

## FICHE D'IDENTITE

- Réf : 2788098 jcr

- Classement : **TOUQUET** 9196

### ■ ELEMENTS DE RECHERCHE :

**LE TOUQUET** : ville du Pas-de-Calais (62), passages significatifs

■ **SITE** : RestonsEnForme ([www.restonsenforme.com](http://www.restonsenforme.com))

- Référence de la page : [http://www.restonsenforme.com/index.php/restonsenforme/vuearticles/prets\\_pour\\_le\\_touquet\\_raid\\_pas\\_de\\_calais](http://www.restonsenforme.com/index.php/restonsenforme/vuearticles/prets_pour_le_touquet_raid_pas_de_calais)

## EXTRAIT DE CITATION

### Prêts pour le Touquet Raid Pas-de-Calais ?

Il n'y a pas que la **plage au Touquet**. Demandez à Karine Baillet, la fondatrice de ce raid multisport. La huitième édition de cette course d'aventures a lieu les 5 et 6 avril 2008. Les inscriptions sont ouvertes !

Et de huit ! Karine Baillet, championne internationale de raids aventure, organise le huitième Touquet Raid Pas-de-Calais. Au programme : course à pied, course d'orientation, roller, canoë, VTT. L'an dernier, 260 équipes ont participé à ces deux jours d'aventures. Trois questions à l'organisatrice.

### **REF : Comment vous est venue l'idée de créer un raid au Touquet ?**

**Karine Baillet** : J'ai découvert le raid à 18 ans. Avant je pratiquais le vélo, le canoë, la course à pied. et j'avais du mal à me concentrer sur une activité en particulier. Avec des amis, je me suis inscrite à un raid pour essayer. et j'ai récidivé. J'ai participé à une course, puis deux, puis trois, toujours plus longues, plus dures et plus internationales ! En 2006 et 2007,

mon équipe (dont je suis capitaine) est vice-championne du monde de raid multisport. C'est en 2001 que j'ai décidé de lancer un raid dans ma région, **le Touquet**. C'est là que je travaille (je suis prof de fitness) et que je m'entraîne. Et puis je voulais faire découvrir ma région aux autres sportifs.

### **REF : Comment se déroulent ces deux jours de compétition ?**

**K. B.** : Le samedi après-midi, nous organisons des animations pour les enfants : course d'orientation, escalade et tir à l'arc. Ils peuvent aussi passer leur brevet du p'tit raideur. Et, à 18 h 30, place aux plus grands ! Ils partent par équipe de deux. pour 4-5 heures de sport le samedi soir et 6-7 heures le dimanche. Au programme : VTT, course à pied, run and bike (une personne en VTT, l'autre à pied) et roller sur les **plages**, chemins et forêts de la région **du Touquet**. Et pour finir : pasta party, avec repas, massages et remise des prix. On projette le film et les photos du week-end, les participants échangent leurs expériences. Car l'esprit est au sport, à l'effort et au dépassement de soi, mais pas seulement ! Le but est aussi de passer un week-end en pleine nature et un moment sympas et convivial. avec son partenaire et ses " adversaires ".

### **REF : Qui peut participer ?**

**K. B.** : En 2007, 260 équipes se sont inscrites. Au début, les participants venaient surtout **du Touquet**. Aujourd'hui, ils arrivent de Paris, du Sud de la France, de Luxembourg, d'Angleterre ou de Belgique. C'est un

moyen divertissant et différent de découvrir le coin ! Le raid est ouvert à tous les âges, à partir de 16 ans. Des ados, des adultes. et des seniors s'inscrivent. L'année dernière, nous avons même eu une participante de 70 ans ! Mieux vaut être un peu sportif pour venir, mais inutile d'être un grand athlète ou un habitué des raids. Au contraire, c'est une bonne occasion pour s'y mettre.

*Vous voulez vous inscrire ? Toutes les infos et inscriptions sur [www.touquetraid.com](http://www.touquetraid.com) Date limite des inscriptions : 2 avril 2008.*

*Pour en savoir plus sur Karine Baillet, direction son site : [www.karinebaillet.com](http://www.karinebaillet.com)*

**Florence Martin**

#### DESCRIPTION DU SITE PAR L'ARGUS DE LA PRESSE

Ce site diffuse des articles assez synthétiques concernant la santé en général, les loisirs, le sport, les cosmétiques et la sexualité. Les articles ne sont pas datés.

#### NOTATION DU SITE PAR L'ARGUS DE LA PRESSE

NOTATION GÉNÉRALE	X	X	X		
RICHESSE DU CONTENU	X	X	X	X	
QUALITÉ RÉDACTIONNELLE	X	X			
QUALITÉ GRAPHIQUE	X	X	X		
FRÉQUENCE DES MISES À JOUR	X	X	X		

*L'appréciation que réalise l'Argus de la Presse sur les sites qu'elle sélectionne privilégie avant tout l'information. La richesse du contenu s'apparente donc à une richesse éditoriale régulièrement renouvelée.*