

Voici en quelques mots les choses à retenir pour le fonctionnement de notre école de Course d'Orientation et Multisports pour cette nouvelle saison.

## **Vos contacts au sein de l'école de CO:**

Responsable de l'école de CO: [david.lesquer@outlook.com](mailto:david.lesquer@outlook.com) 0687368734

Secrétaire de Raidlinks (licences) : [iekefrankenmolen@hotmail.com](mailto:iekefrankenmolen@hotmail.com) 0601630229

Président de Raidlinks : [nicolas.gobillot.asso@gmail.com](mailto:nicolas.gobillot.asso@gmail.com) 0613102271

## **Les Groupes :**

5 groupes de niveaux sont mis en place :

- Jalonnés : ce sont les plus jeunes, en général débutants ou ayant effectué une année de co. L'objectif est d'initier ces jeunes aux techniques de base et surtout de leur faire prendre confiance en eux. La plupart des exercices sont accompagnés ou à vue des animateurs.
- Verts : à ce niveau les jeunes doivent être capables de réaliser des parcours simples en autonomie. L'objectif est d'acquérir les techniques de base.
- Bleus : Les parcours sont plus complexes et sortent de plus en plus des chemins. Des Techniques plus complexes sont travaillées.
- Jaunes et Oranges : ce niveau regroupe des jeunes ayant acquis les compétences des groupes inférieurs et les jeunes souhaitant effectuer des compétitions régionales ou nationales.

La composition des groupes peut évoluer en cours d'année en fonction de la progression des jeunes. Le changement éventuel de groupe est à la décision des animateurs.

## **L'encadrement :**

Les encadrants sont tous bénévoles et diplômés (ou en cours de formation).

Les responsables de groupes sont les mêmes tout au long de l'année

Les parents sont les bienvenus pour donner un coup de main.

**Attention, pour les Jalonnés, la présence d'un adulte est obligatoire.**

## **Calendrier et Inscriptions:**

Tous les adhérents Raidlink's possèdent un accès à la plateforme **PLANOO** (<https://planoo.app/login>) qui est dédiée aux échanges internes à l'association. Une fois la licence validée, un code d'accès vous est communiqué permettant de vous connecter.

**Sur PLANOO** vous trouverez : le calendrier complet des activités (dont les dates des écoles de CO), les coordonnées des membres, la possibilité de vous inscrire aux activités, la possibilité de proposer des activités et de les partager avec les autres adhérents, des solutions de covoiturage...etc...

Pour chaque date de l'école de CO, un mail est envoyé environ une semaine avant. Pour inscrire votre enfant, il vous suffit de répondre OUI en fin de mail. Nous avons besoin d'une inscription dédiée à chaque séance pour savoir le nombre de cartes à imprimer.

D'autres informations sont également disponible sur le site internet du club ainsi que sur les pages Facebook et Instagram

## **Les Séances :**

2 types de séances sont proposés :

- **Les séances Ecole de CO, appelées S1, S2, S3...**

Elles ont lieu tous les 15 jours environ, le samedi après-midi en général de 14h00 à 16h30

Elles concernent tous les groupes, de Jalonnés à Orange

Le lieu est différent à chaque séance.

Merci de respecter les dates limites d'inscription pour l'édition des cartes (voir ci-dessus)

- **Les séances d'entraînement Physique, appelées S1+, S2+, S3+...**

Elles ont lieu tous les 15 jours, en alternance avec les séances CO, le samedi après-midi.

Elles concernent uniquement les Groupes Jaunes et Oranges (voir Bleus dans certains cas)

Ces séances peuvent être du VTT, du Trail, du fractionné... etc...

Un mail est envoyé au plus tard une semaine avant la date de la séance via PLANOO

### **Entraînements Adultes:**

Les collégiens et lycéens des groupes de niveaux Jaune et Orange sont autorisés à participer aux séances adultes qui se déroulent le LUNDI soir de 18h30 à 20h (entraînement CO) et le MARDI soir de 18h à 19h30 (Renforcement musculaire).

