

RAID PEDESTRE EN RELAIS

# TRANS BENIN

de COTONOU à PARAKOU

490 KMS

31 janvier/08 février 2016



## Recette du cocktail :

**aventure**, boubous, rire, **défi**, humanité, solidarité, joie de vivre, respect, amitié, tong, voyage, vodous, terre, **Afrique**, espoir, sandales, couleurs, **volonté**, gris-gris, chaleur, envies, partage, différences...



Date limite d'inscription 15 septembre 2015

*“Si tu veux aller vite, vas seul*

*Si vous voulez aller loin, allez ensemble”*



## PROGRAMME

**Dimanche 31 janvier** : Arrivée à COTONOU, dîner, nuit à l'hôtel

**Lundi 1<sup>er</sup> février** : Transfert pour OUIDAH, à «la porte du non-retour», lieu de départ du raid, par le chemin des esclaves.

Visite du musée du Temple du Python

Visite du musée du Fort Portugais

Briefing, remise des roadbooks, présentation des équipes, nuit à l'hôtel

**Mardi 2 février** **ETAPE 1 Ouidah - Agonlin Houégbo 180 kms** (route et piste)

départ 6h arrivée estimée 24h (moyenne 10km/h)

**Mercredi 3 février** étape de repos Visite de la vallée des rois et du site archéologique (ABOMEY-BOHICON)

**Jeudi 4 février** **ETAPE 2 Agonlin Houégbo - Savé 130 kms** (route et piste)

départ 7h arrivée estimée 20h

**Vendredi 5 février** **ETAPE 3 Savé – PARAKOU 180 kms** (route)

**Samedi 6 février** 10 kms de PARAKOU ou pour les plus courageux, semi marathon voir marathon de PARAKOU

Visite de la ville, de son marché, balade en zem

**Dimanche 7 février** matinée libre, 12h départ pour COTONOU,  
20h Envol COTONOU/PARIS

**Lundi 8 février** arrivée vol PARIS

### **FORMALITES/SANTE**

- . Passeport valide 6 mois après le retour
- . Visa à demander à l'ambassade du Bénin à Paris, ou à Lyon, retrait groupé possible par une seule personne
- . Vaccination de la fièvre jaune, carnet de vaccination, traitement anti palud (ordonnance nécessaire).
- . Assurance rapatriement personnelle

### **BON A SAVOIR :**

- . lever du jour 6h30 coucher du soleil 18h30
- . température moyenne 30° taux d'humidité élevé à Cotonou, diminuant en allant au nord (Parakou)
- . possibilité pour accompagnateurs (ami ou famille) de suivre le parcours du raid avec retrouvailles aux étapes, programme touristique adapté, attention places limitées
- . budget à prévoir :
- . vol Paris/Cotonou/Paris à réserver au plus tôt (environ 800 €)
- . Inscription incluant couchage, repas, visites organisées, assistance course, location et carburant véhicules courses : env 700 €

### **ORGANISATION :**

Oblats Saint François de Sales, OSFS, PARAKOU/BENIN

[www.marathon-slesien.fr](http://www.marathon-slesien.fr)

- . contact sur place : Guillaume Kambounon [petitguill@yahoo.fr](mailto:petitguill@yahoo.fr),  
+22997397940
- . Infos : [andremonier@yahoo.fr](mailto:andremonier@yahoo.fr)

## Départ du Marathon de Parakou



Enfants du Bénin debout la liberté d'un cri sonore chante aux premiers feux de l'aurore, enfants du Bénin debout.

Jadis à son appel nos aïeux sans faiblesse ont su avec courage et ardeur pleins d'allégresse livrer au prix du sang des combats éclatants accourez vous aussi bâtisseurs du présent plus forts dans l'unité et chaque jour à la tâche pour la postérité construisez sans relâche.

Enfants du Bénin debout la liberté d'un cri sonore chante aux premiers feux de l'aurore, enfants du Bénin debout. Quand partout souffle un vent de colère et de haine. Béninois, sois fier, et d'une âme sereine, confiant dans l'avenir, regarde ton drapeau !

Dans le vert tu liras l'espoir du renouveau, de tes aïeux le rouge évoque le courage, des plus riches trésors le jaune est le présage.

Enfants du Bénin debout la liberté d'un cri sonore chante aux premiers feux de l'aurore, enfants du Bénin debout.

Tes monts ensoleillés ; tes palmiers, ta verdure, cher Bénin, partout font ta vive parure. Ton sol offre à chacun la richesse des fruits. Bénin, désormais que tes fils tous unis d'un fraternel élan partagent l'espérance, de te voir à jamais heureux dans l'abondance.

Enfants du Bénin debout la liberté d'un cri sonore chante aux premiers feux de l'aurore, enfants du Bénin debout.

