



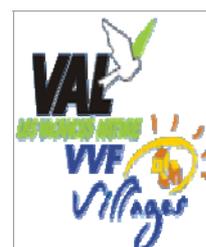
DERNIER WEEK-END DE
PREPARATION AVANT LE DEPART
DU 14^{ème} RAID
PARIS -CAP NORD

LA CHAISE – DIEU, 4&5 JUIN 2005



Pour la dernière réunion de préparation avant le départ du prochain raid Paris Cap Nord, le village de vacances VAL V.V.F de la Chaise Dieu a accueilli, le week-end dernier, une cinquantaine de participants venus de la France entière et même de Belgique et de Suisse.

Environ la moitié des équipages inscrits à l'édition 2005 étaient présents pour recueillir les dernières informations utiles avant le départ. De nombreux anciens et futurs raideurs ont également rejoint le Parc Naturel Régional du Livradois Forez pour simplement échanger des souvenirs ou dans la perspective de prendre part au raid en 2007.



Après les réunions d'information et le reportage photo organisés le samedi, c'est à la Maison du Parc du Livradois-Forez que le rendez-vous était fixé, le dimanche, pour la remise des prix récompensant les plus belles photos de la veille.

Accueillis par M. Jacques Fournier, directeur de l'Etablissement et M. Serge Chalaye, chargé de mission, les raideurs ont pu bénéficier des conseils photographiques de M. Roger Jourdain, jury au sein de la Fédération Internationale de photographie Amateur, et découvrir un film présentant les trésors naturels de la région.

Le week-end s'est achevé par un buffet dans la bonne humeur avant de reprendre la route, en attendant, pour la plupart, le grand départ...



Un très grand merci pour leur accueil et leur aide dans l'organisation de ce week-end à :

- _ M. Jean-Yves DIJOL, directeur commercial des Villages Val VVF de France et à M. Emmanuel CHRETIEN, directeur du Village VAL VVF de la Chaise-Dieu,*
- M. Jacques FOURNIER, Directeur de la Maison du Parc Régional du Livradois-Forez,*
- M. Serge CHALAYE, chargé de mission au sein de cet établissement,*
- _ M. Eric BERGER de la société Aventis de Vertolaye.*
- M. Roger Jourdain, jury au sein de la Fédération Internationale de Photographie Amateur,*

EDITO...

Après cette première étape photographique (et très sympathique) en Haute Loire, nous voici sur la dernière ligne droite avant le départ...

Voici notre dernier courrier avant raid, alors lisez-le et conservez-le bien jusqu'au 3 juillet !

Notre course aux images se prépare, avec de nouvelles étapes qui seront de nouveaux moments forts du Paris - Cap Nord :

- Plettenberg en Allemagne avec un accueil officiel en Mairie et deux soirées.
- Le charme serein de Åland Islands.
- Le partenariat avec Helsinki.
- Les routes les plus hautes de Suède.
- Une étape surprise dans les Iles Lofoten.
- Hede et son Parc National avec un buffet suédois.
- Le refuge du Glittertin.
- De nouvelles pistes dans le Sud de la Norvège.

Les dernières semaines qui nous séparent du départ sont souvent plus stressantes que le raid en lui-même, mais ce n'est pas sans raisons, car ce 14^{ème} Paris - Cap Nord sera une magnifique aventure ! Vous reviendrez tous avec des images plein la tête, et ...plein le net, grâce au site www.pariscapnord.com/live.

Bon voyage en images !

Amitiés scandinaves,

Philippe BOUCHER
Votre passionné du Nord



SAMEDI 4 JUIN 2005

Après s'être rejoints à 10h au village VAL VVF de la Chaise Dieu et avoir recueilli les informations sur le déroulement de la journée, chaque équipage prend le départ pour une brève escapade photographique le long des petites routes du Sud-ouest du Parc du Livradois-Forez encadrées par les rivières de Sénouires et Doulon.

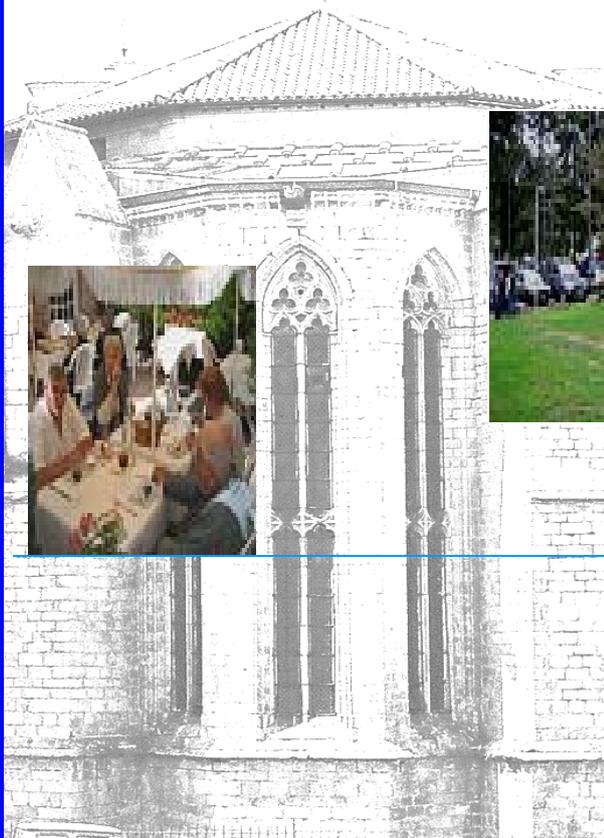
L'itinéraire est libre, certains équipages en profitent pour explorer les trésors cachés de cette région sans croiser « âmes qui vive » tandis que d'autres raideurs, au contraire se rencontrent au hasard d'un chemin et continuent leur route ensemble, en s'accordant pour certains, une petite pause gastronomique.... ! (photo ci contre.)