Les dates sont disponibles sur l'agenda PLANOO.

### **Les Compétitions:**

Tous les jeunes, quel que soit leur niveau peuvent participer aux compétitions de CO du Challenge Départemental qui fera partie des dates inscrites au calendrier de l'école de CO. Des circuits adaptés sont systématiquement proposés même pour les plus jeunes. Les déplacements et inscriptions sont à la charge des parents. Un co-voiturage est toutefois possible.

**Pour les groupes Vert, Bleu, Jaune, Orange, la participation est vivement souhaitée, ce sont des occasions importantes pour progresser et valoriser le travail fait à l'entraînement.**

Des déplacements clubs sont organisés pour certaines compétitions régionales ou nationales à partir du niveau bleu. Une inscription spécifique sera envoyée par mail via PLANOO.

### **Les Stages:**

Des stages sont proposés par le Comité Départemental de course d'Orientation de l'Ardèche lors des vacances scolaires et accessibles pour tous les jeunes licenciés (avec parfois des restrictions d'âge)

La durée varie de 1 à plusieurs jours selon les périodes.

Le calendrier des stages est également en ligne sur PLANOO.

### **Le Matériel:**

A chaque séance, les jeunes doivent venir avec le matériel suivant :

- Une boussole
- Une pochette plastique format A4
- Un stylo (type feutre indélébile pointe fine)
- Un sifflet
- Une réserve d'eau (camel back ou porte gourde)
- Une Montre chrono

Pour les séances en forêt, une tenue avec jambes couvertes est indispensable.

Les séances en VTT nécessiteront un VTT en bon état et un porte carte pour ceux qui en possèdent (le club peut en prêter). Des commandes chez un magasin spécialisé sont effectuées plusieurs fois dans l'année pour le matériel spécifique CO ou Raid avec un tarif réduit pour les licenciés Raidlinks.

### **Les Licences et nouveaux dispositifs d'aide:**

Le bulletin d'adhésion est disponible en ligne sur notre site internet ainsi que les tarifs correspondants.

La prise de licences se fait uniquement en ligne : <http://raidlinks07.e-monsite.com/pages/rejoindre-l-association.html> *Le lien d'inscription sera disponible à compter du 18/09/2021*

Un certificat médical est demandé pour une première licence et un questionnaire de santé pour les renouvellements.

### **Les licences Raidlink's sont éligibles aux dispositifs d'aide suivants :**

- ✓ Le PASS'SPORT : 50€ d'aide de l'état pour les jeunes de 6 à 17 ans bénéficiaires de l'allocation de rentrée scolaire.
- ✓ Réduction licenciés UNSS/UGSEL : Pour les jeunes Collégiens ayant une licence UNSS ou UGSEL, le prix de la 1<sup>ère</sup> adhésion est réduit à 16€ pour l'année sur présentation de la licence.
- ✓ Le PASS REGION : pour les jeunes Lycéens titulaires du PASS'Région, réduction de 30€ sur la licence.

## **Partenaires:**

L'école de course d'orientation est financée grâce aux aides du département de l'Ardèche et aux aides de l'Etat (ANS) mais aussi par les actions menées par les bénévoles (Buvettes, Animations, Organisations de manifestations sportives ...).

Les parents ainsi que les jeunes seront sollicités durant l'année pour donner un coup de main lors de ces actions qui nous permettent de vous offrir tout au long de l'année des activités originales et variées.

**Afin de pouvoir accompagner encore plus ces jeunes, nous sommes à la recherche de partenaires (financiers ou matériels) qui pourraient s'investir dans notre association et participer par exemple à l'achat de matériel ou à la conception de tenues de club.**

**Si vous connaissez des entreprises qui pourraient être intéressées, n'hésitez pas à leur parler de Raidlinks !**