



# Le Trail aux Etoiles en Pays Vignais 2010

## Fiche coureur

### Programme

La Halle aux sports du Vigan est située en bordure du Parc des Châtaigniers :

**Samedi 6 mars**      **15h00 – 23h30** Accueil des coureurs et remise des dossards à la Halle aux Sports du Vigan. Animation vidéo. Soupe de légumes.  
**23h30** Briefing des coureurs  
**24h00** Départ du trail 65Km devant la Halle aux Sports

**Dimanche 7 mars**      **0h00** Départ du trail 65Km devant la Halle aux Sports  
**6h00 – 8h20** Accueil des coureurs et remise des dossards du trail 21Km à la Halle aux Sports du Vigan. Café et thé lors de l'accueil des coureurs.  
**6h30** Arrivée des premiers coureurs du trail 65Km  
**8h00 – 8h30** Départ en bus du Vigan pour rejoindre Arre (ville de départ du 21Km)  
**9h00** Départ du trail 21Km à Arre  
**10h45** Arrivée des premiers coureurs du trail 21Km  
**11h00 – 15h30** Repas pour tous dans la Halle aux Sports  
**A partir de 11h00** Remise des prix et arrivée des derniers coureurs jusqu'à 12h00

### Consignes de sécurité

- En cas d'abandon, se signaler et remettre le dossard au point de contrôle le plus proche.
- Rester vigilant, et suivre le balisage composé de marquages au sol, de rubalise et de panneaux
- En cas d'incident sur le parcours prévenir le point de sécurité suivant, en indiquant si possible le numéro de dossard du coureur éventuellement en difficulté, ainsi que la nature apparente du problème. (Si portable, prévenir le PC course au 04 67 81 80 81).
- Si autre problème, contacter le PC Course (Gymnase Le Vigan) : 04 67 81 80 81
- Pour le trail de 65Km :
  - L'épreuve comporte 4 ravitaillements BIO : Km16 l'Arboux, Km28 Aulas, Km44 Arre et à l'arrivée.
  - Barrière horaire au 44<sup>ème</sup> km à Arre à 8h30
  - **Obligation pour tous** de se faire pointer auprès des contrôleurs à l'intérieur de chaque ravitaillement.
  - Deux descentes difficiles, plusieurs passages assez techniques.
  - Matériel obligatoire : lampe frontale (avec piles de rechange), couverture de survie, sifflet, réserve d'eau de 1,5 l (porte bidon ou poche à eau), veste technic.
- Pour le trail de 21Km :
  - L'épreuve comporte 3 ravitaillements BIO : Km 7 à Navas, Km 14 à La Tessone et à l'arrivée.

**Informations sur la course :**      DENIVELE POSITIF : +2800M (65Km) / +650M (21Km)



Des douches sont disponibles à l'arrivée à la Halle aux Sports.

Les résultats provisoires seront disponibles à l'arrivée.

Les résultats complets seront sur le site internet <http://www.pven.org> à partir du soir même.

Bonne course à tous