A 15h30, après ces quelques heures ayant apporté un premier avant goût de ce que promet d'être le raid 2005, une pellicule argentique par personne (ou par équipage selon les cas) est confiée à Régis, de l'équipe d'organisation, pour un développement l'après-midi même dans un laboratoire photographique de Clermont- Ferrand. Une malencontreuse panne d'essence empêche malheureusement l'équipe « Jerry et Cam » de participer à ce premier Trophée photographique... Mais ce n'est que partie remise !

A 16h, débute la dernière réunion d'information avec au programme, la présentation de l'itinéraire, des partenaires et sponsors de ce 14^{ème} Paris- Cap Nord, ainsi que la diffusion de plusieurs films tournés durant les éditions précédentes.

Une première estimation des frais à payer est également communiquée et une séance de « questions-réponses » permet de répondre aux dernières interrogations des raideurs, si près du départ désormais. *(Vous trouverez dans les pages suivantes le détail de ces informations ainsi que le détail des sommes à nous régler avant le 17 juin à titre d'avance sur les réservations des ferries, campings, le développement des photos et l'organisation des repas et soirées en commun.)*

La journée s'achève enfin par un buffet et une soirée dans la bonne humeur au cours de laquelle les raideurs doivent faire le difficile choix de 3 clichés qui concourront au Trophée photographique du lendemain...





LES RESULTATS DU TROPHEE PHOTO



Emmanuel et Michel
VALETTE,
« Les Trappeurs »,
Vainqueurs du 1^{er} prix :

Une nuit à l'hôtel
KalastalayaTorpa, Helsinki, un
guide et une vidéo du Parc,
une parure de stylos Sanofi-
Aventis

DIMANCHE 5 JUIN 2005

Pour la remise des prix de ce 1^{er} Trophée photographique du Paris- Cap Nord 2005, le rendez-vous du jour est fixé à 10h, à une heure de route environ du Village Val VVF où les raideurs ont passé la nuit.

C'est, en effet, dans la magnifique Maison du Parc du Livradois-Forez (partenaire de ce week-end), à Saint-Gervais-Sous-Meymont,, que les raideurs sont chaleureusement accueillis par M. Jacques Fournier, directeur de l'Etablissement et M. Serge Chalaye, chargé de mission.

Malgré la luminosité peu favorable du milieu de journée, les clichés de la veille offrent un bel aperçu de la richesse des paysages de cette partie sud-ouest du Parc.

A 11h, après les commentaires des 18 clichés pré- sélectionnés par M. Roger Jourdain, juré à la Fédération Internationale de Photographie, les 3 photographies les mieux notées par les jurés sont récompensées.

Un film présentant le Livradois Forez et qui donnera sans doute des idées de nouvelles escapades aux raideurs à leur retour du Grand Nord est ensuite diffusé et suivi d'un buffet pour clôturer ce week-end plein de convivialité.



2^{ème} prix
Famille GEIBEL
Un guide Guallimard
et une vidéo du Parc

Le petit mot d'Emmanuel, auteur du cliché gagnant... :

« En prenant cette photo, j'ai souhaité faire ressortir la matière de la clé et de la porte et ensuite seulement le vitrail est apparu dans le cadre. »

Et pour visiter la belle galerie photo d'Emmanuel, il suffit de se rendre sur son site !
<http://manuvalette.free.fr>



3^{ème} prix
Delphine
BIRAUD
Un livre de
collection et une
vidéo du Parc

Le PARCOURS DU PARIS – CAP NORD 2005

L'itinéraire de cette nouvelle édition s'annonce riche en surprises. Les anciens raiders pourront découvrir de nouvelles étapes parmi lesquelles le village de Plettenberg en Allemagne, les îles Åland (îles entre la Suède et la Finlande et bénéficiant d'un statut autonome), et un magnifique parcours sur les plus hautes routes de Suède.

3 juillet 2005 / Paris -Plettenberg
Etape de routes et autoroutes pour rejoindre le Nord

4 juillet 2005 / Plettenberg – Kiel
Croisière d'une nuit entre l'Allemagne et la Suède

5 juillet 2005 / Goteborg – Stockholm
Premières pistes et arrivée dans la capitale suédoise

6 juillet 2005 / Stockholm – Iles Åland
Croisière et découverte des îles mystérieuses et autonomes
TROPHEE PHOTO Argentique sur les îles Åland
Croisière de nuit vers Helsinki (départ à minuit)

7 juillet 2005 / Helsinki
TROPHEE PHOTO Argentique sur Helsinki
Accueil officiel à l'Ambassade de France
Jury et exposition photo dans un grand hôtel
Partenariat avec la ville de Helsinki

8 juillet 2005 / Hankasalmi
Très belles pistes du Sud de la Finlande
Les premiers lacs et forêts
Soirée avec les habitants du village – Lancer de bottes

9 juillet 2005 / Mökylämpera
Bien suivre le road-book...on se perd facilement !
Accueil chez Arne et Kirsti dans ce village de trois maisons

10 juillet 2005 / Juuma
On découvre les premiers rayons du soleil de minuit...
Arrivée dans l'un des plus beaux couchages du raid

11 juillet 2005 / Kuusamo et sa région
Etape repos dans l'une des plus belles régions finlandaises
Randonnée photo

12 juillet 2005 / Partakko
Premier Jury Photo Hebdo
Première étape de "nuit" sous le soleil de minuit

13 juillet 2005 / Hamningberg
Nous atteignons la mer de Norvège, en direction d'un village qui semble être au bout du monde
Couchage au bord de l'eau transparente

14 juillet 2005 / CAP NORD !!
Arrivée en convoi à minuit !
Grande fête dans un site qui nous est réservé

15 juillet 2005 / Ile de Mageroya
Etape repos sur l'île du Cap Nord
Randonnée de 20 kms vers le Vrai Cap Nord

TROPHEE PHOTO Argentique sur l'île.

