



THE RAID

ORGANISÉ PAR LE FOOTBALL CLUB



• STADE DE MERCURY •

**SAMEDI 29 JUIN 2024 À PARTIR DE 9H
AU DIMANCHE 30 JUIN 2024 À 17H**



**NOMBREUSES ACTIVITÉS À RÉALISER
EN ÉQUIPE ET/OU EN INDIVIDUEL !**

DISQUE GOLF
COURSE D'ORIENTATION
ADRESSE BASKET
RELAIS FOOT
COURSE EN SAC
PADDLE

TCHOUKBALL
ULTIMAT
PÉTANQUE
TENNIS
FLÉCHETTES
TENNIS DE TABLE

D'AUTRES ACTIVITÉS SURPRISES !

• REMISE DU CHALLENGE LE DIMANCHE •

12 ÉQUIPES MIXTES OBLIGATOIRE

•
COMPOSÉES DE 8 JOUEURS
(DONT 2 FILLES) MINIMUM

•
À PARTIR DE 16 ANS

PRIX PAR PERSONNE 45€

INSCRIPTION
T-SHIRT DE L'ÉQUIPE
REPAS + CONCERT LE SAMEDI SOIR



Buvette & restauration rapide

Pour inscrire votre équipe :

heloretitouan.pro@gmail.com • 07 64 16 79 36

Inscription validée lorsque le document est accompagné du règlement

Fin des inscriptions le 31/05/2024



SOMMAIRE

1. PRÉSENTATION

2. LIEUX

3. ACTIVITÉS ET RÈGLEMENT



[Footballclubdemercury](#)



1. PRÉSENTATION



- Nous avons le plaisir de vous présenter la 1^{ère} édition de THE RAID, organisée par le Football Club de Mercury le 29 et 30 Juin 2024.
- Cette manifestation sportive et conviviale, en équipe mixte sera un moment de partage et d'échange pour terminer la saison.
- 13 épreuves à réaliser sur 2 jours autour du stade de Mercury
- 12 équipes de 8 participants minimum avec 2 filles au moins (avoir minimum 16 ans) sont attendues pour cette grande première.
- Chaque équipe aura une dizaine de minute pour s'échauffer sur l'atelier
- Un système de classement sera établi pour chaque épreuve : L'équipe qui possède **le plus de point à la fin du week-end** remporte le challenge

Épreuves à Classement	
1er	15pts
2e	13pts
3e	11pts
4e	10pts
5e	9pts
6e	8pts
7e	7pts
8e	6pts
9e	5pts
10e	3pts
11e	2pts
12e	1pt

Fairplay : Pour chaque sport	
1er	1pt
2e	0,75pt
3e	0,5pt
4e	0,25pt

Bonus Convivial Notée par les bénévoles	
1 ^{er}	6pts
2 ^e	4pts
3 ^e	2pts

Bonus Âge	
Équipe-la + âgée	6pts
2 ^e + âgée	4pts
3 ^e + âgée	2pts
4 ^e + âgée	1pt

2. LIEUX





3. ACTIVITÉS

JOURNÉE DU SAMEDI

I. COURSE D'ORIENTATION

- **Nombre de participants :**

8 par équipe avec minimum 2 filles, mettre en place 4 duos

- **Informations :**

L'épreuve se déroule en 2 temps :

- **Une course** à réaliser **en équipe** (parcours jalonné avec de la rubalise+ carte). Pour valider son parcours l'équipe devra prendre une photo de son équipe à un point précis du parcours (Bonus point pour les meilleures photos)

- **Une épreuve de course d'orientation** à réaliser **en duo** (autour du stade et du plan d'eau)

Un parcours différent de 12 postes pour chaque duo

Obligation de respecter l'ordre des postes

Interdiction au duo de se séparer

1 Carte par duo et 1 fiche de route à poinçonner à chaque poste

Départ en même temps des 4 duos de l'équipe

Ces 2 épreuves seront enchainées, l'ordre pourra être différent d'une équipe à une autre

- **Attribution des points :**

Pénalité temps de 1' par poste manquant ou faux

Pénalité temps de 10' si un membre de l'équipe n'est pas sur la photo (dans la course)

L'équipe qui réalise le meilleur chrono remporte l'épreuve avec 15 points et ainsi de suite.

II. FOOTBALL

- **Nombre de participants :**

8 par équipe avec minimum 2 filles

- **Informations :**

L'atelier se fera en 2 temps :

1^{er} temps : Toute l'équipe doit effectuer à tour de rôle un **slalom puis tir** dans une cage avec cible. Le 2^{ème} joueur part dès que le joueur précédent a tiré et ainsi de suite.

