



ROAD BOOK

RAID PACIFIC ENERGY

2023

Bienvenue aux coureurs du Raid « Coast to Coast » Pacific Energy.

Félicitations pour le challenge que vous vous lancez !

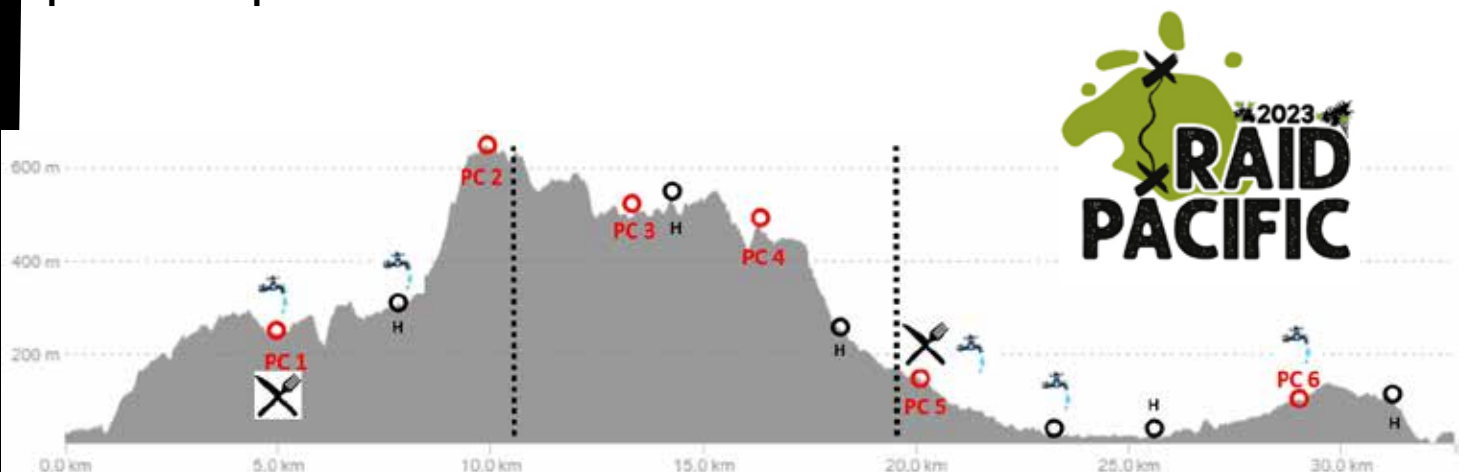
Le parcours que nous vous proposons cette année est inédit et relie, pour la 1ère fois, le nord et le sud d'Efaté.

En début d'année, nous avons dû affronter 2 cyclones lors d'une même semaine au mois de mars.

Ces 2 événements climatiques ont considérablement affecté l'état du parcours prévisionnel, nécessitant beaucoup plus de travaux de nettoyage que prévu.

La majeure partie du sentier tracé n'est jamais emprunté et certaines sections ont dû être ouvertes spécialement pour cette course.

Nous sommes heureux de vous compter parmi nous pour cette 1ère traversée et avons hâte de vous retrouver sur la ligne de départ ! Vous trouverez ici des informations importantes sur l'itinéraire que vous vous apprêtez à emprunter.





ROAD BOOK

RAID PACIFIC ENERGY 2023

SUIVEZ LE BALISAGE ROSE

Le parcours est d'une longueur totale d'environ 35 km pour 1500 m de dénivelé positif (selon acuité GPS).

Il peut être découpé en 3 sections distinctes :

Depuis le départ jusqu'au km 20, vous progresserez exclusivement sous couvert végétal, sur un sentier technique constitué de racines, lianes et pierres.

Du km 20 à la fin, vous traverserez des plantations privées.

1—Du départ au PC2, le sentier ne cesse de monter, en alternance avec des traversées de creeks, pour atteindre le point culminant d'Efate, le mont Mac Donald à 650m.