16 juillet 2005 / Lepparjärvi
Etape de "nuit" sur de merveilleuses pistes de montagne

17 juillet 2005 / Entrée des Lofoten



Le PARCOURS DU PARIS – CAP
NORD 2005 SUITE

17 juillet 2005 / Entrée des Lofoten
Finlande...Suède...Norvège en une étape ! (Grovfjord)

18 juillet 2005 / Storfjell
Storfjell, le village sauvé par ses habitants nous accueille
Une surprise de taille vous attend ensuite !!

19 juillet 2005 / Les Lofoten (Å)
Journée découverte dans ce paradis du Nord / Jury photo

20 juillet 2005 / Fatmomakke
Nouvelle étape sur les plus hautes route de Suède

21 juillet 2005/ Hede
Vers le Parc National Suédois

22 juillet 2005/ Parc National (Hede)
Journée repos et randonnée dans le Parc
TROPHEE PHOTO Argentique sur le Parc

23 juillet 2005/ Vagamo
Nouvelles pistes de montagne et couchage à 1000 mètres

24 juillet 2005/ Geiranger puis Bismo
Le fjord le plus connu de Norvège !

25 juillet 2005 / Glittertin
Ascension du plus haut sommet des Pays du Nord

26 juillet 2005/ Prestfoss
Pistes les plus proches de la capitale norvégienne

27 juillet 2005 / Oslo
TROPHEE PHOTO Argentique sur Oslo
Croisière de nuit vers COPENHAGUE

28 juillet 2005 / Copenhague

29 juillet 2005 / Plenttenberg
Dernier point de contrôle nordique sur la presqu'île
Nyord et cap vers le Sud

30 juillet 2005 / Paris
Arrivée au Château de Vincennes

REPONSES AUX QUESTIONS POSEES DURANT LE WEEK-END

Voici un petit compte-rendu des réponses aux questions posées durant la réunion d'information du week-end dernier. Vous trouverez davantage de précisions dans les pages qui suivent, notamment en ce qui concerne le règlement à nous faire parvenir avant le 17 juin pour la réservation des ferries et des campings, les développements photos ainsi que les repas et soirées en commun.

A NE PAS OUBLIER

-la carte européenne qui remplace le formulaire E111. Le délai pour l'obtenir est de 3 mois. Si vous n'avez pas encore pu vous la procurer, sachez qu'il est toujours possible de se faire délivrer l'ancien formulaire E111. Renseignez-vous auprès de votre centre de sécurité sociale.

- 1 ou 2 de bouteilles Butagaz car il n'y en aura pas en vente sur place.

-D'une manière générale les températures au mois de juillet sont assez clémentes mais il est tout de même nécessaire de prévoir des vêtements pour tous les temps (0/35°C), et ne pas oublier gants, anorak et bonne... + une paire de sandales pour les douches et les lacs.

- une bonne paire de vraies chaussures de randonnée avec des crampons (il est difficile d'en louer sur place) en prévision de l'ascension du Glittertin (2469 mètres) en Norvège est INDISPENSABLE. Du fait de l'enneigement, ceux qui n'avaient pas de crampons les années précédentes ont du faire demi-tour avant d'atteindre le sommet.

-un surligneur fluorescent pour marquer l'itinéraire sur le road-book, un atlas routier européen.

- de l'argent liquide pour chaque monnaie (à changer avant le départ ou sur place) : environ 400/500 couronnes suédoises et norvégiennes, 300 couronnes danoises. (La Finlande est dans la zone euro).

- Une crème ou spray anti-moustique (sachant que les produits vendus sur place sont souvent plus efficaces...).

DEPART le 3 JUILLET 2005

Château de Vincennes,
Côté Esplanade Saint-Louis

- Tous les participants ont rendez-vous à 6H pour les dernières vérifications et le collage des autocollants. (il est possible de « camper » sur place durant la nuit du 2/3 juillet.)

-Si vous souhaitez inviter des amis pour assister au départ, le mieux est de leur dire de venir à partir de 9H

- Le départ du raid est fixé à 11H

EQUIPEMENT DE LA VOITURE

- Attention ! La hauteur du véhicule (galeries comprises) indiquée sur vos dossiers d'inscription est importante ! Les compagnies de ferries appliquent de forts surcoûts en cas de dépassement des dimensions précisées.

- CB (obligatoire) - Pour les équipages qui n'en seraient pas encore équipés, il est notamment possible de s'adresser à DIFAURA, situé proche de la porte de Vincennes (pose et installation de la CB à condition de prendre rendez-vous à l'avance.

TROPHEES ET JURY PHOTOGRAPHIQUES

- 1) Trophée 1^{ère} photo – Lieu de départ à Vincennes
- 2) Plettenberg* (Allemagne) / – Trophée (la remise des prix aura lieu lors du 3^{ème} Trophée, à Oslo)
- 3) Iles Åland – Trophée
- 4) Helsinki - Trophée
- 5) Kuusamo - 1^{er} Jury / argentique uniquement)
- 4) Mageroya (Cap Nord) – Trophée
- 5) Svolvaer - 2^{ème} Jury / argentique uniquement)
- 6) Hede – Trophée
- 7) Oslo – 3^{ème} Jury / argentique + photos numériques prises pendant l'ensemble du raid
- 8) + Un jury « spécial » pour les photos en noir&blanc* ainsi que pour la plus belle photo du Paris-Cap Nord 2005.

- Seuls les résultats des Jury photographiques seront pris en compte pour établir le classement général. Pour chaque jury, les équipages devront remettre 4 pellicules photo de 36 poses.

-Les minis trophées photographiques seront généralement parrainés par les autorités locales.

- Nous vous conseillons d'emporter 2 appareils argentiques afin de pouvoir séparer les photos que vous ne souhaitez pas faire concourir pour les Trophées et jurys et de tenir un carnet sur lequel vous noterez les images prises tout au long du voyage.

