



# Trail de l'Argent Double

ROAD BOOK 2024

## MATERIEL OBLIGATOIRE :

Sur les parcours des 28km et 52km, les coureurs doivent impérativement emporter un téléphone avec le numéro de téléphone du coordinateur sécurité qui sera indiqué lors du retrait des dossards, une réserve d'eau de 1 litre minimum et une couverture de survie.

Une veste coupe-vent est recommandée en cas de temps froid.

L'utilisation de bâtons de trail est autorisée.

## BALISAGE :

Rubalise rouge, et rubalise orange personnalisée « groles trotteurs du minervois » réfléchissantes, + piquets .



# DEROULEMENT DE LA JOURNEE DU 30 ET 31 MARS

- Retrait des dossards le samedi 30 de 15h à 18h
- le jour même retrait des dossards à partir de 6h30 pour le 52kms et s'en suivra les autres
- 8h Départ du 52kms
- 8h30 inscriptions de la MARCHE NORDIQUE et de la RANDONNEE SEULEMENT
- 9h Départ du 28kms
- 9h30 Départ du 16,5kms
- 9h35 Départ de la marche nordique (16,5 kms)
- 10h Départ du 8,5kms
- 10h05 Départ de la rando (8,5kms )
- 11h Course enfants
- 12h Discours des élus
- 12h30 Récompenses du 8,5 et du 16,5kms
- 12h45 tirage de la tombola
- 13h verre de l'amitié
- 14h rendez-vous au foyer, pour la balade de « Sentier des Marbrières » ou directement à 14h30 à la sculpture du Lion, allée des carrières
- 14h30 récompenses du 28kms, Marche Nordique
- 18h récompenses du 52kms
- A partir de 20h jusqu'à 21h l'aligot vous sera servi
- Musique
- Les douches sont disponibles toute la journée au camping
- Le repas de midi est assuré par les sapeurs pompiers de Caunes
-

