

TRAIL – REGLEMENT

Article 1 : Organisation

Pour les sorties de jeudi et vendredi, 2 parcours seront proposés (court et long) afin de s'adapter aux niveaux et à la forme des traileurs.

Les 2 parcours feront la première partie en commun afin d'arriver au point de ravito.

La deuxième partie se fera séparément avec un même point d'arrivée.

Pour les compétiteurs, un mini-challenge sera proposé sur un segment STRAVA.

Article 2 : Confirmation engagements

Les participants devront se présenter à la gare de Strasbourg aux horaires indiqués :

- Jeudi 9 mai à 9h15
- Vendredi 10 mai à 9h00
- Samedi 11 mai à 8h00

Il faudra penser à se munir du matériel adéquat pour participer à ce type de course, notamment une gourde et un téléphone portable afin de pouvoir rester joignable en cas d'urgence. Une liste non exhaustive peut être retrouvée sur la page du Trail.

Article 3 : Planning

Plus de détails, des liens vers les parcours et des photos sont mises à disposition sur la page du Trail.

Judi 9 mai :

Départ de la gare de Strasbourg à 9h36 (rendez-vous 9h15) pour rejoindre Schirmeck dans la vallée de la Bruche.

2 parcours vous seront proposés :

- Niveau 1 : 22,2 Km pour 925m de D+
- Niveau 2 : 27,3 Km pour 1028m de D+

12h30 : Pause déjeuner au col du Donon

14h30 : Un 2nd ravitaillement en eau sera proposé sur le parcours long au 13^{ème} Km

17h08 : Départ de la gare de Schirmeck pour retour vers Strasbourg. Arrivée prévue à 17h54.

Vendredi 10 mai :

Départ de la gare de Strasbourg à 9h24 (rendez-vous 9h00) pour rejoindre Barr.

2 parcours vous seront proposés :

- Niveau 1 : 18,7 Km pour 919m de D+
- Niveau 2 : 30,6 Km pour 1105m de D+

12h30 : Pause déjeuner au niveau du Mont Saint Odile

15h00 : Un 2nd ravitaillement sera proposé sur le parcours long au niveau du 20^{ème} Km

17h07 : Départ de la gare de Barr pour retour vers Strasbourg. Arrivée prévue à 17h44.

Samedi 11 mai (facultatif):

Pour bien finir cet événement sportif un dernier parcours sera proposé pour les plus courageux d'entre vous.

Départ de la gare de Strasbourg à 8h19 (rendez-vous 8h00) direction Saverne.

Au programme un circuit 12 Km et 500m de D+

Attention !!! Aucun ravitaillement ne sera proposé. Pensez bien à prendre suffisamment d'eau.

11h15 : Départ de Saverne pour retour vers Strasbourg. Arrivée prévue à 11h40.

Article 4 : Récompenses

Pour les compétiteurs, un mini-challenge sera proposé sur un segment STRAVA.

Des médailles seront remises aux 3 meilleurs temps Femmes et Hommes pour les parcours du jeudi et du vendredi.

Article 5 : Résultats

Les résultats seront affichés sur place et mis en ligne sur le site [ASCM – site de l'Alliance Sportive Crédit Mutuel](#) et sur le serveur discord des Playades.