

Trail du Soleil Levens

Infos et inscriptions en ligne: www.raidedhec.com Contact: contact-trail@raidedhec.com

PARCOURS DE L'OURS 30KM

PARCOURS DU DRAGON 15KM

PARCOURS DE LA LOUTRE 6KM

RANONNÉE DU SOLEIL 9KM

PASTA PARTY

DIMANCHE 2 DÉCEMBRE

raid edhec

FAQ 4^{ème} Trail du Soleil Levens

▪ Se rendre au Trail du Soleil Levens :

- En covoiturage : dans une démarche écologique, vous pouvez partager une voiture avec d'autres participants du Trail en vous connectant sur **ridygo** (www.ridygo.fr)

- Il suffit de prendre le bus 89 qui part de l'arrêt Vauban à Nice et qui va en direction de Levens.

- Pour la randonnée (9,5km) : départ de Vauban à 7h25 pour une arrivée à 8h30. L'épreuve débutera à 9h.

- Pour le parcours de l'Ours (29,3 km) : départ de Vauban à 7h25 pour une arrivée à 8h30. L'épreuve débutera à 9h30.

- Pour le parcours du Dragon (15,6km) : départ de Vauban à 8h30 pour une arrivée à 9h30. L'épreuve débutera à 10h30.

- Pour le parcours de la Loutre (6,3km) : départ de Vauban à 8h30 pour une arrivée à 9h30. L'épreuve débutera à 11h.

A vous de jouer maintenant !

Plus d'informations sur www.raidedhec.com

- En voiture : le rendez-vous a lieu à l'école maternelle des Oliviers, à côté du gymnase du Rivet à Levens. Un organisateur sera présent pour vous indiquer où



vous garer. Attention les places sont limitées, pensez aux transports en commun !



▪ Quelles sont les horaires et étapes du Trail ?

- Chaque parcours a son propre horaire de départ :
 - Pour la randonnée pédestre du Soleil, le départ se fera à 9h.
 - Pour le parcours de l'Ours, le départ se fera à 9h30.
 - Pour le parcours du Dragon, le départ se fera à 10h30.
 - Pour le parcours de la Loutre, le départ se fera à 11h.
- Barrières horaires
 - Parcours de l'Ours : 15h30
 - Parcours du Dragon : 13h30
 - Parcours de la Loutre : 13h
- A votre arrivée sur le village de départ : check matériel et retrait des dossards, accès aux vestiaires, aux douches et aux toilettes et "bagagerie".
- 7h30 : début du retrait des dossards. Il se terminera à 10h30.

Ainsi les participants non-inscrits pourront, munis de leur certificat médical ou de leur licence et d'un chèque au montant du prix de la course, compléter leur dossier et récupérer leur dossard.

- A noter que tous les participants doivent être 5 minutes avant sur la ligne de départ pour le briefing sécurité.

▪ Quel kilométrage/dénivelé ?

Parcours de l'Ours	Parcours du Dragon	Parcours de la Loutre	Randonnée pédestre du Soleil
29,3km	15,6km	6,3km	9,5km
1778m de D+	936m de D+	263m de D+	380m de D+

▪ Qui sera récompensé ?

Cette année, il y aura 2 récompenses sur le podium :

- 3x3 Scratch masculin et féminin / 3x1 Sénior masculin et féminin
- 3x1 M1 Masculin et féminin / 3x1 M2 Masculin et féminin / 3x1 M3 Masculin et féminin
- 3x1 Espoir masculin et féminin / 2x1 Junior masculin et féminin

La présence des participants récompensés à la remise des prix est obligatoire. En cas d'absence, les prix seront acquis par l'organisateur. La répartition des dotations est à la libre appréciation de l'organisateur. De plus, il n'y aura pas de cumul des récompenses pour le coureur en cas de podium pour sa catégorie et pour le scratch.

▪ Quel est le matériel nécessaire ?

Matériel obligatoire	Matériel conseillé	Matériel fourni par l'Orga
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Une veste coupe-vent/imperméable à manches longues ✓ Une casquette/bonnet/buff pour se couvrir en fonction des conditions climatiques ✓ Un certificat médical ou licence ✓ Une pièce d'identité ✓ Une paire de chaussures adaptée 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Un téléphone portable chargé ✓ Un sifflet ✓ Une réserve en eau de minimum 0,5L ✓ Des barres ou gel énergétiques ✓ De l'argent pour profiter de la buvette 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Un dossard propre et porté de façon visible + des épingles ✓ La puce électronique allant de pair avec le dossard ✓ Un ecocup



▪ Y aura-t-il des ravitaillements ?