*Concernant le Trophée de Plettenberg, celui « spécial noir&blanc », et celui de « la plus belle photo du raid », le développement reste à votre charge sachant que les photos devront être remises lors du dernier Jury.

Etant limités à 4 pellicules par semaine pour la participation aux jurys hebdomadaires, nous vous conseillons de bien conserver à part la pellicule dédiée à la ville de Plettenberg afin de pouvoir effectivement consacrer 4 pellicules aux étapes suivantes jusqu'à Kuusamo.

REPORTAGES ECRITS

-Ils doivent faire environ 5 pages dactylographiées et peuvent contenir des photos.

- Le reportage écrit compte pour 10% du barème général. Le but étant d'être original, il peut être utile de rechercher, dès maintenant, quel sera le sujet dont vous traiterez.

- Afin d'avoir le temps de bien préparer votre reportage, vous devrez le réaliser entre les étapes des îles Aaland et de Hede.

- Vous pourrez trouver assez aisément des lieux (cybercafés...) dans lesquels vous pourrez saisir votre reportage.

- Vous pouvez « partir » en reportage pendant 1 ou 2 jours à condition de nous prévenir à l'avance de votre absence ! Les quelques points décomptés pour les points de contrôle où vous ne passerez pas ne représentent que peu de chose par rapport à l'importance du reportage dans le classement général

LIRE ATTENTIVEMENT LES PAGES SUIVANTES !!

Vous y trouverez les dernières informations et formalités à accomplir indispensables avant le départ !

POUR VOS FAMILLES

Durant le raid, le premier moyen d'information pour vos familles sera notre site Internet. Le site présentera tous les équipages avec photos et textes.

Vos familles auront la possibilité de communiquer avec vous via un Forum spécial « live ».

Aucun souci !

Le RAID PARIS - CAP NORD n'est pas une épreuve de vitesse et les risques encourus par les concurrents ne sont en rien comparables à ceux d'un PARIS-DAKAR. Toutes les pistes sont praticables par n'importe quel type de véhicule : 2 CV, 4L ou voitures de collection sont là pour le prouver. Mais attention, ne roulez pas avec imprudence, car nous avons presque chaque année des accidents dus à un excès de confiance sur les pistes ou la fatigue !

Pour des questions personnelles, proposez à vos proches de vous contacter sur votre mobile, mais attention, vous payerez la facture entre la France et les pays où vous serez !

Par contre, pour les cas d'urgences uniquement, vos proches pourront contacter l'organisation sur le numéro de téléphone de Philippe au 06 80 96 33 33 (00 33 6 80 96 33 33 pour les appels hors de France).

ASSURANCES

Il est très important de nous communiquer les numéros de téléphone de votre assureur (depuis l'étranger) et vos numéros de contrats afin que nous puissions les contacter immédiatement en cas d'accident.

Si vous avez un problème, contactez toujours votre assurance avant de contacter un garage.

PROTECTION ET EQUIPEMENT DES VEHICULES

Pensez à bien protéger vos phares et le carter sous le moteur. Si votre voiture est d'une marque étrangère peu connue ou dont les pièces sont difficiles à trouver, prenez-en avec vous.

Vous pouvez aussi récupérer auprès de votre concessionnaire la liste des garages de la marque de votre véhicule en Scandinavie. Cela peut toujours servir !

**DERNIER RAPPEL : LA CB EST OBLIGATOIRE SUR LE RAID
AINSI QUE LE TELEPHONE PORTABLE
(éléments de sécurité indispensables)**

LA MEDECINE SUR LE RAID

COMPOSITION D'UNE BOITE A PHARMACIE A AVOIR DANS CHAQUE VEHICULE

ATURGYL * ou FRAZOLINE * : 1 flacon (sur conseil médical)
NAXY * : 2 boites
OFLOCET * solution auriculaire : 1 boite
OTIPAX * : 1 flacon
DIANTALVIC* ou DIALGIREX* : 1 boite
ZYRTEC* : 1 boite si allergie connue
PROXALYOC * ou NIFLURIL * : 1 boite
SPASFON LYOC* ou METYEOSPASYL* : 1 boite
SOLMUCOL 200* : 1 boite
SMECTA* ou ACTAPULGITE* : 1 boite
TIORFAN* : 1 boite
DECONTRACTYL Baume : 1 tube
PARFENAC crème : 1 tube

DOLKO ou EFFERALGAN ou DOLIPRANE ou DAFALGAN : 1 boite
PETITS PANSEMENTS STERILES : 1 boite
BETADINE JAUNE : Petite bouteille
ELASTOPLASTE PETIT MODELE : 1 boite
1 BANDE VELPEAU
COMPRESSES stériles : 1 paquet
1 ROULEAU DE SPARADRAP
PANSEMENTS POUR AMPOULES : Type
FOOTCARE de Hansaplast : 1 boite
5 SUCRES EN MORCEAUX
1 paire de ciseaux
1 spray ou lotion anti-moustiques
ex :INSECT ECRAN

*** ATTENTION !!! : Certains de ces médicaments soulignés ne devront être pris pendant le raid que sur accord d'un médecin.**

De plus, les marques de ces médicaments ayant été choisies arbitrairement, vous pouvez en préférer d'autres, mais les principes actifs doivent rester les mêmes. Demandez conseil à votre pharmacien ou à votre médecin traitant qui pourra éventuellement rédiger une ordonnance. Nous aurons une liste d'hôpitaux se trouvant sur le parcours du raid ainsi qu'une liste de phrases d'urgence dans les différentes langues et un manuel de premier secours.

Pour les mineurs non accompagnés de leurs parents, faites-nous parvenir le plus vite possible une autorisation parentale d'hospitalisation.

N'oubliez pas d'emmener votre carnet de santé sur le Raid.