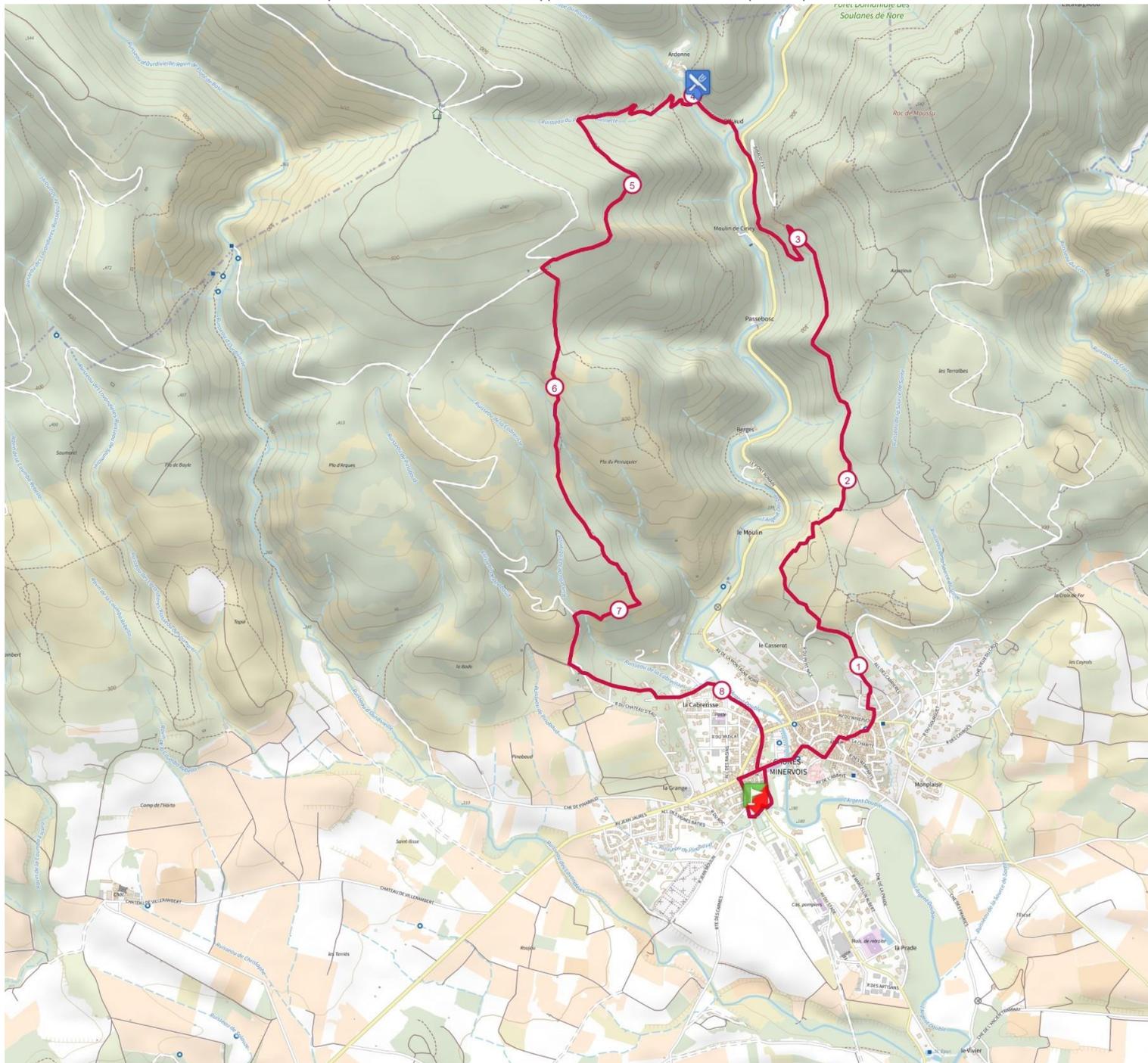
ROAD BOOK TAD 8,5 + Randonnée						
LIEU	KM	D+ cumul	KM étape	D+ étape	RAVITO	ACCES SUIVEURS/LIEU RAVITO
DÉPART	0	0	0	0	Accueil - bienvenue	Salle des fêtes Caunes Pt GPS : 43.324719, 2.524166
BIBAUD	4	163	4	163	Solide + Liquide	NON
ARRIVÉE	9	400	5	237	Solide + Liquide + bière	Salle des fêtes Caunes Pt GPS : 43.324719, 2.524166

ROAD BOOK TAD 16,5 + Marche nordique						
LIEU	KM	D+ cumul	KM étape	D+ étape	RAVITO	ACCES SUIVEURS/LIEU RAVITO
DÉPART	0	0	0	0	Accueil - bienvenue	Salle des fêtes Caunes Pt GPS : 43.324719, 2.524166
ABREUVOIR	9	607	9	607	Solide + Liquide	NON
BIBAUD	12	663	3	56	Solide + Liquide	NON
ARRIVÉE	17	900	5	237	Solide + Liquide + bière	Salle des fêtes Caunes Pt GPS : 43.324719, 2.524166

ROAD BOOK TAD 28						
LIEU	KM	D+ cumul	KM étape	D+ étape	RAVITO	ACCES SUIVEURS/LIEU RAVITO
DÉPART	0	0	0	0	Accueil - bienvenue	Salle des fêtes Caunes Pt GPS : 43.324719, 2.524166
ABREUVOIR	9	607	9	607	Solide + Liquide	NON
CITOU	16	1071	7	464	Solide + Liquide	Mairie Citou Pt GPS : 43.375316, 2.541578
BIBAUD	23	1463	7	392	Solide + Liquide	NON
ARRIVÉE	28	1700	5	237	Solide + Liquide + bière	Salle des fêtes Caunes Pt GPS : 43.324719, 2.524166

