

**Le comité de canoë-kayak et le Conseil Général des Bouches-du-Rhône**  
vous proposent de participer au Raid Littoral des Bouches-du-Rhône.

- Il s'agit d'une randonnée en kayak de mer, de 7 journées, qui couvre 210 km des côtes des Bouches-du-Rhône.
- Par équipe de 6 à 8 personnes, vous naviguez entre 20 et 40 km par jour.
- Le comité prend en charge la totalité de l'organisation, depuis votre arrivée à Tarascon jusqu'au dernier jour à La Ciotat : les navettes, les accompagnements en bus, les repas, les haltes et les bivouacs.
- Les haltes ou les bivouacs seront l'occasion de se retrouver pour goûter les saveurs d'une cuisine régionale et méditerranéenne. Ce sera également l'occasion d'une partie de boules ou de cartes pour partager un art de vivre typiquement méridional...
- Notre comité mettra tous les moyens nécessaires pour que vous naviguez en toute sécurité. Liaison VHF, bateaux à moteur et assistance à terre ne sont qu'une partie des moyens mis en place. Naviguer en groupe reste un bon moyen pour naviguer en mer. Nous vous conseillons de former une équipe de 6 à 8 personnes, mais nous pourrions également vous intégrer dans une équipe déjà constituée.



# RAID LITTORAL

## PARCOURS

- 4 août > **Tarascon** *accueil des participants*
- 5 août > **Tarascon/Arles 25 km** *étape d'échauffement*  
*2h de bateau sur le Rhône pour apprendre à s'organiser en équipe*
- 6 août > **Arles/Port St Louis 42 km** *étape longue le long du Rhône*
- 7 août > **Port St Louis/Fos-sur-Mer/Sausset-les-Pins 45 km**
- 8 août > **Sausset-les-Pins / Ensues la Redonne/Le Frioul 25 km**  
*en mer le long de la côte bleue, pour une arrivée sur les îles du Frioul,*  
*bivouac au milieu des goélands*
- 9 août > **Le Frioul/Marseille 15 km**  
*une matinée de kayak pour une après-midi libre dans Marseille*
- 10 août > **Marseille/Sormiou 25 km**  
*les falaises, les hauts fonds, la magie du rocher, du ciel et de la mer*
- 11 août > **Sormiou/La Ciotat 35 km** *dernière étape sous les grandes falaises*  
*des calanques de Cassis et du Cap Canaille*



Du 4 au 11 août 2013

# RAID LITTORAL

BOUCHES-DU-RHÔNE

Partenaire principal



210 km de kayak en mer



• Tarascon • Arles • Port-st-Louis • Sausset-les-Pins  
• Le Frioul • Marseille • Sormiou • La-Ciotat

# Bulletin d'inscription

Nom : .....  
Prénom : .....  
Né(e) le : .....  
Adresse : .....  
CP : ..... Ville : .....

N° carte fédérale : .....  
Club : .....

Couleur de pagaie (obligatoire) :

mer :      
rivière :

Pour le Raid dans sa totalité :

je suis licencié à la FFCK : 220 €  
 je ne suis pas licencié à la FFCK : 270 €

merci de libeller votre chèque à l'ordre du CDCK 13

En renvoyant votre bulletin de participation ainsi que votre règlement, vous recevrez le programme détaillé (à partir du 15 juillet), le parcours, les distances de chaque étape ainsi que les recommandations et le matériel individuel pour ce Raid.

Le prix comprend : l'hébergement, les repas, l'assurance, l'assistance ainsi que la navette pour récupérer votre véhicule.

Votre kayak doit être : un kayak de mer qui peut naviguer jusqu'à 1 mille d'un abri. Doit être rigide, mesurer 4m de long sur 0,5 de large. Il doit posséder des caissons étanches, une ligne de vie et des bosses de remorquage aux extrémités.

Partenaire principal



**ORGANISATION** : Comité départemental de canoë-kayak des Bouches-du-Rhône  
3 Traverse Magnan - Mazargues - 13009 Marseille - tél/fax 04 91 76 51 41 - 06 80 92 96 09  
cdkayak13@wanadoo.fr



## Animation des plages

**Faites votre baptême**  
(encadré par des moniteurs diplômés)

Informez-vous sur les possibilités de faire du canoë-kayak dans le département des Bouches-du-Rhône en rejoignant la caravane du Raid Littoral, sur chaque ville de 10h à 17h

TARASCON 4 août - ARLES 5 août - PORT ST LOUIS 6 août - SAUSSET-LES-PINS 7 août  
LE FRIOUL 8 août - MARSEILLE 9 août - SORMIOU 10 août - LA CIOTAT 11 août



## Challenge partenaires

Une journée spéciale Challenge Entreprises sera organisée début octobre

Toute info concernant cette manifestation sera communiquée ultérieurement

Demandez le programme au Comité de canoë-kayak des Bouches-du-Rhône



OFFICE DE LA MER



Partenaire principal



BOUCHES-DU-RHÔNE

Du 4 au 11 août 2013

# RAID LITTORAL

210 km de kayak en mer