Enfin, n'oubliez pas votre carte (celle qui remplace le formulaire E 111) pour tous les pays traversés. Ce formulaire est à demander à la Sécurité Sociale pour la prise en charge dans ces pays. Si vous ne l'avez pas encore (délai de 3 mois), vous pouvez demander l'ancien formulaire E 111

REPORTAGE ECRIT, CONCOURS PHOTO ET EPREUVES SPORTIVES

Reportage écrit

Chaque équipage devra réaliser un reportage écrit sur un thème libre, de 5 pages au maximum. Attention ! Nous demandons un reportage sur un thème précis, dans un style journalistique, agrémenté de photos personnelles. Le meilleur reportage sera primé. Les reportages sont à remettre au plus tard le 22 juillet au soir à HEDE. Ils seront jugés à Oslo.

Vous avez droit à deux jours libres pour réaliser ce reportage mais prévenez-nous à l'avance en remplissant les formulaires prévus à cet effet (à nous demander sur le raid).

Pour la rédaction et la mise en page de ces reportages écrits, nous conseillons à ceux qui possèdent un portable de le prendre avec eux pour le taper. Pour les autres, sachez que les raideurs des années précédentes ont toujours réussi à les taper à l'occasion de certaines étapes. Les finlandais, les suédois et les norvégiens, surtout en dehors des capitales, les ont toujours aidé avec gentillesse (accès à un ordinateur, dans un commerce, un hôtel, un Office de Tourisme...). Le reportage écrit est décisif pour le classement général, et il est également une opportunité efficace pour découvrir des trésors culturels et humain. C'est le moyen idéal pour rencontrer des gens !

Concours photo (classement général)

A 3 reprises,

- le 9 juillet à Juuma (Finlande) Pour le jury 1
- le 16 juillet à Lepparjåvi (Finlande) Pour le jury 2
- le 24 juillet à Bismo (Norvège) Pour le jury 3

Vous devrez nous remettre au maximum 4 pellicules papier couleur par jury. Elles seront développées et rendues 2 jours plus tard. Vous pourrez alors choisir les 12 photos (2 par thème – liste des thèmes ci-dessous) qui concourront pour le classement. Les thèmes sont les suivants :

1 – Portrait

2- L'image d'actualité 2 photos par jury

2 - Paysage représentatif de la scandinavie 2 photos par jury

3- Les couleurs 2 photos par jury

4 - La photo représentative du Raid 2 photos par jury

5 - Thème libre 2 photos par jury

Attention, pour les développements du classement général, les formats acceptés sont les 24x36 et APS, négatifs couleurs.

Conseils pour ces thèmes du classement général :

1- Portrait :

Thème difficile à traiter car c'est un échange entre un sujet et un auteur d'image.

C'est la réussite de cet échange qui importe :

- Le portrait peut être cadré serré.
- Il peut être américain (on coupe au dessus de la taille)
- Il peut être en pied (mais attention à la photo de « Tante Marie » devant un monument...

Le portrait peut être pris à la sauvette, mais on ne doit cependant pas oublier cet échange entre le photographe et le photographié...une expression de joie, de tristesse, de colère, ...

Le portrait peut être réalisé avec tout type d'objectif du grand angle au super télé.

Eviter le portrait d'animal...

2- Paysage représentatif de la Scandinavie

Le plus important dans la photo de paysage est la lumière et sa qualité.

Paysage nature ou urbain, la lumière doit être harmonieuse.

Trouvez de belles images mais vraiment typiques. Evitez le coucher de soleil trop commun.

Bien travailler le cadrage et la composition. La ligne d'horizon doit être parfaite.

3- Thème sur la photo d'actualité :

C'est de la photo d'action. Il faut trouver des personnes en activité, en plein travail, ...

C'est une image prise sur le vif, avec plusieurs informations, plusieurs niveaux de lecture.

Cela peut également être une photo de foule, une photo sur un bateau de pêche,

Un conducteur de tram, un groupe d'enfant, etc....

Il faut qu'il y ait vraiment de l'information, du mouvement, des regards, ...

Soyez à l'affût, ouvrez l'œil, et surtout n'hésitez pas à vous rapprocher, à utiliser le grand angle. Soyez rapide !!

Un thème plus dur, mais le plus passionnant...

NB : Pas de photos sur les raideurs dans ce thème

4 – Les couleurs

La Scandinavie évoque naturellement les couleurs mais soyez originaux !

Les deux images rendues chaque semaine pour ce thème peuvent être liées de la même couleur mais aussi à l'inverse elles peuvent rester indépendantes.

Il faut que les couleurs soient contrastées, fortes, marquantes. N'hésitez pas à faire des mises en scènes (mais pas systématiquement).

La plus courante est des raids précédents : les boîtes aux lettres scandinaves...mais vous pouvez trouver plus fort !

Soyez attentifs car cela peut être un détail ou quelque chose que l'on ne remarque pas en temps normal.

5 - La photo représentative du raid

C'est la photo typique du raid Paris-Cap Nord, celle qui rappelle les principes du Raid....Un point de contrôle, quelqu'un qui photographie, une galère, un équipage, un convoi de raideurs, un jury, une étape,...mais là encore il faut être original, tout en conservant la qualité de l'image.

6 – Thème libre

C'est histoire de vous laisser la possibilité de nous présenter des images qui ne rentreraient pas dans le cadre des thèmes définis plus haut. Cela peut aller de la macro-photographie à la photo sportive, la nature morte, la photo de détail (de carrosserie,...), la photo délirante, architecture, etc...

LES TROPHEES HORS CLASSMENT GENERAL, AVEC PRIX SPECIAL :

Trophée Noir et Blanc

Vous nous rendez les 5 photos noir & blanc de votre choix le 30 juillet sur le ferry (tirages 24x36 ou moyen format). Pas de restriction. Les passionnés du noir et blanc peuvent nous rendre tout sujet.