ROAD BOOK TAD 52							
LIEU	KM	D+ cumul	KM étape	D+ étape	RAVITO	BH	ACCES SUIVEURS/LIEU RAVITO
DÉPART	0	0	0	0	Accueil - bienvenue		Salle des fêtes Caunes Pt GPS : 43.324719, 2.524166
ABREUVOIR	9	607	9	607	Solide + Liquide		NON
CITOU	16	1071	7	464	Solide + Liquide		Mairie Citou Pt GPS : 43.375316, 2.541578
QUIERSBOUTOU	24	1664	8	593	Liquide		NON
CASTAN	28	1863	4	199	Solide + Liquide		Hameau de bourdials Pt GPS : 43.400047, 2.476447
COL DE LA PRADE	31	2063	3	200	Liquide		Route de Pradelles Cabardès Pt GPS : 43.398632, 2.451703
CABRESPINE	38	2159	7	96	Solide + Liquide	Dimanche 17h (9h de course)	Salle des fêtes Cabrespine Pt GPS : 43.364007, 2.457232
BIBAUD	47	2663	9	504	Solide + Liquide		NON
ARRIVÉE	52	2900	5	237	Solide + Liquide + bière		Salle des fêtes Caunes Pt GPS : 43.324719, 2.524166

Retrouvez ce parcours sur votre mobile avec l'appli TrailConnect. Pour en savoir plus : <http://trailconnect.run>

