

Le **ROAX** 2025, Raid Orient'alp Xpérience, course de raid multisports, s'est déroulé dimanche 21 septembre 2025 à Chamrousse.



Cet événement sportif était inscrit au calendrier national de la FFTRI.

Cette discipline de sports enchaînés en pleine nature, organisée par l'association des clubs RAID'ALP et ORIENT'ALP, a regroupé 322 participants sur les parcours chronométrés et 72 sur le parcours famille non chronométré, encadrés par 55 bénévoles.

Les épreuves se sont déroulées sur les pentes de la station de Chamrousse, ainsi que sur les communes voisines de Saint-Martin d'Uriage, Vaulnaveys-le-Haut et Séchilienne.

Le ROAX était composé d'un enchaînement d'activités de Trail, Course d'Orientation, VTT'Orientation, via ferrata, tir laser, le tout non motorisé. Ces disciplines se sont enchaînées sous 4 formules par équipes de 2 personnes mixtes, hommes ou femmes.

Les 4 parcours:

- Raid FAMILLE : environ 10km pour 200 mètres de dénivelé positif, ce format non chronométré s'adressait aux novices souhaitant partager ce moment en famille.
- Raid DECOUVERTE : environ 20 km pour environ 500 mètres de dénivelé positif qui s'adressait aux personnes souhaitant découvrir l'activité. L'effort dure entre 2h30 et 3h30.
- Raid SPORTIF (parcours moyen) : 37 kilomètres et 1500 mètres de dénivelé pour 4h à 6h d'effort. Ce format s'adressait aux sportifs de bon niveau.
- Raid AVENTURE (parcours long) : ce format aventure s'adressait aux experts de la discipline. Orientation et chemins plus techniques, ce parcours comptait 56 kilomètres pour près de 2250 mètres de dénivelé positif.

Le premier départ a été donné à 8h pour le raid AVENTURE, puis 9h pour le SPORTIF, 10h pour le DECOUVERTE et 11h pour le raid FAMILLE.

Les concurrents se sont lancés, chacun à leur rythme, dans la course sous un beau soleil dans un premier temps. Ils ont enchainé les différentes épreuves décrites sur les feuilles de route qu'ils ont découvertes au moment du départ : course d'orientation autour de Bachat Bouloud, parcours VTT, et suivant les parcours,

trek, via ferrata, puis dans une alternance de VTT et course d'orientation, de Roche Béranger jusqu'au Luitel en passant par le Recoin, les Séglières, et retour à l'Arselle pour l'arrivée tant attendue.

L'arrivée de la pluie en milieu d'après-midi n'a pas empêcher de mener toutes les épreuves à leur terme, dans des conditions très humides.

Un ravitaillement composé de produits bio était offert à l'arrivée. Il était également possible d'acheter à manger et à boire à la buvette sur place : bière locale, softs, boissons chaudes, sandwichs, crêpes, gâteaux maison.

En fin de journée la remise des prix a été organisée pour récompenser les vainqueurs de chaque parcours et chaque catégories (H, F, Mixte). Deux tirages au sort ont eu lieu parmi toutes les équipes inscrites pour gagner un panier garni.

Les maîtres-mots de cette journée ont été le dépassement de soi, le respect de la nature, le tout dans la bonne humeur. Une attention particulière a été menée envers l'environnement : pas de goodies mais des récompenses composées de produits locaux, réduction des déchets (demande initiale d'apporter son assiette, son verre et son couvert, tri sélectif), pas de bouteille plastique sur l'aire du ravitaillement. Les équipes ont évolué à proximité d'espaces naturels remarquables et sensibles dans le respect de la flore et de la faune des territoires traversés.

Nous avons eu beaucoup de retours positifs d'après-course de la part des coureurs, ce qui a été la meilleure des récompenses pour l'équipe de bénévoles et l'équipe de l'organisation.