- Pour la randonnée du Soleil (9,5km) :
 - Un ravitaillement à mi-parcours
 - Un ravitaillement complet à l'arrivée
- Pour le parcours de la Loutre (6,3km) :
 - Seulement un ravitaillement complet à l'arrivée!
- Pour le parcours du Dragon (15,6km) :
 - Un ravitaillement eau situé au km n°6
 - Un premier ravitaillement complet situé au km n°8
 - Un ravitaillement complet à l'arrivée
- Pour le parcours de l'Ours (29,3km) :
 - un premier ravitaillement eau situé au km n°6
 - trois ravitaillements complets situés au km n°11,5, au n°18 et au n°21,5
 - un ravitaillement complet à l'arrivée

- En fonction des conditions météo, un ravitaillement eau pourra être rajouté à 3,5km de l'arrivée pour les parcours de 15,6km et 29,3km.

▪ Comment déjeuner ?

Une super **Pasta Party** est prévue sur le village d'arrivée **en face du ravitaillement d'arrivée** ! Un moment de détente et de convivialité autour d'un plat de pâtes.

Pensez aussi à prendre de l'argent pour pouvoir profiter de la buvette sur le village d'arrivée.

▪ L'arrivée

Le départ et l'arrivée se feront au même endroit, à l'Ecole Maternelle Les Oliviers, juste en dessous du Gymnase du Rivet (Nord de Levens).

▪ Quelles sont les conditions d'inscription ?

Tous les participants doivent avoir **15 ans** révolus au 3 décembre 2018 pour le parcours de 6,3km, **18 ans** révolus pour le parcours de 15,6km, et **20 ans** pour le parcours de 29,3km.

Tout participant dont le dossier d'inscription ne sera pas complet se verra refuser le départ.

Les concurrents non licenciés fournissent, à leur inscription, un certificat médical de moins d'un an au jour de la course avec la notification spécifique de **non contre-indication à la pratique de la course à pied / trail**. Les concurrents licenciés FFA, Pass'Running, FF Triathlon, FFCAM compétition, ou licenciés avec la mention athlétisme pour FSGT, UFOLEP, FSCF doivent fournir leur licence en cours de validité. Ces documents devront être fournis lors de la constitution du dossier sur internet ou devront être remis à l'organisation durant les vérifications administratives. Les documents seront conservés jusqu'à la proclamation des résultats et pourront être rendus après sur demande.

Vous pouvez rendre ces documents avant le départ dernier délai.

Tarifs d'inscription :

	Parcours de l'Ours (30 km)	Parcours du Dragon (15 km)	Randonnée du Soleil	Parcours de la Loutre (6km)
Sur place	31 €	21 €	6 €	12 €



- **Peut-on changer de parcours au dernier moment ?**

Le changement de parcours le jour J (dimanche 2 décembre) n'est pas possible.

- **Peut-on voir les parcours avant le jour J ?**

Vous pouvez retrouver la présentation des différents parcours sur le site :

<https://www.raidedhec.com/trail/presentation/#parcours>

- **A partir de quel âge peut-on participer aux différents parcours ?**

Tous les participants doivent avoir **15 ans** révolus au 3 décembre 2018 pour le parcours de 6,3km, **18 ans** révolus pour le parcours de 15,6km, et **20 ans** pour le parcours de 29,3km.

- **En cas d'urgence, vers qui se tourner ?**

Vers la Croix Rouge présente tout au long du parcours et à l'arrivée.

- **En cas de petite blessure, vers qui se tourner ?**

Un médecin sera présent sur le village d'arrivée.

- **A quelle heure se fera la remise des prix ?**

13h30.

- **Qui contacter en cas de force majeure ?**

Vous pouvez contacter :

Yann Manson	Directeur de l'événement	06 02 08 34 12
Brune Malnati	Responsable logistique	06 04 51 18 52
Théo Pénot	Directeur de course	06 04 17 03 51

- **Remarque(s)**

Chaque participant est tenu de porter assistance à un autre coureur s'il le voit en difficulté lors de la course.