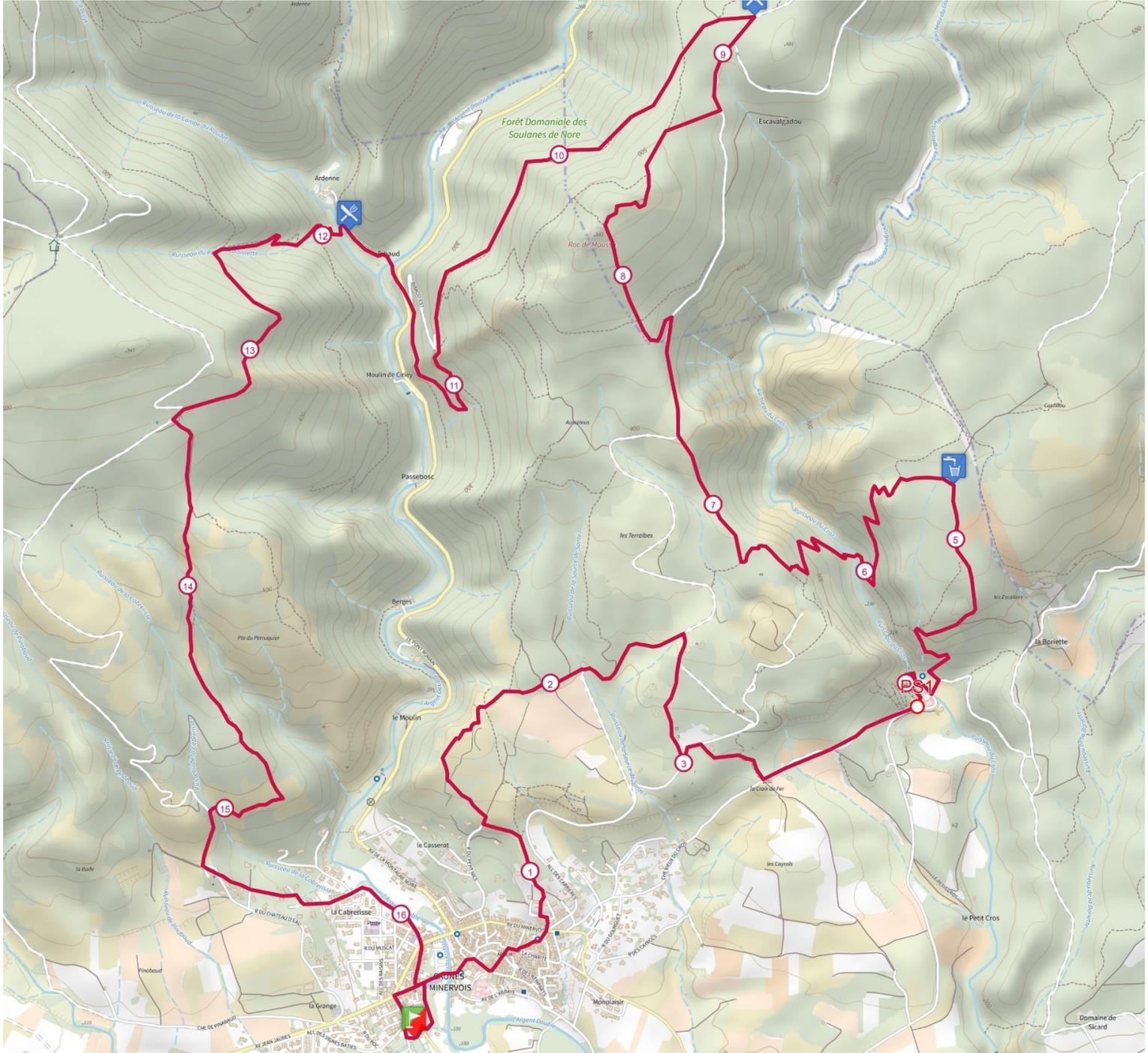


<https://tracedetail.com> - ©IGN 2024. Utilisation et reproduction limitées à un usage privé.

> 10% > 20% > 30%

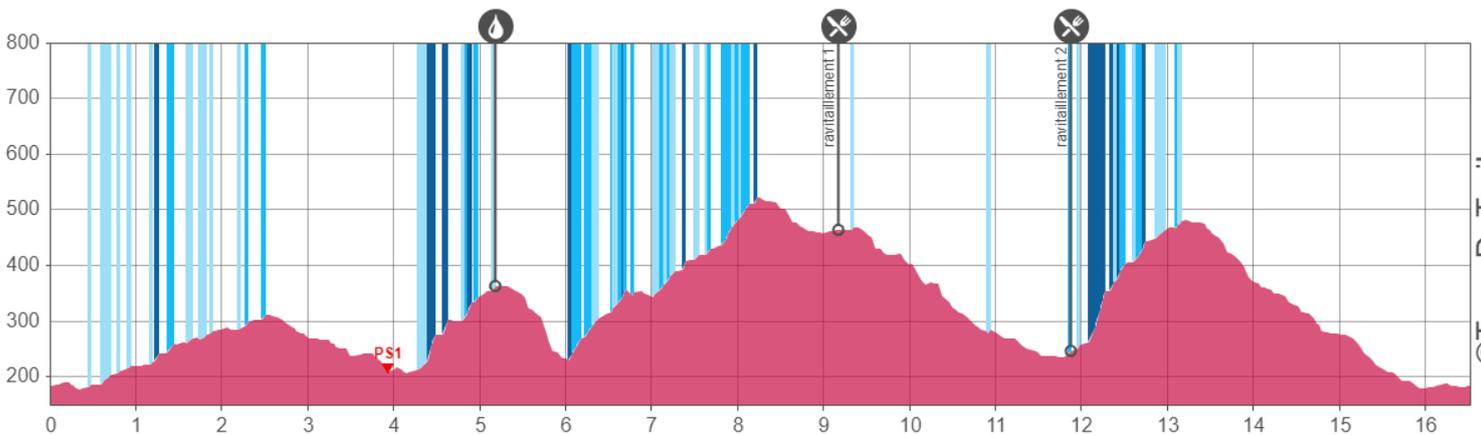


Retrouvez ce parcours sur votre mobile avec l'appli TrailConnect. Pour en savoir plus : <http://trailconnect.run>



<https://tracedetail.com> - ©IGN 2024. Utilisation et reproduction limitées à un usage privé.

