

# 7<sup>ème</sup> édition du Trail des Givrés

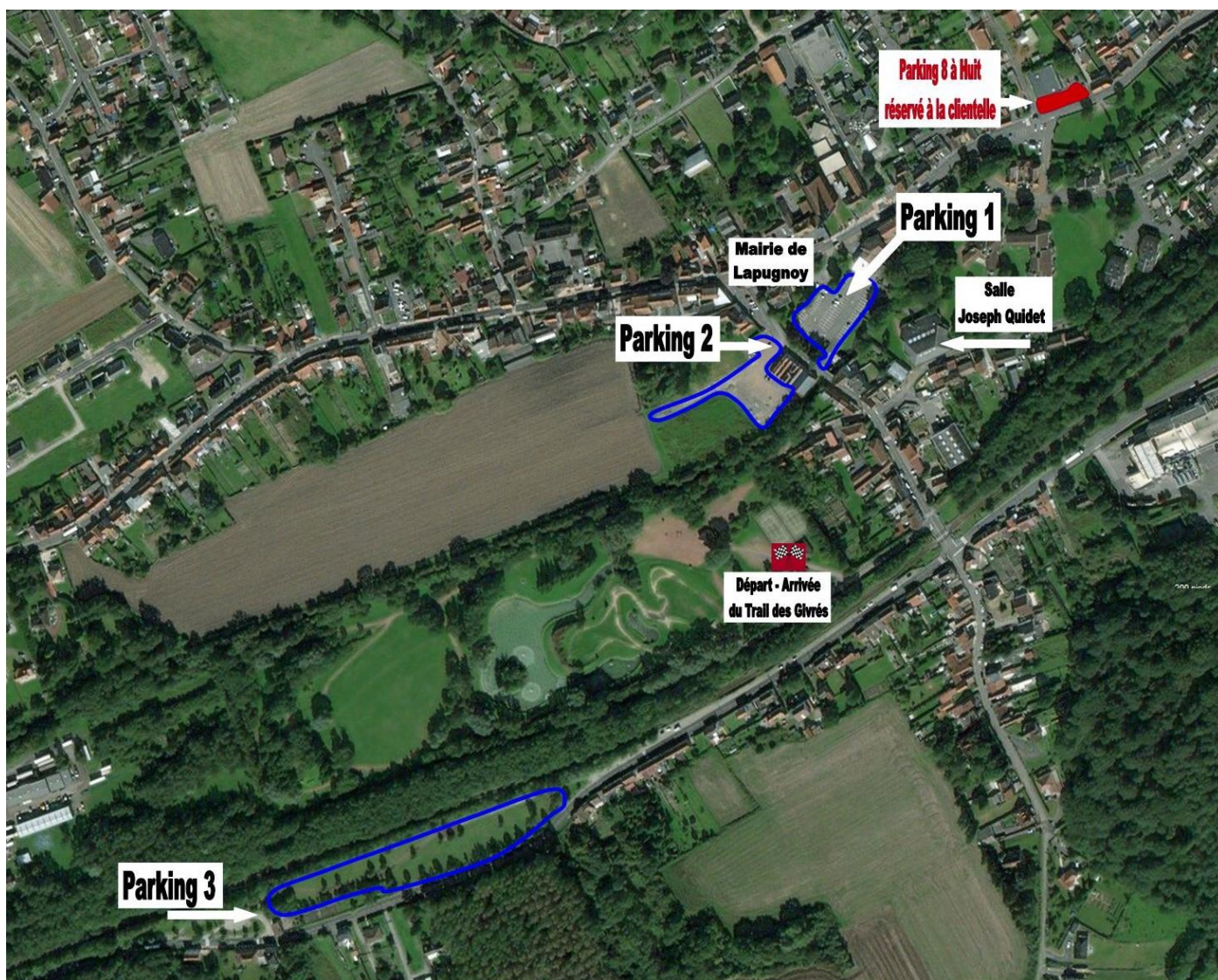
## Informations utiles à l'ensemble des coureurs

Amis traileurs, voici un petit résumé sur l'organisation de la 7<sup>ème</sup> édition du trail des Givrés. Nous espérons que ces informations seront très utiles.

