au stationnement à Etretat payant même le week-end.

PS : c'est un moment très fun en général. On débute l'année ensemble (adultes et Crocos), on fait une belle rando dans le pays de Caux, on s'émerveille toujours et encore par la beauté du site en arrivant à Etretat, on élimine le surpoids occasionné par trop d'agapes, on s'oxygène la cervelle après les éventuels excès du Jour de l'an !!! Bref, il faut en être !

Le rendez-vous et le départ:



Fin du parcours : ouahhhhh !!!



Arrivée : oufff !



Pizzeria Le Romain : 1 Rue Georges Bureau.



Y a bon !!!!

