

TOMBOLA



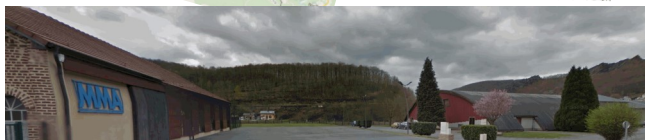
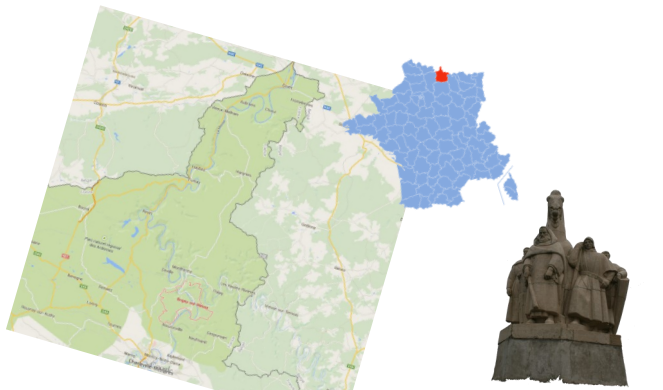
1 Week-End à Chamonix
pour 2 personnes, 2 nuits en
1/2 pension + petit-déjeuner

<http://www.hotel-arveyron.com>



Tirage au sort réservé aux participants
Nombreux lots « spécial traileur »

ACCES



103, rue de la vallée - Bogny-sur-Meuse
Cosec Musée de la métallurgie

CHALLENGES



www.facebook.com
Challenge des trails du bayard
Challenge franco-belge 4 courses



www.facebook.com
Challenge TRAIL CHAMP'ARDENNES
Challenge 8 courses

MERCI À NOS PARTENAIRES



- Tisserson TTransport
- Sarl technique du toit
- Sarl SomSato
- Techniques JJ Wadin



PROGRAMME



32 KM - 1600 D+
Relais 16 + 16 km

INÉDIT
Challenge vertical

Pendant les courses :

2 montées chronométrées
2 X 250 D+



Randonnées - Inscriptions sur place
nocturne aux flambeaux 7 Km le samedi 19H
10Km le dimanche 8H30

Renseignements : www.k-raid-ardennes.fr





Inscriptions en ligne :
WWW.K-RAID-ARDENNES.FR

DESCRIPTIF & DÉROULEMENT DE L'ÉPREUVE

Trail et Relais Trail ouvert à tous

L'association K-RAID Ardennes organise une épreuve double permettant de découvrir de superbes « points de vue » entre Meuse & Semoy autour de Bogny sur meuse. Un nouveau parcours technique et original tracé pour votre plus grand plaisir avec au choix :

- Soit sur un trail assez exigeant en semi-autonomie de 32 Km et 1600 m D+
- Soit sur relais duo sur le parcours du Aymon trail avec une première partie de 16 Km et une seconde de 16 Km (D+ 800 M sur chacune des parties.)

Un parcours spécifique balisé de 10 Km sera également ouvert aux marcheurs pour découvrir une partie de la trace du Trail.

Le départ et L'arrivée seront jugée au Cosc du musée de la métallurgie.

Les équipiers du Relais devront se rendre par leurs propres moyens sur le lieu du passage de témoin situé au COL DU LOUP. Un fléchage sera mis en place à partir du COSEC.

Les points essentiels :

- Trail ouvert à tous (certificat médical obligatoire pour les non-licenciés)
- **Trail en semi-autonomie (1 seul ravitaillement liquide au Km 16**
- Bâtons autorisés
- Compte tenu du caractère hivernal de ce trail, l'organisation peut faire varier le parcours en fonction des conditions du terrain le jour de la course.

- **Barrière horaire au 20ème km définie pendant le briefing selon les conditions de course.**
- 2 points de contrôles pour assurer la régularité de l'épreuve
- Soupe offerte à l'arrivée
- Douches et vestiaires disponibles à l'arrivée

Horaires :

Le Samedi 18H-19H	Retraits des dossards avant randonnée nocturne
7H00-8H30	Retraits des dossards
A partir 8H30	Départ randonnée
8H45	Briefing courses
9H00	Départ 32 Km & Relais
15H30	Remise des prix
16H00	Tirage au sort tombola

Challenge « Vertical Ascension » :

Inédit

Sur le parcours des 2 courses, il sera mis en place un balisage « départ » et « arrivée » sur 2 montées d'environ 250 D+. Il y aura une montée sur chaque partie du relais ce qui permettra aux relayeurs d'effectuer chacun une montée chronométrée. Chaque coureur sera pointé en « bas » et en « haut » de chaque montée. Ce pointage fera l'objet d'un **classement cumulé des 2 montées**. Ce classement sera récompensé pour les 3 premiers hommes et femmes.

Règlement complet disponible sur www.k-raid-ardennes.fr

Inscriptions uniquement en ligne sur www.k-raid-ardennes.fr.

Pas d'inscriptions le jour de la course.