Chaque équipe passe 3 fois, le meilleur chronomètre sera comptabilisé

Chaque tir réussi permet d'enlever du temps au chrono final

2^{ème} temps : tir de précision

Chaque joueur réalise **5 tirs** (cible à toucher dans une cage).

Possibilité de tirer à partir de **3 zones** : valorisation des points selon la zone de dépose du ballon

Les points seront multipliés en fonction de la zone de tir (x1 x2 ou x3)

- **Attribution des points :**

L'équipe qui réalise le meilleur chrono pour le relais remporte la 1^{ère} épreuve avec 12 points et ainsi de suite

L'équipe qui réalise le meilleur score au tir remporte la 2^{ème} épreuve avec 12 points et ainsi de suite.

L'équipe qui obtient le plus de points sur les 2 ateliers remporte l'épreuve avec 15 points et ainsi de suite.

III. BASKET

- **Nombre de participants :**

8 par équipes minimum avec 2 filles

- **Informations :**

Atelier relais de 7 minutes pour réaliser le maximum de shoot au basket

Les points sont attribués par shoot réussi et en fonction de la zone choisie

3 zones de tir : 1, 2 ou 3 points ; le choix de la zone de tir est libre

- Si le tir est marqué à la 1^{ère} tentative, le joueur passe le ballon à son partenaire
- Si le tir est raté le joueur récupère le ballon et reviens-en dribble pour tirer une 2^{ème} fois
- Après le 2^{ème} tir quelque soit le résultat le joueur passe le ballon au joueur suivant

Les participants doivent respecter leur ordre de passage sous peine de retrait de point.

2 passages par équipe de 7', le meilleur des 2 scores sera comptabilisé.

- **Attribution des points :**

L'équipe qui réalise le meilleur score remporte l'épreuve avec 15 points et ainsi de suite.

IV. DISQUE GOLF

- **Nombre de participants :**

8 par équipes minimum avec 2 filles

- **Informations :**

Atelier relais de 7 minutes pour réaliser le maximum de putts rentrés (disque qui arrive dans le panier).

Chaque joueur envoie 2 disques l'un après l'autre

Les points sont attribués par putt rentré et en fonction de la zone choisie

3 zones de putt : 1, 2 ou 3 points ; le choix de la zone de putt est libre

Les participants doivent respecter leur ordre de passage sous peine de retrait de point.

2 passages par équipe de 7', le meilleur des 2 scores sera comptabilisé.

- **Attribution des points :**

L'équipe qui réalise le meilleur score remporte l'épreuve avec 15 points et ainsi de suite.

V. PADDLE

- **Nombre de participants :**

8 par équipes minimum 2 filles

- **Informations :**

Atelier relais : chaque joueur fait un aller-retour sur le lac en Paddle puis passe son embarcation au coéquipier suivant.

- **Attribution des points :**

L'équipe qui réalise le meilleur chrono remporte l'épreuve avec 15 points et ainsi de suite.

VI. FLÉCHETTES

- **Nombre de participants :**

8 par équipe, mettre en place 4 duos

- **Informations :**

4 thématiques-défi à relever (A découvrir le moment venu). Les 4 thématiques sont réparties entre les 4 duos

Réussir le défi avec un minimum de fléchettes

- **Attribution des points :**

L'équipe qui réalise aura utiliser le moins de fléchettes (sur les 4 défis) remporte l'épreuve avec 15 points et ainsi de suite.

VII. QUIZZ

- **Nombre de participants :**

8 par équipe, mettre en place 4 duos

- **Informations :**

4 thématiques à relever (A découvrir le moment venu).

Les 4 thématiques sont réparties entre les 4 duos

Par thématique : environ **20 questions**

Le duo a **10''** pour répondre à chaque question

- **Attribution des points :**

L'équipe qui réalise le meilleur score remporte l'épreuve avec 15 points et ainsi de suite.

VIII. COURSE EN SAC

- **Nombre de participants :**

8 par équipes avec 2 filles minimum

- **Informations :**

Relais en course en sac avec toutes les équipes pour terminer la journée du samedi

- **Attribution des points :**

L'équipe qui termine première remporte l'épreuve avec 15 points et ainsi de suite

JOURNÉE DU DIMANCHE **(EN CONFRONTATION)**

I. TENNIS DE TABLE

- **Nombre de participants :**

8 par équipes : 2 doubles dont un double mixte obligatoire et 4 simples, dont un simple féminin obligatoire

- **Informations :**

Un joueur ne peut être à la fois dans un double et dans un simple !!!

