

# DOSSIER DE PRÉSENTATION

# RAID ADOS 2026

Un évènement co-organisé par MACS  
et le service des sports de Soustons  
avec la participation des espaces jeunes de MACS



Réservé  
aux  
collégiens



**Jeudi 9 avril  
& vendredi 10 avril  
Soustons**

**VTT, CANOË, COURSE À PIED  
ET COURSE D'ORIENTATION**



[manuelle.etcheverry@cc-macs.org](mailto:manuelle.etcheverry@cc-macs.org)



# LE RAID : CONCEPT ET PRÉSENTATION

A travers la pratique d'activités de pleine nature, la Communauté de communes Marenne Adour Côte-Sud propose aux jeunes de découvrir le patrimoine du territoire.

Ce séjour court est déclaré auprès des Service Départemental à la Jeunesse, à l'engagement et aux Sports.

## PROJET PÉDAGOGIQUE

Participer à cet événement donne l'occasion à chaque jeune de s'approprier le milieu environnemental dans lequel il vit et d'apprendre à le respecter. Chacun pourra découvrir ces richesses dans un esprit de civisme et d'échange.

Cette manifestation permet aux jeunes de se confronter à leurs propres limites et de se dépasser.

## REGLEMENT

### ARTICLE 1- ORGANISATION GÉNÉRALE

La Communauté de communes Marenne Adour Côte-Sud et le service des sports de Soustons organisent la quinzième édition du « Raid Aventure Ados », du jeudi 9 au vendredi 10 avril 2026, sur la commune de Soustons et ses alentours.

**Participants** : Collégiens résidants sur la Communauté de Communes.

Inscrits par équipe de 5 (masculin, féminin ou mixte) : 4 jeunes et 1 adulte.

Si un jeune ne peut constituer une équipe, il est invité à se faire connaître auprès du service Jeunesse de Macs qui tentera de le mettre en relation avec d'autres participants.

**Rôle de l'adulte** : chaque équipe devra être composée d'un adulte (majeur) et son nom sera mentionné sur la fiche d'inscription. L'équipe de 4 jeunes sera sous la responsabilité de cet adulte. Il participera à l'ensemble des épreuves.

Les organisateurs souhaitent insister sur son rôle, il est vraiment là pour accompagner et encourager les adolescents durant les épreuves. Il doit les aider dans la gestion de l'effort, leur proposer des pauses et des ravitaillements quand il l'estime nécessaire. Il doit avoir un comportement exemplaire, être garant de l'esprit d'équipe et de solidarité.

Une réunion de présentation pour les adultes aura lieu **le mercredi 18 mars à 19h à la salle Dangou au siège de MACS à St Vincent de Tyrosse.**

### ARTICLE 2 - ASSURANCES RESPONSABILITE CIVILE :

Conformément à l'article L-321-1 du code du Sport (partie législative), l'organisateur a souscrit une assurance couvrant sa responsabilité civile, celle de ses collaborateurs, des bénévoles, des participants, des assistants.

Les organisateurs recommandent aux participants de souscrire une police d'assurance individuelle accident pour la nature et la durée du séjour.

### ARTICLE 3 - LA SÉCURITÉ ET L'ASSISTANCE MÉDICALE

La sécurité du raid sera assurée par des professionnels du club de sauvetage côtier de Capbreton.

### ARTICLE 4 - LES INSCRIPTIONS

Pour s'inscrire, les 4 ados et l'adulte doivent faire la démarche suivante :

- Accédez au portail famille de MACS, avec un compte existant ou sans compte  
<https://www.espace-citoyens.net/cc-macs/espace-citoyens/Home/AccueilPublic>
- Cliquez sur "Raid Aventure" adulte ou "Raid Aventure" jeunes

Une fois le mail de validation reçu par l'adulte, rendez-vous dans votre espace jeunes avec le règlement en chèque à l'ordre du trésor public. Attention, seuls les 30 premiers dossiers seront retenus.

**Vous êtes l'adulte accompagnateur**, pour saisir votre inscription en ligne, vous avez besoin :

- des 4 Noms et prénoms des ados qui seront sous votre responsabilité
- d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport datant de moins d'un an

**Vous êtes un ados**, pour saisir votre inscription en ligne, vous avez besoin :

- du Nom et prénom de l'adulte qui vous encadre lors du Raid
- d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport datant de moins de 6 mois si l'une des rubriques du questionnaire de santé donne lieu à une réponse positive.
- de votre carnet de santé
- de l'attestation d'assurance extra-scolaire
- du test du savoir nager

## ARTICLE 5- LA PARTICIPATION FINANCIERE :

Afin de faciliter l'accès à tous, le règlement se fera en fonction de votre quotient familial.  
Il s'applique à chaque participant (l'adulte et les 4 ados).