2— Puis alternance de montées et de descentes courtes, mais parfois très raides, pour atteindre le sommet du Matarakoum (PC4). Descente très raide vers la sortie de la forêt au PC5.

3—La progression en forêt est terminée, place à une course beaucoup plus roulante, alternant plantations, pistes et routes.

Aux PC2, PC3 et PC5, vous trouverez des assistants Promedical et Prorescue pour assurer votre sécurité tout au long du parcours.





ROAD BOOK

RAID PACIFIC ENERGY

2023

Le départ sera donné devant la maison communautaire au village de Saama à 7 heures.

Vous emprunterez pendant 400 m la piste principale du village en montée. Tournez à droite pour rejoindre la route goudronnée pour 500 m supplémentaires. Tournez à gauche pour entrer en forêt ; vous ne la quitterez plus pour les 20 prochains km.

Ce sentier, très emprunté pour se rendre aux jardins, est plutôt propre. Vous suivrez le balisage rose, mais vous rencontrerez également des balises oranges d'une précédente course. Vous apprécierez le passage à l'intérieur d'un immense banian.

Jusqu'au PC1, alternance de courtes descentes dans 3 creeks secs et 1 en eau, suivies de montées très raides et épuisantes dès le début de la course. Soyez patients ! Eau et ravitaillement léger au PC1. N'oubliez pas de faire pointer votre dossard et de refaire le plein d'eau.

Le parcours se poursuit avec un profil similaire, des creeks tantôt secs tantôt en eau, suivies de montées parfois très raides.

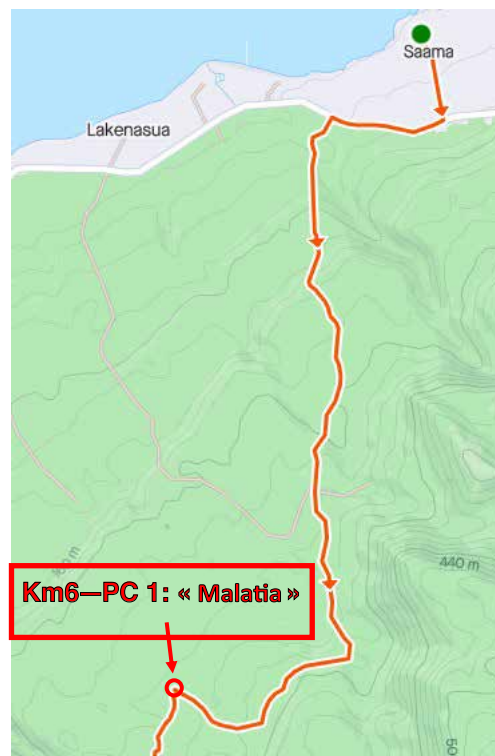
Vous progresserez encore à proximité de nombreux banians qui sont des points de repères en brousse pour les chasseurs de cochons.

Lorsque vous parviendrez à la dernière rivière en un panneau de signalisation et un assistant qui vous fera le plein en eau. **C'est impératif, il n'y aura plus d'eau jusqu'au PC5 !**

Après cette rivière, vous entrerez dans le secteur du Mac Donald. Au pied, une corde vous aidera à franchir 20 mètres. La suite de la montée sera très dure : c'est la principale difficulté du parcours. Faites des pauses et retournez-vous, la vue est magnifique !

Le sommet est un plateau forestier, venteux que vous suivrez pendant 1 km avant d'atteindre le PC2.

Temps limite au PC2 : 11h15 ! Passée cette heure, vous serez disqualifiés et retourneront au véhicule du PC1, accompagnés des assistants de course.



centes courtes dans
tées plus longues,

banians (Nabanga)
chasseurs de co-

eau, vous trouverez
demandera de re-
aucun ravitaille-

Mac Donald.

de pente très raide.
pale difficulté du
sur Undine Bay est

suivrez pendant 1



ROAD BOOK

RAID PACIFIC ENERGY

2023

Km11—PC 2: Mac Donald.

