

Sur les chemins de Notre Dame de Lorette

Road Book

Trail de la Montagnarde
ABLAIN ST NAZAIRE

PROGRAMME

Samedi 21 juin 2025

10h00	Retrait des dossards De 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h00
16h00	Fermeture du site

Dimanche 22 juin 2025

8h00	Retrait des dossards A partir de 8h00 et 30 min avant le départ de chaque course
9h30	Départ du 25 km
De 9h30 à 10h30	Départ libre de la randonnée
9h45	Départ du 1 km
10h00	Départ du 2 km
10h30	Départ du 9 et 16 km
11h00	Remise des récompenses du 2 km
12h00	Remise des récompenses du <ul style="list-style-type: none">- 9 km- 16 km- 25 km

DÉPART ET ARRIVÉE de COURSE et de RANDONNÉE

Place de la Mairie 62153 ABLAIN SAINT NAZAIRE

Le village course (retrait dossard, consigne, ravitaillement, bar, friagerie) est installé dans la cour de récréation de l'école, sur la place de la Mairie.

SERVICES

Stationnement



Le parking de la place de la mairie sera limité en nombre de place de stationnement

Le stationnement se fera dans les rues d'Ablain Saint Nazaire.

Quelques places au stade de foot Fernand Cornille et le reste dans la rue principale et les rues parallèles à la place de la mairie. Merci de respecter le code de la route et les règles de savoir vivre.

Consigne sur place

De 8h00 à 13h00 : Noter votre numéro de dossard sur l'étiquette prévue à cet effet. Nous déclinons toute responsabilité en cas de perte ou de vol.

16 km – 180m D+



PROFIL DU TOUR

Élévation ▾ Sélection vide - cliquez et déplacez sur le profil pour sélectionner un segment ou un itinéraire.



▲ Point le plus élevé 190 m

▼ Point le plus bas 90 m

25 km – 360m D+



PROFIL DU TOUR

Élévation ▾ Sélection vide - cliquez et déplacez sur le profil pour sélectionner un segment ou un itinéraire.



▲ Point le plus élevé 190 m

▼ Point le plus bas 90 m

LIMITES HORAIRES

Le temps maximum alloué pour la course :

- du 9 km (trail et randonnée) et du 16 km est de 3h00
- du 25 km est de 4h00. D'autre part le temps de passage maximum au 16^{ème} km est de 2h30.

Passé ces délais, le dossard sera retiré par un membre de l'organisation. Les concurrents considérés comme hors course, pourront continuer sous leur propre responsabilité et devront alors se conformer aux dispositions du Code de la Route.

CHRONOMÉTRAGE

Le chronométrage sera effectué grâce à une puce collée au dossard, qui pourra servir de contrôle de régularité de course à divers points du parcours. Le classement est établi sur le temps officiel. Cette puce est jetable. Les randonneurs seront équipés d'un dossard mais la randonnée ne sera pas chronométrée.

RAVITAILLEMENT

1 ravitaillement sera proposé :

- à 5 km sur le parcours du du 9 km (trail et randonnée)

2 ravitaillements seront proposés :

- à 13 km et 21 km sur le parcours du 25 km.
- à 7 km et à 12 km sur le parcours du 16 km

Un ravitaillement sur la ligne d'arrivée est proposé pour le 1 km, le 2 km, le 9 km (course et marche), le 16 km et le 25 km.

Pensez à prévoir, pour vous hydrater, de vous munir d'une réserve d'eau (flasque, gourde ou poche style camel-back).

Il n'y aura pas de gobelets sur les ravitaillements du parcours.

SÉCURITÉ

Les poussettes, bicyclettes, engins à roulettes et les animaux sont formellement interdits sur le parcours. Seuls les vélos et les motos de l'organisation, ainsi que les véhicules de gendarmerie, de secours sont autorisés à circuler sur le parcours.

Pour la sécurité de tous, le comité d'organisation met en place un balisage lors des changements de direction importants et le complète par de la rubalise



RÉCOMPENSES

Une bière ou un soft offert à l'arrivée à chaque participant sur présentation du dossard.

Une flasque de 50 cl ou un tour de cou offert aux 800 inscrits (sauf pour le 1km, le 2 km et la marche) par notre partenaire, la boulangerie L'Ami Pierrot à Ablain Saint Nazaire ;



Un lot pour les 3 premiers du scratch homme et femme de chaque courses adultes : Sac et Produits locaux

Un lot pour les 3 premiers du scratch garçon et fille de la course du 2 km : Sac à chaussure et Produits locaux.

Une médaille offerte à chaque enfant pour le 1 km.