REMERCIEMENTS:

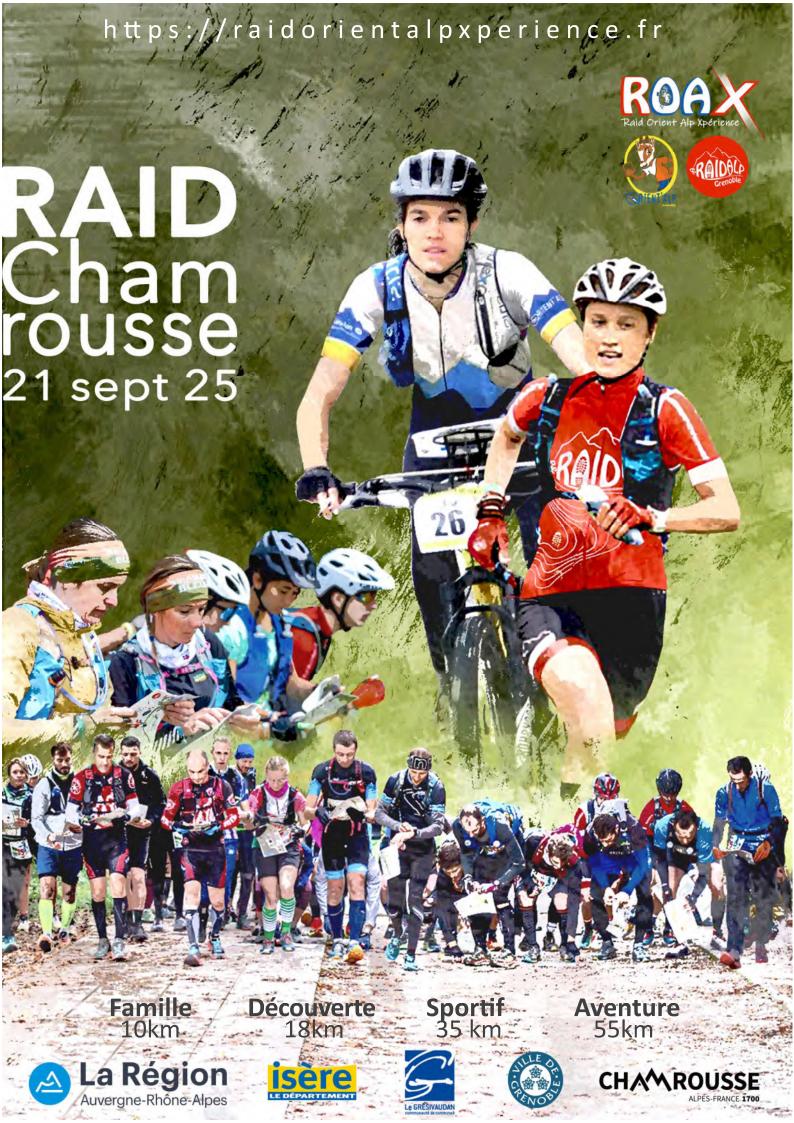
Un grand merci à l'ensemble du personnel de la station de Chamrousse qui nous a permis de mener à bien cette épreuve et surtout pour leur disponibilité à tout moment, aussi bien en phase de préparation que le jour même de l'évènement.

Très sincères remerciements à tous nos partenaires qui ont grandement participé à la réussite de cet événement par l'apport de leur soutien. Voir l'affiche partenaires ci-après.

Nous remercions aussi sincèrement tous les participants qui nous ont fait confiance sur les différents tracés de cette épreuve, ainsi que les 55 bénévoles qui ont œuvré sur des points de contrôle pas toujours faciles.

ANNEXES:

Affiche événement Affiche partenaires Détails des parcours Photos Tableaux des résultats



https://raidorientalpxperience.fr



PARTENAIRES

ekosport

































CHAMROUSSE

DETAIL DES PARCOURS

Circuit FAMILLE (9km / 200 md+)

N°	Type section	Dist. (km)	Intos compleme		Infos complémentaires	
1	CO ordre Imposé (IOF)	3	100	7+1	Départ en masse à 11h . 8 balises dont une BONUS.	
2	VTT Balisé	5	100	0	Suivre les fanions	
3 Relais biathlon 1 0 0 Suivro		Suivre les instructions des bénévoles.				
	Total	9	200		Bravo !	