### STATIONNEMENTS :

Des parkings sont mis à votre disposition sur la place de la mairie, le parking de la pharmacie et à l'ancienne gare SNCF

Le parking du magasin Huit à 8 est réservé à la clientèle



### ACCUEIL DES COUREUR :

Salle Joseph Quidet (derrière la mairie de Lapugnoy, rue Jean Jaurès)

Samedi : dès 14h30 (café offert jusqu'à 15h30)

Dimanche : dès 7h30 (café et viennoiseries offerts jusqu'à 10h00)

**Présence d'un village trail pour profiter des conseils de nos différents partenaires (TOP PERFORMANCE, TRIPP SPORT, HERBALIFE)**



## RETRAIT DES DOSSARDS :

Salle Joseph Quidet (derrière la mairie de Lapugnoy, rue Jean Jaurès)

Samedi : de 14h30 à 19h30

Dimanche : dès 7h30 jusqu'au départ des courses (9h00 – 9h10 – 9h20)

**Présentation d'une pièce d'identité avec photo OBLIGATOIRE pour chaque dossard retiré** (carte d'identité, permis de conduire...)



## **TOUT DOSSIER INCOMPLET ENTRAINERA LA NON REMISE DU DOSSARD**

## DEPARTS ET ARRIVEES DES COURSES :

Parc de la Clarence (à 300 mètres de la salle Joseph Quidet)



Samedi : **11 kilomètres nocturne à 18h50 (horaire décalé)**

**Matériel à prévoir : lampe frontale et vêtements réfléchissants**

Dimanche : 30 kilomètres à 9h00 ;

**Rappel il y a une barrière horaire. Les 10 premiers kilomètres devront être bouclés en 1h20 (1<sup>er</sup> ravitaillement à l'arrière de la salle Joseph Quidet)**

20 kilomètres à 9h20

11 kilomètres à 9h10

## **PASSAGE DE VOIES FERREES :**

Le parcours du trail traverse des voies ferrées. Nous insistons sur le fait que les coureurs doivent appliquer le code de la route et s'arrêter dès l'avertissement sonore et le clignotement des feux rouges.

**Toute tentative de traverser les voies ferrées une fois les barrières fermées entraînera la disqualification du coureur.**

## **RAVITAILLEMENTS :**

**11 kilomètres nocturne :** Ravitaillement à la salle Joseph Quidet à l'issue de la course

**30 kilomètres :** Ravitaillement au 10<sup>ème</sup> kilomètres à l'arrière de la salle Quidet, au 20<sup>ème</sup> kilomètre (à la maison de la forêt), à la salle Joseph Quidet à l'issue de la course

**20 kilomètres :** Ravitaillement à 10<sup>ème</sup> kilomètres (à la maison de la forêt), à la salle Joseph Quidet à l'issue de la course

**11 kilomètres :** Ravitaillement à la salle Joseph Quidet à l'issue de la course

**UNE SOUPE A L'OIGNON VOUS SERA OFFERTE DANS LA SALLE JOSEPH QUIDET**

## **PODIUMS :**

**Pour le 11 kilomètres nocturne : vers 20h30**

- Récompense aux 3 premiers et 3 premières (selon temps scratch)

**Pour chacune des distances du dimanche : dès 11h00 jusqu'à 12h30 selon les arrivées des différentes courses**

- Coupe et lot aux premiers(es) (selon temps scratch).
- Lot pour les deuxièmes et troisièmes (selon temps scratch).
- Coupe et lot aux 1ers et 1ères de chaque catégorie (après les 3 premiers(es) de chaque course).
  - Récompense aux 1er et 1ère Punéen(ne) de la course.

**LES RECOMPENSES NE SONT PAS CUMULABLES**

**Pour le challenge (11 km nocturne et 30 km du dimanche) :**

- Récompense aux 3 premiers et 3 premières (selon temps scratch cumulé)

Bonne préparation à tous et rendez-vous au 23 et 24 février