> 10% > 20% > 30%

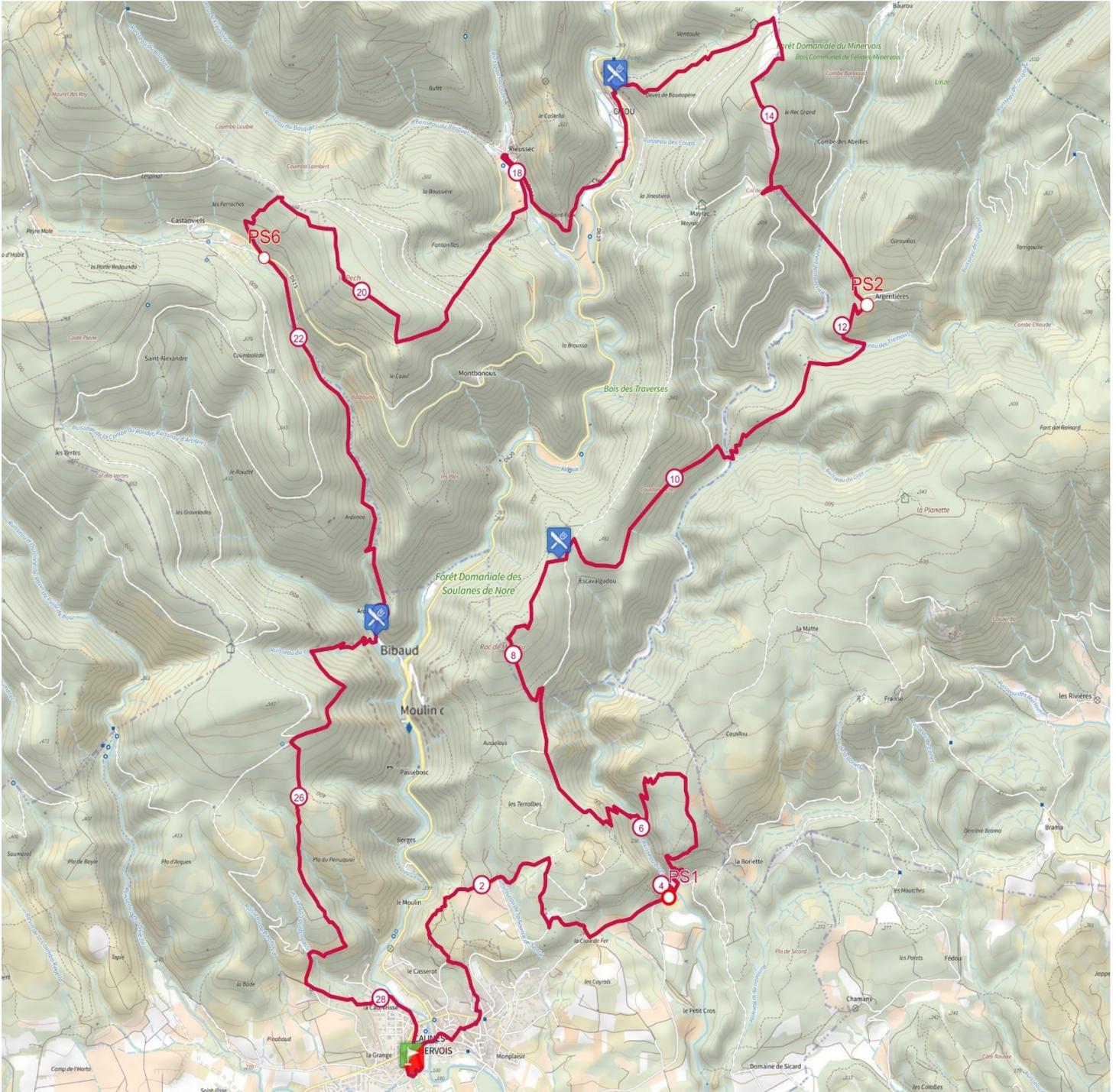


**Trail de l'Argent Double 28km**

28.7 km  1730 m  1730 m



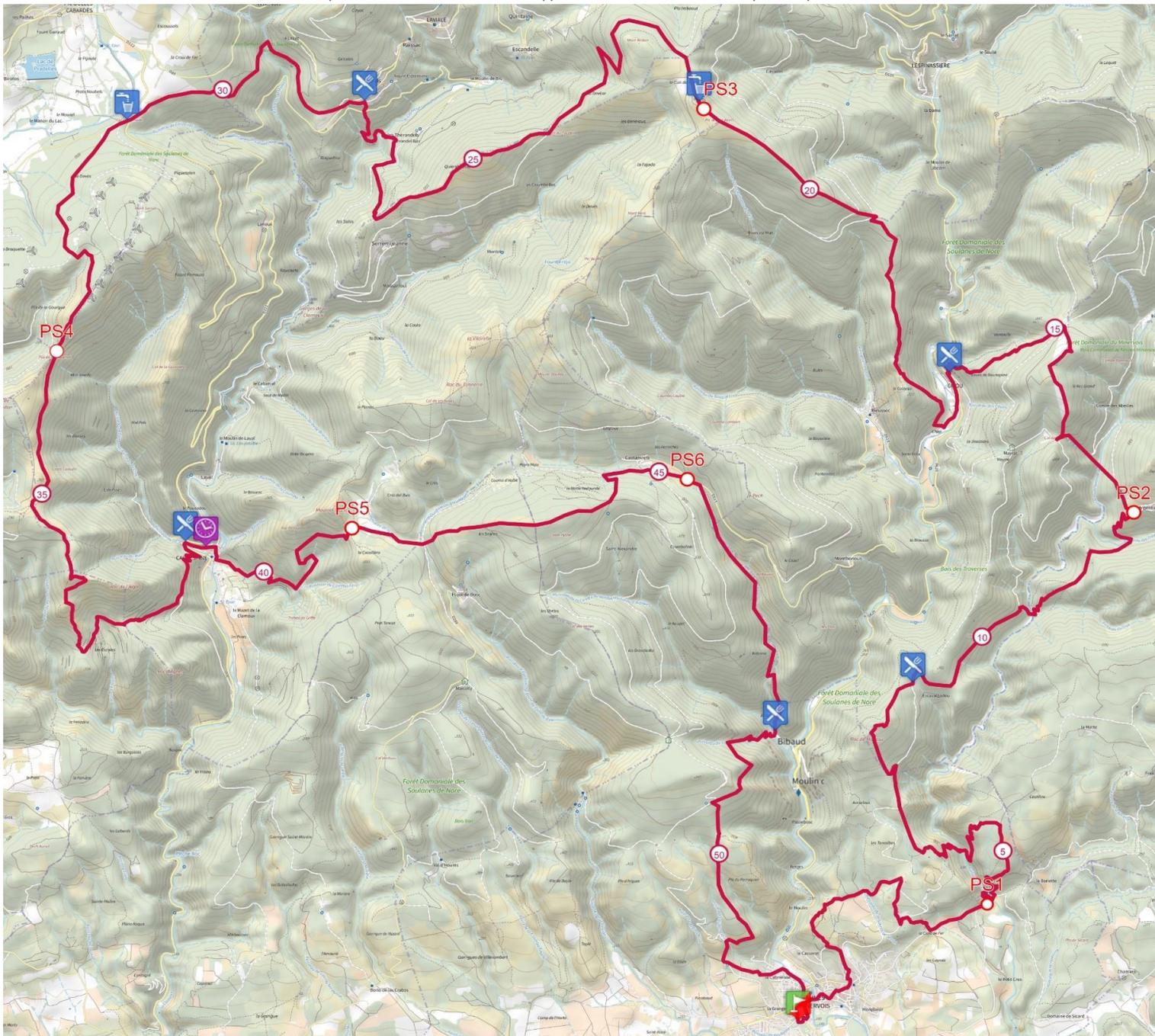
Retrouvez ce parcours sur votre mobile avec l'appli TrailConnect. Pour en savoir plus : <http://trailconnect.run>



 > 10%  > 20%  > 30%



Retrouvez ce parcours sur votre mobile avec l'appi TrailConnect. Pour en savoir plus : <http://trailconnect.run>



<https://tracedetrail.com> - ©IGN 2024. Utilisation et reproduction limitées à un usage privé.

> 10% > 20% > 30%



**BONNE COURSE !!**