Circuit **DÉCOUVERTE** (20 km / 500 md+)

N°	Type section	Dist. (km)	Déniv. (m+)	Nb. balises	Infos complémentaires
1	CO ordre libre (IOF)	3	100	10	Brief 9h45 . Départ à 10h . Contrôlez que vous avez trouvé toutes les balises !
2	VTT'O ordre imposé (IOF)	3	150	2	/I\ Traversées de route. Après la balise 2, passage obligatoire = parc VTT pour la CO (section 3).
3	CO ordre imposé (IOF)	3	100	6	Sur la même carte que la section 2. /I\ Pistes de VTT interdites
4	VTT'O ordre imposé (IGN)	10	150	6	Portion balisée entre les balises 1 et 2. (indiqué sur la carte), pendant laquelle il y aura un panneau "passage technique". Il vous sera possible, si vous n'êtes pas à l'aise en VTT, de contourner cette partie en cherchant une alternative sur la carte pour vous rendre à la balise 2. Cette alternative ne sera pas balisée. Interdiction de se séparer. Vous devez respecter les traversées de route obligatoires.
5	Relais Biathlon	1	0	0	Suivre les instructions des bénévoles. Temps neutralisé en cas d'attente.
	Total	20	500		Bravo !

Circuit SPORTIF (37 km / 1500 md+)

N°	Type section	Dist. (km)	Déniv. (m+)	Nb. balises	Infos complémentaires
1A	CO ordre libre (IOF)	2	100	12	Brief 8h45 . Départ à 9h . 3 balises au choix à ne pas prendre. Passage obligatoire par la balise 81 = arrivée section 1A (double rond). Changement de carte pour la section 1B. Matériel de via ferrata à prendre dès le départ!
1B	Trek'O + Via Ferrata (IGN)	4	500	5	Temps minimum imparti Via = 40 min. Suivez les instructions des bénévoles.
2	VTT'O (balisé)	4	0	2	Vous retrouvez votre sac de 30l contenant vos affaires VTT. Vous transportez ce sac sur la section. Suivre l'itinéraire indiqué sur la carte et matérialisé sur le terrain. 2 balises (marquées sur la carte) sont à prendre sur le chemin. Faites-vous plaisir! Vous laissez votre sac de 30l contenant votre matériel Via à l'arrivée de cette section.
3	CO ordre imposé (IOF)	3	150	8	/!\ Pistes de VTT interdites
4	VTT'O (IGN)	16	550	6	Shunt possible. Vous devez respecter les traversées de route obligatoires.
5	CO ordre imposé (IOF)	3	100	10	Zones hachurées = zones protégées à contourner impérativement sous peine de disqualification. Shunt possible. Barrière horaire à 16h15 en fin de CO
6	VTT'O (IGN)	4	100	3	Un dernier effort !!
7	Relais biathlon	1	0	0	Suivre les instructions des bénévoles. Temps neutralisé en cas d'attente. Barrière finale à 17h en fin de section 5 min de pénalités par minute dépassée.
	Total	37	1500		Bravo !

Circuit **AVENTURE** (environ 70 km / 2450 md+)