Le Trophée Plettenberg :

C'est vous qui gérez le développement de ces images car le jury est un mois plus tard, le 29 Juillet (photo à rendre le 28 au soir sur le ferry).

Les Trophée journaliers :

Vous avez quelques heures pour réaliser une seule pellicule argentique dans une ville ou un site :

- Le 6 juillet aux îles Åland
- Le 7 juillet à Helsinki
- Le 15 juillet à Mageroya (île du Cap Nord)
- Le 22 juillet à Hede

PETITS CONSEILS PHOTO

Si possible, essayez d'avoir au moins deux appareils photo par équipage :

- Un pour le classement général (pellicules négatif couleur)
- Un pour vos photos personnelles, vos sponsors, ...

Un petit carnet est indispensable pour noter toutes vos images, avec la référence de chaque pellicule (lieu, réglage, nombre,...).

Avant la prise de vue, bien faire le point sur votre image et vérifiez si vous n'avez pas des détails ennuyeux : fils électriques, détail inutile,...N'hésitez pas à faire des essais avant de partir.

EPREUVES SPORTIVES

Lancer de bottes : le 8 juillet en Finlande

Un Championnat amical sera organisé par la Fédération Finlandaise de Lancer de Bottes. Ce sport tout à fait sérieux et régi par de strictes règles est basé sur le lancer d'une botte de pêche sur une aire clairement délimitée. Pour info et pour nourrir l'espoir de devenir un jour Champion du Monde, sachez que le record est à plus de 63 m ! Il s'agit en quelque sorte d'un entraînement car nous organiserons le 30 juillet à l'arrivée à Vincennes, le 3ème Championnat de France du Lancer de Bottes.

La randonnée du vrai Cap Nord : le 15 juillet en Norvège

Une longue randonnée d'une journée vous permettra d'être parmi les rares privilégiés à avoir atteint le Vrai Cap Nord ! Une personne au moins de votre équipage permettra d'obtenir un bonus d'une valeur de 3 points de contrôle.

« Le plus beau panorama Européen », le 19 juillet en Norvège

Une petite ascension matinale vous permettra de découvrir un panorama à 360° sur l'un des plus beaux paradis du Nord. « l'un des plus beaux panoramas européens » .

Course d'orientation : le 22 juillet en Suède

Une course d'orientation sera organisée en Suède en collaboration avec un club local (les suédois sont les spécialistes dans ce domaine). Les vainqueurs seront primés. Il s'agit d'une initiation avec un parcours d'une durée d'une heure environ.

Ascension du Glittertind : le 25 juillet en Norvège

Les plus courageux devront marcher pendant 5 heures environ avant d'atteindre le plus haut sommet norvégien (2 470 m). Prévoir de bonnes chaussures de marche (il y a de la neige), des habits chauds (gants, bonnet, anorak, ...) et de rechange, beaucoup d'eau et enfin un bon sac à dos. L'aller-retour se fera dans la journée. Nous avons eu jusqu'à -10°C.

Slalom parallèle : le 26 juillet en Norvège (si nombre suffisant)

Pour les mordus de ski qui ont toujours rêvé de skier en plein été, nous organisons un petit slalom parallèle. Si vous le désirez, vous pouvez apporter vous-même vos skis. Les vainqueurs (catégories Homme et Femme) seront primés.

Prix par personne = location matériel de ski + forfait pour la journée, à payer sur place, environ 350 couronnes Norvégienne /personne.

REMISE DES PRIX

La remise des prix se fera le 30 juillet lors de l'arrivée du 14^{ème} RAID AUTO - PHOTO PARIS - CAP NORD sur l'Esplanade du Château de Vincennes, à partir de 17h.
N'oubliez pas d'inviter la famille, les amis et vos groupies !!!

INFOS DIVERSES

Pour ne pas se perdre

Voici deux adresses où vous trouverez à coup sûr vos cartes routières :

Librairie Ulysse
26, rue Saint-Louis-en-L'île
75004 PARIS
Tél. : 01 43 25 17 35
Fax : 01 43 29 52 10

L'Astrolabe
46, rue de Provence
75009 Paris
Tél : 01 42 85 42 95
Fax : 01 42 82 11 62

Vous pourrez aussi vous procurer les cartes en Scandinavie au cas par cas en complément du road book si vous le souhaitez (cf road book qui vous sera distribué le jour du départ).

Conseils pour l'argent

Il est plus sûr de prévoir de la monnaie pour les différents pays (en France avec un bon taux de change) :

- 500 couronnes suédoises
- 500 couronnes norvégiennes (à garder pour les petits ferry des îles Lofoten, du sud et des pistes à péages)*.
- 50 € au minimum en permanence (étapes de nuits en Finlande) Coupures 10 et 20.

L'idéal est d'avoir une Carte Bleue VISA Internationale (de préférence) ou une EUROCARD dans chaque véhicule. En revanche, les chèques de voyage sont jugés « encombrants »... mais il est vrai qu'en cas de perte, de vol, ou de casse de la carte bleue, ils permettent de continuer le voyage sans problème.

Un conseil d'un équipage suisse (l'argent, ils connaissent...) d'un raid précédent : payez tout ce que vous pouvez en cartes bleues, utilisez le liquide quand vous ne pouvez pas faire autrement. Ce qu'il vous restera à la fin du raid, le changer sur Oslo (vous ne perdrez pas grand chose !).

Conseils pour l'essence

Pour les stations d'essence, beaucoup sont équipées de pompes automatiques (avec des billets), prévoir donc de garder des coupures (notamment pour les étapes de nuit). Ne pas oublier d'apporter un jerrican d'essence (5L pour les véhicules avec peu d'autonomie), de le remplir et de ne l'utiliser qu'en cas d'extrême urgence. Pensez à faire le plein régulièrement, chaque soir au arrivées d'étapes.

Un peu de tenue !!