Au PC2 (ancienne station météo de l'Orstom) vous profiterez d'une vue magnifique sur le mont Erskine et port Havannah et distinguerez même les éoliennes au sud ouest, par temps très clair.

Descente courte mais raide juste après le PC2. Vous progresserez sur un plateau irrégulier ensuite pendant un peu plus de 2km.

Cette section du PC2 au PC3 n'a plus été empruntée depuis 2015, après le cyclone Pam.

Située au cœur d'Efate, c'est la zone qui a été la plus difficile à ouvrir mais aussi la moins nettoyée ; elle est donc particulièrement piégeuse, soyez prudents !

Au bord de ce plateau, une descente très raide vous attend avant d'atteindre un magnifique banian. Des cordes sont installées, ne les négligez pas, surtout par temps humide.

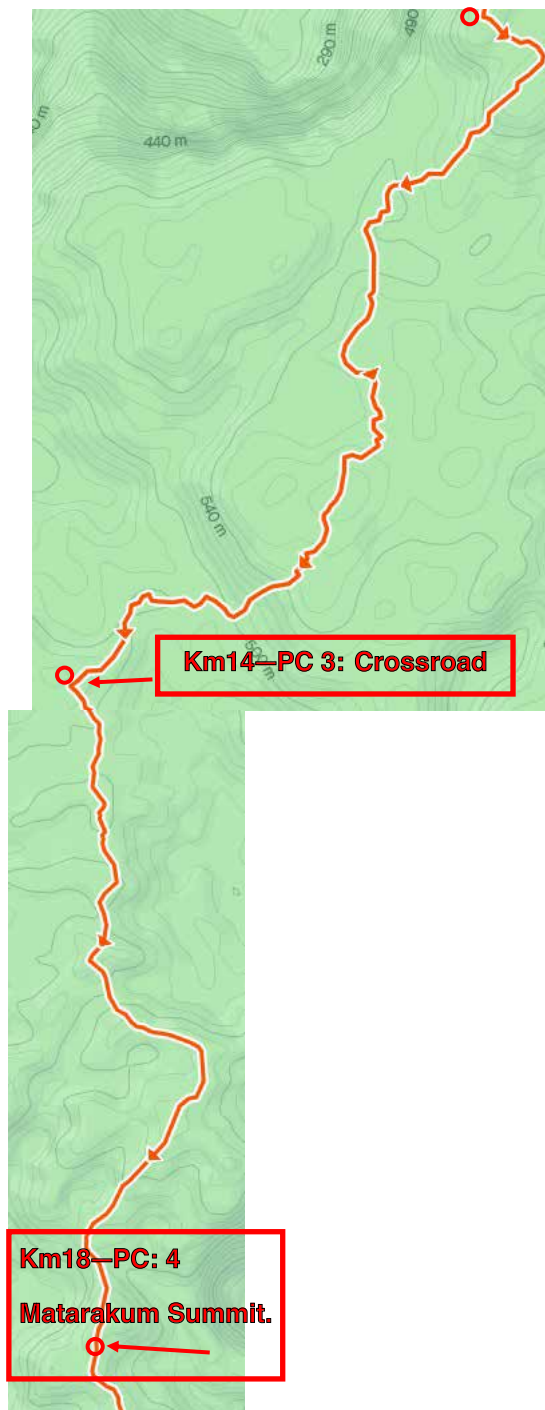
Au PC3 « Crossroad » l'équipe de sécurité sud vous accueillera.

Du PC3 au PC4, vous suivrez une succession de lignes de crêtes très agréables avec des alternances de montées et de descentes entrecoupées de portion plates plus « roulantes ».

Toujours en forêt, cette ligne de crêtes est parfois très étroite et vous profiterez d'une vue à travers les arbres.

Attention, un peu avant le PC4, le sentier se rétréci énormément et vous longerez un ravin sur votre gauche. Un panneau indiquera cette section ; ralentissez et soyez prudent !

Des cordes seront installées pour assurer votre sécurité.