Match obligatoire entre les 2 doubles mixtes et les 2 simples féminins

Tirage au sort pour les 3 autres simples

S'il y a plus de 2 filles : organisation libre

Match en 2 sets gagnants de 11 points ou 20'

Changement de service tous les 2 points

- **Attribution des points :**

L'équipe marque 1,25 point par set gagné pour cette épreuve

II. TENNIS

- **Nombre de participants :**

8 par équipes : Faire 4 doubles dont 1 double féminin

- Classer les 3 autres doubles par niveau de jeu (1 étant le meilleur)

- **Informations :**

Les doubles s'affrontent par niveau de jeu

Jeu dans les carrés de service avec balle mousse et petite raquette

Service à la cuillère en diagonale, 1 seul service

Match en 2 Tie break gagnant de 7 points

Attention : si égalité 6/6 : 2 points d'écart jusqu'à 10 max

Rotation au service : le 1^{er} joueur sert une fois, puis c'est l'équipe adverse qui sers 2 fois (joueur 1 puis joueur 2) et ainsi de suite

- **Attribution des points :**

L'équipe marque 2 points par set gagné pour cette épreuve

III. PÉTANQUE

- **Nombre de participants :**

8 par équipes : Faire 4 doublettes (libre)

Les classer par niveau (1 à 4, 1 étant la meilleure)

- **Informations :**

Mène en 13 points ou 45' maximum

Les doublettes s'affrontent par niveau de jeu

- **Attribution des points :**

Chaque mène rapporte 4 points pour cette épreuve

IV. ULTIMAT

- **Nombre de participants :**

7 sur le terrain avec minimum 2 filles en permanence (possibilité d'avoir des remplaçants)

- **Informations :**

Tournoi entre les 3 équipes : 2 mi-temps de 6' contre chaque équipe. Après chaque mi-temps remettre le score à zéro

Règle de jeu :

Le disque doit progresser uniquement par une passe entre joueur. **Un joueur en possession du disque ne peut pas se déplacer**, mais il peut établir un pied pivot

Il y a changement de possession si le disque est attrapé par l'équipe adverse, si le disque sort de l'aire de jeu ou si le disque tombe à terre.

Un point est marqué quand un joueur reçoit le disque dans la zone d'en-but de l'équipe adverse.

Les contacts, tacles ou accrochage sont interdits.

Le joueur en possession du disque a **10 secondes pour jouer, un seul défenseur** peut le contrer. Le défenseur doit être à une **distance de 2m du porteur** du disque

Au début du jeu et après chaque point marqué, chaque équipe se met sur sa ligne d'en-but et l'équipe en possession du disque l'envoie vers la zone d'en-but de l'équipe adverse.

Lorsqu'une équipe marque un point, elle relance le disque depuis la zone d'en-but **où elle vient de marquer** (le sens de jeu change)

- **Attribution des points :**

Chaque mi-temps gagnée rapporte 3 points

Bonus offensif Si victoire avec plus de 3 points d'écart : +1 pt

Bonus défensif Si défaite avec moins d'un point d'écart : +1 point

En cas de match nul chaque équipe remporte 1.5 points

V. TCHOUKBALL

- **Nombre de participants :**

7 sur le terrain avec minimum 2 filles en permanence (possibilité d'avoir des remplaçants)

- **Informations :**

Tournoi avec 3 équipes : 2 mi-temps de 6' contre chaque équipe. Après chaque mi-temps remettre le score à zéro

Règle de jeu :

L'équipe en possession du ballon dispose de **3 passes** pour se mettre en position de tir sur **l'une des 2 cibles**.

Pour marquer 1 point : le ballon rebondit sur le trampoline et touche le sol en dehors de la zone interdite et dans les limites du terrain

Remise en jeu après un point par l'équipe adverse en fond de terrain

La défense cherche à récupérer le ballon avant qu'il ne touche le sol

Règle pour le porteur du ballon

Interdit de faire plus **de 3 pas** pour le porteur du ballon

Interdit de garder le ballon **plus de 3 secondes**

Le ballon ne doit jamais toucher le sol lors des passes entre joueurs

Ne pas pénétrer dans la zone interdite avec le ballon

Possibilité de récupération du ballon pour la défense :

Sur interception, après un tir avant rebond, après faute de l'équipe adverse

Si le tir est en dehors du trampoline ou sur le cadran extérieur le ballon change de possession

Les contacts, tacles ou accrochage sont interdits.

- **Attribution des points :**

Chaque mi-temps gagnée rapporte 3 points

Bonus offensif Si victoire avec plus de 3 points d'écart : + 1 pt

Bonus défensif Si défaite avec moins d'un point d'écart : + 1 point

En cas de match nul chaque équipe remporte 1.5 points