Nous vous demandons de prévoir une tenue de ville (robe, jupe ou pantalon habillé pour les femmes – chemise, pantalon et chaussures correctes) pour les accueils officiels. Merci de votre compréhension !!

LE DEPART A PARIS

N'oubliez pas de vous lever le 3 juillet au matin !

Courage pour cette première étape car la journée risque d'être longue pour tout le monde.

Les équipages arrivant de province pourront dormir le 2 juillet au soir sur l'Esplanade du Château de Vincennes (nous vous conseillons la belle étoile s'il fait beau). Un avant goût des bivouacs du raid !

L'étape commencera dès 6 heures du matin avec un petit-déjeuner pour prendre des forces et vous laisser le temps d'émerger. Ensuite, vous devrez passer sous la tente "Autocollants", la tente mécanique et administrative.

Nous vous donnons donc rendez-vous au plus tard à 6 heures le dimanche 3 juillet sur l'Esplanade du Château de Vincennes. Pour y accéder depuis la sortie du périphérique "Porte de Vincennes", prendre sur la droite (direction Vincennes) l'Avenue de Paris jusqu'au Château de Vincennes. Là, prendre sur la droite, le Cours des Maréchaux qui vous mènera jusqu'au parking.

POSE DES AUTOCOLLANTS DES SPONSORS OFFICIELS ET DE VOS SPONSORS

Attendez le jour du départ pour tous les mettre (éventuellement, si vous faites un pré-départ chez vous, mettez ceux de vos sponsors avec du scotch au dos afin de pouvoir les repositionner). De plus, un schéma explicatif vous sera distribué avec les emplacements à respecter pour les autocollants des sponsors officiels.

TIMING DU DEPART 03 juillet 2005

6h00 à 7h00	Accueil des participants & petit déjeuner
8h00	Point de rencontre avec Philippe et toute l'équipe de CAP NORD ORGANISATION, autour du podium. Distribution du programme de la journée.
A partir de 8h15	<ul style="list-style-type: none">● Distribution des autocollants des sponsors officiels, sous la tente "autocollants"● Passage des véhicules à la tente du mécanicien, vérification technique du véhicule● Pendant ce temps, un seul membre de l'équipage se rend sous la tente "administrative": vérification des différents paiements), des papiers en règle, de l'inscription aux épreuves sportives, distribution du Road-book et du trombinoscope.● Baptême des véhicules près du podium (n'oubliez pas votre code CB et le cri du raid !).
10h00	Déclaration d'ouverture du 14 ^{ème} raid PARIS - CAP NORD Résultats Trophée Photo Départ
10h30	Photo de famille du 14 ^{ème} PARIS - CAP NORD
11h00	Les équipages s'installent dans leurs véhicules, attachent leur ceinture, retiennent leur respiration, font rugir leur moteur et c'est le moment tant attendu : LE DEPART BONNE ROUTE !!!!

POUR NOUS CONTACTER

CAP NORD ORGANISATION

50, av. Lacassagne
69003 LYON

organisation@pariscapnord.com

Tél. : 04 72 33 32 88 (n'hésitez pas à nous laisser des messages avec votre numéro de téléphone)

Fax : 04 72 36 89 53

Portable de Philippe BOUCHER : 06 80 96 33 33 (pour les questions urgentes)

Pour le suivi de votre dossier d'inscription, vous pouvez contacter Alexandra de préférence par mail à : alexandra@pariscapnord.com ou au bureau à partir du 13 Juin (sauf le 14 Juin).

INTERNET

site web : www.pariscapnord.com

e-mail : organisation@pariscapnord.com

LE SUIVI MEDIATIQUE

Cette année encore, vous êtes de plus en plus nombreux à vous investir à fond dans la préparation du PARIS - CAP NORD. Pour soutenir vos démarches sponsors, vous avez certainement dû faire appel à des media locaux ou nationaux.

Il serait très sympa de nous tenir au courant de vos actions avec ces différents médias afin que nous puissions comptabiliser de façon précise les retombées du 14^{ème} raid et aussi pour vous aider à mettre en œuvre un suivi media durant tout le parcours.

Merci de nous indiquer vos suivis médiatiques et vos contacts médias :

A nous renvoyer avec la fiche réponse !

Perspectives médiatiques 2005 :

Partenaires médiatiques :

Partenariat National Geographic Suède, Finlande, Danemark et Norvège.

TV5 Europe avec campagne publicitaire et suivi rédactionnel

Suivi habituel avec réalisation de sujets :

France 2 actualité

France 3

France Info

France Inter

Europe 1

RTL

Etc...

CE QUE VOUS DEVEZ NOUS REGLER AVANT LE 17 JUIN 2005

Equipage n°:

NOMS ET PRENOMS :

Traversée Kiel - Gotteborg :

Prix: 1 voiture normale = 150 Euros (voiture > 2 mètres = 306 Euros !!!)

1 adulte = (traversée, cabine, dîner, petit-déjeuner) = 80 Euros

1 enfant = (4 à 14 ans) = 63 Euros (- de 4 ans = gratuit)

Nombre d'adultes :	Montant :	...
Nombre d'enfants de ... à ... ans :	Montant :	...
Nombre d'enfants de ... à ... ans :	Montant :	...
Véhicule avec une hauteur de	Montant :	...
Total :	

Traversées Stockholm – Åland et Åland - Helsinki :

Prix : 1 voiture normale = 75 Euros (voiture > 2,40 m = 95 Euros)

1 adulte (traversée, cabine, dîner, petit-déjeuner) = 105 Euros

1 enfant (6 à 12 ans) = 50 Euros (- de 6 ans = gratuit)

Nombre d'adultes :	Montant :	...
Nombre d'enfants de ... à ... ans :	Montant :	...
Nombre d'enfants de ... à ... ans :	Montant :	...
Véhicule avec une hauteur de	Montant :	...
Total :	

Traversée Oslo - Copenhague :

Prix : 1 voiture normale = 60 Euros (voiture > 1,85 m = 74 Euros)

1 adulte (traversée, cabine, dîner, petit-déjeuner) = 145 Euros

1 enfant (4 à 15 ans) = 75 Euros (- de 4 ans = gratuit)

Nombre d'adultes :	Montant :	...
Nombre d'enfants de ... à ... ans :	Montant :	...
Nombre d'enfants de ... à ... ans :	Montant :	...
Véhicule avec une hauteur de	Montant :	...
Total :	

NB : Les autres traversées sont à régler sur place (prévoir le liquide cf détails dans ce dossier. Par contre, le ferry du 29 juillet, de RODBY à PUTTGARDEN = paiement possible en carte bancaire sur place (60 Euros par voiture environ).