N°	Type section	Dist. (km)	Déniv. (m+)	Nb. balises	Infos complémentaires
1A	CO ordre libre (IOF)	2	100	12	Brief 7h45 . Départ à 8h . 3 balises au choix à ne pas prendre. Passage obligatoire par la balise 81 = arrivée section 1A (double rond). Changement de carte pour la section 1B. Matériel de via Ferrata à prendre dès le départ!
1B	Trek'O + Via Ferrata (IGN)	6	700	8	Temps minimum imparti Via = 30 min. Suivez les instructions des bénévoles.
2	VTT'O balisé	4	0	2	Vous retrouvez votre sac de 30l contenant vos affaires VTT. Vous transportez ce sac sur la section. Suivre l'itinéraire indiqué sur la carte et matérialisé sur le terrain. 2 balises (marquées sur la carte) sont à prendre sur le chemin. Faites-vous plaisir! Vous laissez votre sac de 30l contenant votre matériel Via à l'arrivée de cette section.
3	CO ordre imposé (IOF)	5	150	13	/!\ Pistes de VTT interdites
4	VTT'O ordre imposé (IGN)	29	1000	10	Barrière horaire à 13h30 à la balise 19 (103). Après cette heure, vous devez obligatoirement suivre le shunt indiqué en pointillés sur la carte, qui mène directement à la fin de section (double rond). Changement de carte à la balise 20. Différents shunts sont possibles. Vous devez respecter les traversées de route obligatoires.
5	CO ordre imposé (IOF)	5	200	13	Zones hachurées = zones protégées à contourner impérativement sous peine de disqualification. Shunt possible. Barrière horaire à 16h15 en fin de CO
6	VTT'O ordre imposé (IGN)	4	100	3	Un dernier effort !!
7	Relais biathlon	1	0	0	Suivre les instructions des bénévoles. Temps neutralisé en cas d'attente. Barrière finale à 17h en fin de section 5 min de pénalités par minute dépassée.
	TOTAL	56	2250		Bravo !



















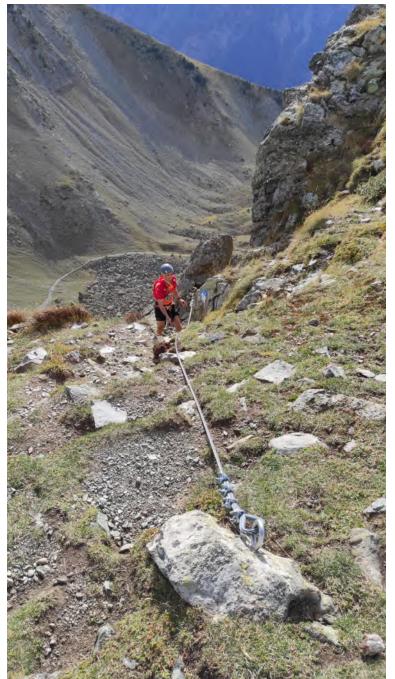
























TABLEAUX DES RESULTATS

	parcours DECOUVERTE				
Clt	Dossard	Nom équipe	Catégorie	tps final	
1	242	Raidalp Timothee - Thomas	Minime H	01:29:29	
2	241	Outdoor - p'ti pom's	Minime H	01:29:39	
3	220	BOL D'AIR - Thomas et Lubin	Minime H	01:29:44	
4	252	miloleofleming	Minime H	01:30:25	
5	249	The Vincent's	Homme	01:34:15	
6	231	Neuchaventure - Père et Fils	Homme	01:34:59	
7	230	Ben&Rapha	Homme	01:45:06	
8	259	liseetalexandre	Mixte	01:49:22	
9	201	RaidAlp-LiséeCharlotte	Minime F	01:52:06	
10	205	Neuchaventure en plein dans le mille	Mixte	01:53:02	
11	218	Rai 2 heure de l'apéro	Minime M	01:53:35	
12	204	Neuchaventure Express	Homme	01:54:13	
13	216	NINI et LULU	Minime M	01:54:19	
14	238	Les raideurs du 38	Minime M	01:54:42	
15	203	Les Bidoubulles de NeuchAventure	Minime F	01:54:48	
16	222	Bol d'Air - Gauthier Marin	Homme	01:57:41	
17	244	Les chamoiselles	Femme	01:59:56	
18	261	Les Janin	Homme	02:00:45	
19	236	Neuchaventure Woodwalkers	Mixte	02:01:14	
20	263	Seb et O	Homme	02:03:15	
21	209	Méline et Lucie	Minime F	02:04:13	
22	233	ROY1	Mixte	02:04:56	
23	232	ROY2	Mixte	02:05:33	
24	265	LES NIZOUS	Homme	02:09:38	
25	224	liiincroyable	Mixte	02:14:55	
26	255	RaidAlp Niels & Simon	Minime H	02:15:26	
27	229	La team Féclaz	Homme	02:15:38	
28	215	Raid bull	Mixte	02:16:24	
29	239	Les aventurières de Neuchaventure	Femme	02:17:10	
30	211	49.53	Homme	02:18:49	
31	207	Les radis raid'ys	Homme	02:20:49	
32	226	MaCaMeDa	Femme	02:21:28	
33	210	Fleming Azenor et Ines	Femme	02:24:00	
34	234	Chloe	Femme	02:24:55	
35	228	Les BALDARAS	Mixte	02:30:49	
36	237	azimut en courbe	Mixte	02:32:25	
37	253	Graines de radis	Homme	02:34:40	
38	213	EMMA ET JADE	Femme	02:34:44	
39	254	LesPELduROAX	Homme	02:35:38	
40	202	Cy compagnie	Mixte	02:36:49	
41	214	Mets la carte à l'endroit !	Femme	02:38:01	
42	245	Tchoupouille	Mixte	02:40:14	
43	250	YOGI TEAM LES COSSON SAUVAGES	Femme	02:43:02	
44	243	RaidAlp Marius et Victor	Minim H	02:51:10	
45	256	TIZ	Mixte	02:53:01	

