



Alpin Trail de Pichauris 2024

ROAD BOOK

Venir à Pichauris

Votre accès à Pichauris : **par la D908** : route des Termes **puis la D46A**. Route de Gréasque à Pichauris. Parking obligatoire ici : <https://goo.gl/maps/JMgy1nKreyvijnmp6>

Veiller à optimiser le stationnement et à fermer votre véhicule.

500m à pied pour rejoindre le village départ.

 Nous vous invitons à privilégier le co-voiturage !

Les parcours

PARCOURS	EXPERT	ELITE	SPORT	DÉCOUVERTE
KM/D+	85km/4400D+	44km/2300D+	21km/1100D+	12km/470D+
Départ	Samedi 9 nov 9h00	Dimanche 10 nov 8h00	Dimanche 10 nov 10h00	Samedi 09 nov à 13h
Briefing	Samedi 9 nov 8h45	Dimanche 10 nov 7h45	Dimanche 10 nov 9h45	Samedi 09 nov à 12h45
Retrait dossards	Samedi 09 nov De 6h00 à 8h45	09 nov de 14h30 à 17h30 10 nov de 6h à 07h45	09 nov de 14h30 à 17h30 10 nov de 7h à 09h45	09 nov de 11h à 12h45
Bâtons	AUTORISES	INTERDITS	INTERDITS	INTERDITS
Balisage	ORANGE	ROUGE	BLEU	VERT

⊕ Le PC Course

Joignable 24h/24h au **06 98 00 79 23** (Éric)

En cas d'urgence, vous devez d'abord appeler le 112 avant d'appeler le PC Course.

En cas de besoin :

- Un poste de secours H24 au village départ/arrivée

Σ^x La trace

Les risques de débalisage sauvage existant toujours, nous vous conseillons vivement de télécharger la trace de votre course sur www.alpintrail.fr

Les barrières horaires

BARRIERES HORAIRES						
	EXPERT	Points kilométriques	ELITE	Points kilométriques	SPORT	Points kilométriques
Heure de départ	09h00	0	8h00	0	10h00	0
Les Marres (ravito)	13h06	20				
Notre Dames des Anges (ravito)	17h05	39				
Retour Pichauris (ravito)	19h56	52				
Sommet du Garlaban (contrôle)	00h03	72	14h01	27		
Arrivée Pichauris	02h42	85	17h06	41	14h46	21

Où voir les coureurs ?

Expert :

Traversée D46A km 3 : <https://goo.gl/maps/eGCgUHwXpnsopSN77>

Ravitaillement de Mimet km 18 : <https://maps.app.goo.gl/tCrcind52SBQUdgg9>

Passage sous la D908 km 45 : <https://goo.gl/maps/RipVzXgoggWmZxki6>

Ravitaillement de Pichauris km 52 : <https://goo.gl/maps/X5GLZAEZpCdhecqH6>

Elite :

Passage sous la D908 km 11 : <https://goo.gl/maps/RipVzXgoggWmZxki6>

Bas du vallon de Lascours km37 : <https://goo.gl/maps/x38uZcofkUqDNLr79>

(Se garer dans le village <https://goo.gl/maps/tmco15ghu2SFHFGb6> et y aller à pied, pas de parking sur place)

Sacs de délestage et vestiaires :

Vestiaires : Un espace sera prévu pour déposer vos sacs vestiaire, cependant cet espace ne sera pas gardé et l'organisation ne pourra être tenue responsable de vols éventuels. Pour ceux qui le peuvent nous vous recommandons d'utiliser plutôt votre véhicule comme vestiaire.

Sacs de délestage : Pour les coureurs Expert, vous pourrez, si vous le souhaitez laisser un sac de délestage au ravitaillement de Pichauris au km 52 (à 50m du village départ/arrivée.).

LIVE & Résultats

<https://chronosports.fr/classification/alpintrailpichauris-2024>

Ravitaillements :

	EXPERT			ELITE			SPORT			DÉCOUVERTE	
	Dist.	D+		Dist.	D+		Dist.	D+		Dist.	D+
MIMET	17,7	1060									
ND DES ANGES	38,1	2147									
PICHAURIS	51,6	2706									
D908				11,4	415						
BAUME SOURNE	64,6	3528		26,1	1383		6,3	406			
LE DEFENS	80	4375		39,9	2280		17,2	1056			
POINT 652 DFCI										6,4	452

MATÉRIEL OBLIGATOIRE :

POUR L'ENSEMBLE DES PARCOURS, LE PORT DE CHAUSSURES DE TRAIL EST OBLIGATOIRE. En complément, le matériel ci-dessous est obligatoire pour les parcours Expert, Elite et Sport.

EXPERT	ELITE	SPORT	DÉCOUVERTE
<ul style="list-style-type: none">- Réserve d'eau de 1,5L minimum- Veste imperméable avec capuche non détachable- Lampe frontale avec piles avec batterie ou piles de rechange- Couverture de survie- Sifflet- Téléphone mobile- Réserve alimentaire- Gobelet- Chaussures de trail	<ul style="list-style-type: none">- Réserve d'eau de 1,5L minimum- Couverture de survie- Sifflet- Téléphone mobile- Réserve alimentaire- Gobelet- Chaussures de trail	<ul style="list-style-type: none">- Réserve d'eau de 1L minimum- Couverture de survie- Sifflet- Téléphone mobile- Réserve alimentaire- Gobelet- Chaussures de trail	<ul style="list-style-type: none">- Réserve d'eau de 0,5L minimum- Couverture de survie- Sifflet- Téléphone mobile- Réserve alimentaire- Gobelet- Chaussures de trail