Les campings :

Prix fixé par voiture

13 nuitées en camping (par équipage) Montant : 198 Euros par équipage

(Plenttenberg X2, Hankasalmi, Juuma X2, Grovfjord, Digermulen, Hede X 2, Bismo, Gliterheim, Prestfoss, Nyord)

Les 4 repas :

Quatre repas organisés (Cap Nord, Hede , Lofoten et surprise) = 50 Euros par personne

(enfants < 6 ans = gratuit)

Nombre de personnes : ...

Montant : ...

Surprise des Lofoten : 70 Euros par personne

Nombre de personnes :

Montant :

EPREUVES SPORTIVES

lancer de bottes

oui

non

course d'orientation

oui

non

ascension du Glittertind

oui

non

Le vrai Cap Nord

oui

non

Descente de ski (paiement sur place)

oui

non

Environ 350 Couronnes norvégiennes (forfait + équipement)

Les développements photo :

4 films de 36 poses par semaine :

Kuusamo 4 films = 70 Euros

Svolvear 4 films = 70 Euros

Oslo 4 films = 70 Euros

Trophée Aland (1 pellicule) = 20 Euros

Trophée Helsinki (1 pellicule) = 20 Euros

Trophée Cap Nord (1 pellicule) = 20 Euros

Soit un total de

Je fais : de la photo numérique et/ou de la photo argentique

Total traversées =

Total Campings = 198 Euros

Total Repas =

Total développements photo = 270 Euros

Surprise des Lofoten =

Total général à régler par chèque à l'ordre de Cap Nord Organisation avant le 17 JUIN 2005 :

QUESTIONNAIRE MEDICAL CONFIDENTIEL

A nous envoyer dans une enveloppe fermée

PHOTO

NOM : Prénom :
AGE : Sexe :
EQUIPAGE n° : Modèle de voiture et couleur :
Nationalité :

ETES-VOUS

ASTHMATIQUE ? :

EPILEPTIQUE ? :

DIABETIQUE ? :

ALLERGIQUE ? :

A QUOI ? :

Prenez-vous actuellement des médicaments ?

Si oui, lesquels ?:

Avez-vous d'autres détails importants à communiquer ?

En cas de problème médical, quelles sont les coordonnées des personnes à prévenir ?

Souhaitez vous nous rencontrer pour nous parler plus précisément de votre santé ?

CHECK-LIST

Le 3 Juillet 2005, vous devez vous présenter au départ du Raid en possession des documents suivants :

- Papiers d'identité de chacun des participants en cours de validité
- Carte grise du véhicule
- Permis de conduire
- Contrôle technique récent du véhicule (pour les véhicules de plus de 5 ans)
- Assurance-rapatriement de chaque participant avec n° de téléphone depuis l'étranger
- Paiement des frais d'inscription et des traversées maritimes à jour.
- CB installée
- Téléphone portable
- Carte Européenne (ou l'(ancien Formulaire E111) de prise en charge des soins médicaux à l'étranger

RAPPEL DES INFORMATIONS IMPORTANTES

- Fiche contrôle technique obligatoire pour tout véhicule âgé de plus de 5 ans (selon règles françaises).

- Les reportages écrits devront être réalisés durant la période indiquée.

- N'oubliez pas de prendre vos deux jours de reportages (points de contrôles non comptabilisés), à condition de nous prévenir la veille.

- Coordonnées de votre assurance de rapatriement (avec n° de téléphone) ou alors souscription obligatoire de celle de l'organisation.

- Ne pas surcharger votre véhicule. En général, les équipages reviendront avec de nombreuses boîtes de conserves pleines.

- La CB et le téléphone mobile sont obligatoires.

- Des tirages papier sont demandés pour les jurys photo pendant le raid. Diapos interdites pour le classement général.

- N'oubliez pas que vous devez nous envoyer une photo papier format 10x15 cm de votre choix (photo voyage de préférence) pour participer au concours du départ "Première photo". Cette photo sera jugée avant le départ du raid 2005.

- Fournir à l'inscription :
 - 3 photos d'identité
 - photocopies des passeports ou cartes d'identités
 - photocopies des permis de conduire
 - fiche contrôle technique (véhicules de plus de 5 ans)
 - photocopie de vos assurances rapatriement (auto + personnes)
 - autorisation d'hospitalisation pour les enfants mineurs sans leurs parents
 - votre "première photo".

- Penser à emporter une fiche de prise en charge (Carte Européenne ou ancien formulaire E 111) de la sécurité sociale (pour faciliter les remboursements de frais médicaux).

TRES IMPORTANT !!!

**Lorsque vous nous rendrez vos 12 photos sélectionnées
(2 par thème chaque semaine),
Il est impératif de bien noter au dos de chaque photo :**

- **votre numéro d'équipage** : exemple « équipage 12 »
 - **le numéro du jury** (de 1 à 3) « jury 1 » etc....
 - **le thème de la photo** (paysage, portrait, l'image d'actualité, vie du raid, les couleurs, libre,)
- **« Photo A » ou « Photo B »** car 2 photos par thème.