

FICHE TECHNIQUE DEFI DES FEMMES

CLUB TCHIMBE RAID

DIMANCHE 26 JUIN 2011

6H00 Rdv Place des Arawaks SCHOELCHER (stationnement parking côté Centre Nautique, prendre la passerelle pour rejoindre le lieu de Départ)

Distribution des puces électroniques avant de prendre le bus (obligatoire pour prendre le départ).

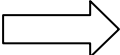
6H15 Dernier départ bus de la Place des Arawaks

6h45 Rassemblement à la Maison Forestière de La Donis Route de la Trace
Echauffement assuré par Vincent THILLIER Masseur Kinésithérapeute, professeur de Yoga

7H15 Départ de la 3^{ème} Edition du Défi des Femmes

Parcours : 15km 200

Point d'eau et de ravitaillement: **Fontaine DIDIER** devant l'usine

 Traverser et longer la RN3 sur 50m direction FdeF, prendre à droite, la route forestière de FOND BARON, Trace Plateau Michel puis la Station Thermale d'ABSALON. Direction Fontaine DIDIER par la trace qui surplombe la rivière Dumauzé. Traverser celle-ci et continuer jusqu'à l'entrée de l'usine de mise bouteille de l'eau minérale Didier, zone de ravitaillement. Prendre la RD45 « Parcours Santé » puis le Tunnel DIDIER, prendre à droite en direction de Ravine TOUZA, sur la route prendre à droite la rue des Campêches, traverser la cité HLM, puis la Déchetterie de CASE NAVIRE, la piscine municipale. Se rendre vers l'église puis **ARRIVEE** à la place des Arawaks à SCHOELCHER. Une collation sera offerte aux participants à l'arrivée.

Recommandations : Sentier à garder propre

Responsable : Club TCHIMBE RAID 0696 37 16 73

N'oubliez pas votre nécessaire de base...votre équipement !!!

Il y a donc un sac avec 1l d'eau mini ou camel back d'eau, vos chaussures, votre chapeau et quelques fruits secs.