46	225	SNBC	Femme	02:54:27
47	248	Trigirls 2 le retour	Femme	02:56:37
48	247	TriGirls 1 le retour	Femme	02:57:08
49	257	Snow Girls	Femme	02:57:40
50	227	Bol d'air Justine et Clément	Mixte	03:01:07
51	246	Les Paupau	Femme	03:11:47
52	258	Les déboussolés	Homme	03:18:17
53	264	YOGA	Mixte	03:38:51
54	235	Mariouk	Femme	03:55:38
55	240	Pied plat	Homme	04:05:33
56	217	Les RAIDINGUES 2	Minime F	04:30:26
57	262	Blankir	Femme	05:08:01
58	221	Les raid'ingues	Femme	11:47:59
59	260	martinettheliau	Minim H	11:48:00
60	251	Tri girl & boy le retour	Mixte	13:08:00

	parcours SPORTIF					
Clt	Dossard	Nom équipe	Catégorie	tps final		
1	171	Team Colorado	Homme	03:49:30		
2	114	Maël et Damien	Cadet H	03:55:59		
3	122	RAIDALP Amandine Thibault	Cadet M	04:17:11		
4	131	Balbanais family	Mixte	04:19:30		
5	111	Neuchaventure Vintage	Mixte	04:20:03		
6	113	Little Good Earthman	Homme	04:22:11		
7	145	PIERROLAF	Homme	04:27:03		
8	126	bol d air berdal	Homme	04:42:05		
9	151	Equipe 10 cherche equipe 40	Mixte	04:50:08		
10	120	TIC ET TAC	Homme	05:10:14		
11	139	Gus et Cam	Mixte	05:12:53		
12	164	A fond la forme	Homme	05:15:54		
13	137	AthoMick - Mao	Homme	05:18:30		
14	136	Les ptits nerveux	Homme	05:19:40		
15	147	Les noobs du raid	Homme	05:19:43		
16	118	Melteampot	Mixte	05:28:53		
17	154	Les Teckels enragés	Homme	05:29:33		
18	141	Les papa steacks	Homme	05:33:10		
19	125	LJL	Homme	05:35:20		
20	142	Scarpe Diem	Mixte	05:36:13		
21	165	Raidy to go!	Femme	05:36:35		
22	144	LEZAMOUROAX	Cadet M	05:37:55		
23	150	OUTDOOR	Mixte	05:43:58		
24	121	Team Barakafrites Daron & son	Homme	05:44:25		
25	112	Cédric et Marion Raid'Alp	Mixte	05:44:44		
26	143	Les papins	Homme	05:45:18		
27	168	Les Clopinants	Mixte	05:49:36		