ROAD BOOK

RAID PACIFIC ENERGY

2023

Du PC4, une vue dégagée s'offre à vous avec la plantation Ballande en contre bas, la plaine où se situe l'aéroport ainsi que la ville de Port -Vila en arrière plan et ses îlots Ifira et Iririki.

Tout de suite après le PC4, vous continuerez à suivre la ligne de crête, mais celle -ci va descendre brutalement. A ce moment, avec la fatigue accumulée, il s'agira d'être prudent afin d'éviter une chute qui pourrait compromettre une fin de course plus facile.

Dès la fin de la descente raide et la sortie de la forêt dense, le parcours s'incurve à 90° vers la droite et la pente devient moins exigeante.

Encore 1 km avant de sortir totalement de la brousse et de voir le PC5.

Temps limite au PC5 : 15h45 ! Passée cette heure, vous serez disqualifiés et vous serez amenés sur le site d'arrivée en véhicule.

Au PC5, vous trouverez une assistance médicale ainsi que le ravitaillement nécessaire pour finir votre course.

Suivrons ensuite 4 km de progression en légère descente dans la plantation Ballande.

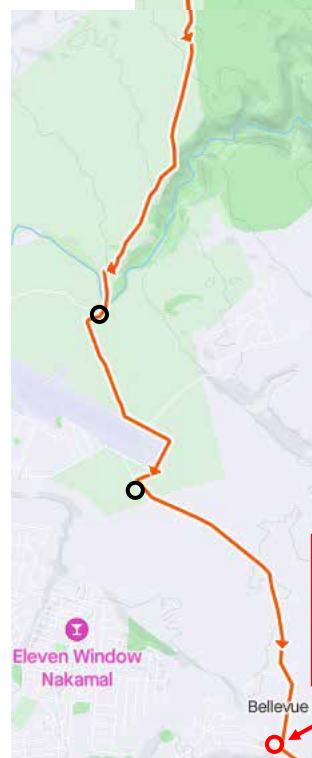
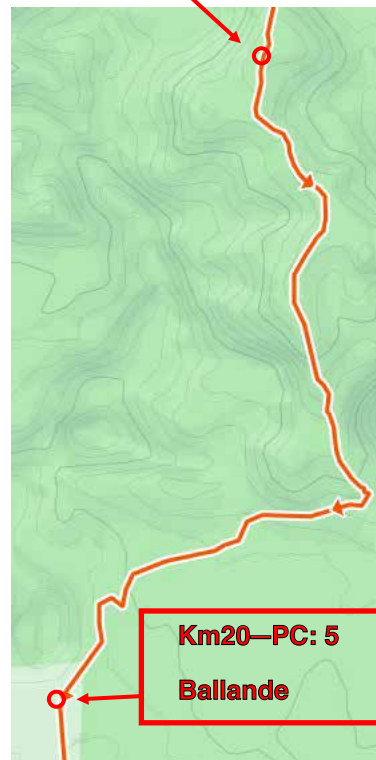
Attention, à partir du PC5, vous serez à découvert en permanence ; une casquette sortie du sac sera la bienvenue si le temps est dégagé.

Au bout de la plantation, vous aurez à passer un portail pour vous retrouver dans une rivière à traverser qui vous amènera derrière les bâtiments agricoles de la plantation Russet. Un assistant vous indiquera le chemin à suivre et vous approvisionnera en eau si besoin.

Puis vous sortirez de la propriété pour suivre la piste qui contourne le terrain de l'aéroport. Sur votre gauche, un assistant vous indiquera un portail à franchir pour pénétrer dans la plantation Furet.

Suivez le balisage, et si vous trouvez un portail fermé, ouvrez -le et refermez -le immédiatement ! Au sortir de la plantation vous entrerez dans le quartier de Bellevue Park. Suivez la piste qui vous amènera au PC6, à une intersection avec une route goudronnée.