**5€** QF < 409 €

**10€** QF entre 409€ et 794€

**15€** QF entre 794€ et 905€

**25€** QF > 905€



### C'est quoi le quotient familial ?

Le quotient familial est un outil de mesure de vos ressources mensuelles.

### Quel est le montant de votre quotient familial?

La formule de calcul est donc la suivante : Quotient familial = Revenu net imposable / nombre de parts fiscales.

Pour tout QF inférieur à 905 €, merci de fournir un justificatif (ex : carte d'identité vacances).

Sans justificatif, le tarif de 25€ sera appliqué.

➡ Ce montant devra être réglé uniquement par chèque (à l'ordre du Trésor Public).

## ARTICLE 6 – LE MATERIEL

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de perte ou de vol de matériel personnel.

pour chaque participant	par équipe	par MACS
<ul style="list-style-type: none"><li>un sac de couchage, bonnet</li><li>3 tenues sportives</li><li>le pique-nique du jeudi soir</li><li>des barres de céréales</li><li>une bouteille d'eau</li><li>une lampe frontale</li></ul> <b>OBLIGATOIRE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>un sac à dos</li><li>2 stylos</li><li>un kit réparation VTT</li><li>un téléphone portable</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>VTT</li><li>matériel</li><li>ravitaillement</li><li>petit déjeuner, repas de vendredi midi</li></ul>

## ARTICLE 7 – LES ACTIVITÉS SPORTIVES

L'enchaînement des épreuves peut constituer un effort physique de 5h par journée.

L'encadrement des activités sportives se fera en conformité avec la réglementation en vigueur.

Points de contrôle (P.C) : les équipes doivent obligatoirement passer par les différents points de contrôle spécifiés par l'organisation, sous peine de pénalités.

L'organisation se réserve le droit de modifier en partie toutes sections (nature, durée, contenu) en fonction des conditions météorologiques et organisationnelles.

En cas d'incident, d'abandon, de faits imprévus, les équipes sont tenues de prévenir rapidement l'organisation.

Sections itinérantes : ces sections empruntent des sentiers en milieu naturel, les équipes et chaque participant s'engagent à respecter l'environnement et les consignes données par l'encadrement.

## RÈGLEMENT SPÉCIFIQUE VTT

- Port du casque obligatoire (fourni par l'organisation)
- Respect des balisages et des consignes de sécurité données par les commissaires de courses
  - Ne pas refuser un dépassement
  - Respect du code de la route
- En aucun cas, deux participants peuvent se retrouver simultanément sur le même vélo.



## ARTICLE 8 – HÉBERGEMENT/RESTAURATION

Les concurrents seront hébergés en bivouac du jeudi 9 au vendredi 10 avril dans l'enceinte du centre sportif de l'île verte à Soustons sous tente en dur.

Merci de prévoir des vêtements chauds, les températures sont basses.

L'organisation prend en charge le petit-déjeuner du vendredi matin et le repas de vendredi midi. Le pique-nique du jeudi soir reste à la charge des participants.

## ARTICLE 9 – ENVIRONNEMENT

Chaque concurrent s'engage à respecter l'environnement naturel et patrimonial : rester sur les chemins balisés, ne pas jeter de papiers dans la nature, respecter les sites culturels, ...

## PLANNING

### JEUDI 09 AVRIL

18h30 : accueil des équipes, inscriptions, remise des dossards...

19h00 : pique nique

19h45 : briefing

20h : départ des épreuves

22h30 : douches, repos

Les moments de coucher et de sommeil sont sous la responsabilité de l'adulte

### VENDREDI 10 AVRIL

8h : petit-déjeuner/ rangement

9h45 : briefing

10h/16h : épreuves

16h30 : remise des récompenses/film du raid

## PIQUE NIQUE DU SPORTIF

Il faut cocher :

☐ des légumes salade, tomates, radis, carottes, concombre ...

☐ des protéines viande, poisson, œuf ...

☐ des féculents céréales en salade (pâtes, riz, blé, boulgour, quinoa, orge, semoule), pommes de terre en salade, légumineuses en salade (lentilles, pois chiches, haricots...)

☐ des produits laitiers fromage, yaourt ...

☐ des fruits crus, cuits, en compote, ...