28	127	Les Romanaud	Homme	05:55:30
29	153	Les touristes	Homme	05:56:36
30	132	a raid de courir experience	Homme	05:56:37
31	149	Ni futés Ni Affutés	Mixte	06:29:25
32	134	Chevilles en carton	Mixte	06:33:28
33	123	Dinoboulosaurus	Homme	06:35:02
34	163	Lynnaëlle	Cadet F	06:35:09
35	128	Les Mandras	Homme	06:40:41
36	140	Les 4L	Mixte	07:47:54
37	108	Les Noopies	Homme	09:07:08
38	105	Les clampins	Mixte	09:25:02
39	166	L'AROBASE	Homme	09:35:45
40	167	A la belle étoile	Homme	09:41:23
41	156	Les hyènes	Femme	09:54:07
42	138	Jul'ô	Femme	10:06:50
43	110	Les randonneurs du dimanche	Homme	10:48:49
44	148	Les Cyclix	Mixte	11:06:59
45	158	Les Boussoles du Mont	Femme	11:33:32
46	102	Les deguib's 2	Mixte	11:40:40
47	106	Les Baujus désorientés	Homme	11:55:27
48	104	Gaby Steph	Femme	11:57:04
49	101	Les deguib's 1	Mixte	11:58:35
50	162	les imposteurs	Mixte	12:01:26
51	159	Les Loulu's	Femme	12:04:58
52	124	Les Vorvelles	Homme	12:11:49
53	155	BABIGSTAR	Femme	12:29:37
54	130	Bern's in raid	Mixte	13:24:14
55	169	Les traqueurs de génép'	Mixte	13:39:30
56	117	Ben and Co	Homme	14:50:08
57	115	Les Cliff&girl	Mixte	15:25:57
58	161	Les chamroussiens	Mixte	15:29:50
59	160	Louise Lucia RAIDALP	Cadet F	19:48:46
60	152	Les Gi	Homme	19:54:34
61	135	Eustachic	Homme	01:00:22:34
62	170	Les Hiboux t'en train	Mixte	01:06:28:22

	parcours AVENTURE					
Clt	Dossard	Nom équipe	Catégorie	tps final		
1	5	LES GNÔLUS DE NEUCHAVENTURE	Homme	06:34:20		
2	11	Team FMR	Mixte	06:54:02		
3	28	400Team MarieColo	Mixte	07:22:06		
4	1	Team P'Ain d'air!	Homme	07:28:08		
5	21	la reprises des ligaments dans la boite à gants	Mixte	07:49:10		
6	9	Team Dalon Sud raid	Mixte	07:50:45		
7	29	Bat et Max	Homme	08:00:36		
8	24	Serrez les fesses on arrive bien RAID	Homme	08:08:22		
9	17	Outdoor - TOR07	Homme	08:12:45		
10	25	Les vandersisters	Femme	10:14:34		
11	12	Gones raideurs	Homme	10:14:54		
12	19	Les petits suisses Normands Juliette et Titouan	Mixte	10:16:36		
13	2	Les pepitos au soleil	Homme	10:17:13		
14	4	Les rafales	Homme	10:34:56		
15	7	Sylvain et Alexandre	Homme	11:51:41		
16	22	DSN 74	Homme	12:32:00		
17	3	Sunflower & Sunshine	Femme	12:33:35		
18	13	Orient Alp - COCS	Mixte	13:39:50		
19	18	les luchikitas	Junior F	14:01:12		
20	27	YOGI TEAM LES COSSON SAUVAGES	Homme	17:04:04		
21	16	Pieds taule	Homme	17:20:55		
22	8	RaideST	Homme	18:14:04		
23	26	Lest Tomber	Mixte	18:40:11		
24	15	PicPic	Homme	18:59:24		
25	10	MilaJéré	Mixte	19:41:22		
26	14	SoSo & Mat	Mixte	22:54:16		