Km18—PC 4:Matarakoum

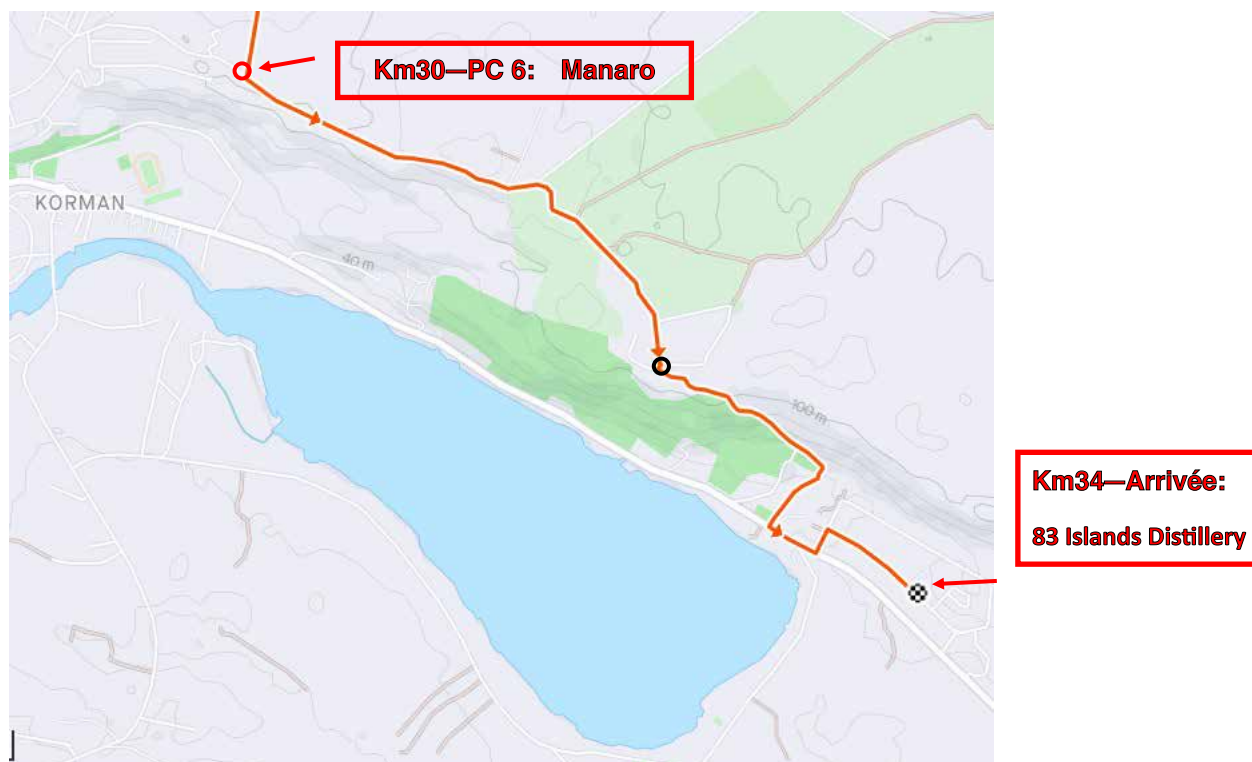




ROAD BOOK

RAID PACIFIC ENERGY

2023



Du PC6, vous êtes proche de l'arrivée.

Vous prendrez la route goudronnée à gauche qui mène à Montmartre (Mission catholique et lycée francophone). Attention, la route restera ouverte à la circulation, soyez prudents.

A l'entrée de la mission, un assistant vous indiquera le chemin à suivre.

Vous longerez le réfectoire de l'école et derrière, vous trouverez l'entrée du chemin pastoral qui descend vers le 2ème lagon.

Au pied de la descente, vous suivrez une piste qui vous amènera sur la route principale.

Tournez à gauche, suivez la route goudronnée 150m et tournez à gauche pour entrer dans le quartier de Stella Mare.

Prenez la 1ère à droite, 83 Islands Distillery se trouve sur la droite 400 m plus loin.

BRAVO ! Vous êtes arrivés !