ROADBOOK

ASICS MÉRIBEL TRAIL

RETRAIT DES DOSSARDS

COURSE VERTICALE CHALLENGES

Samedi 9 août | 8h30 à 10h

Tente blanche dans l'aire de départ Arrivée devant l'office de tourisme du Méribel Mottaret

Mérib'kids | 2km | 5km
10km | 25km | 42km

Samedi 9 août | 14h à 17h
Dimanche 10 août | 8h à 10h

Tente blanche dans l'aire de départ Arrivée devant l'office de tourisme du Méribel Mottaret

PROGRAMME

SAMEDI 9 AOÛT | Méribel Mottaret

8'30 À 10'	**Kilomètre vertical et challenges** retrait dossards et inscriptions Aire de départ	Arrivée devant l'office de tourisme du Méribel Mottaret
10'30	**Kilomètre vertical** départ en mass start
14'	**Biathlon Challenge** réservé aux jeunes possédant une licence FFS
14' À 17'	**Toutes les courses** retrait dossards et inscriptions Aire de départ	Arrivée devant l'office de tourisme du Méribel Mottaret
14'	**Kilomètre vertical** remise des prix
15'	**Mérib'kids**	départ
16'30	**5 km**	départ
17'30	**5 km**	remise des prix
17'30 À 19'30	**Concert «Pace Maker»**

DIMANCHE 10 AOÛT | Méribel Mottaret

5' À 10'	**2 km	10 km	25 km	42 km** retrait dossards et inscriptions Aire de départ	Arrivée devant l'office de tourisme du Méribel Mottaret
7'	**42 km**	départ
9'	**25 km**	départ
10'	**10 km**	départ
10'30	**2 km**	départ
14'30	**2 km	10 km	25 km	42 km** remise des prix

VIVEZ LE TRAIL

façon ASICS au Fujitrail Camp

Séance de trail avec coach
Produits offerts

Rencontre d'athlètes
Testing produits

asics x MÉRIBEL

Fort de la collaboration lors de la 10ème édition l'été dernier, le partenariat est renouvelé cette année et le trail est même renommé **ASICS Méribel Trail !**

Rendez vous sous le tipi ASICS "Fujitrail Camp" au sein du village exposants pour échanger avec les coachs de la marque et tester les articles de trail afin de découvrir les dernières innovations textiles et chaussures de la marque.

Créneaux d'ouverture | Gratuit
- Vendredi 8 août | 16h à 19h
- Samedi 9 août | 8h30 à 17h
- Dimanche 10 Août | 9h à 16h

Sessions running collectives | Gratuit
Avec les coachs de la marque ASICS lors des créneaux suivants :
- Vendredi 8 Août | 18h
- Samedi 9 Août | 11h
- Samedi 9 Août | 14h30

Au départ du tipi ASICS

Inscription ici !

L'ACCÈS

Le village exposants vous accueille tout au long de l'événement avec des stands de textile, de nutrition et bien d'autres, à deux pas de l'aire de départ et d'arrivée.

OÙ VOIR LES COUREURS

Plusieurs points du parcours sont accessibles pour voir les coureurs, les encourager et les installer. Merci de respecter les restrictions en vigueur dans la Réserve naturelle nationale du Plan de Tueda, indiquées ci-dessous.

42 ET 25 KM

Sommet Tougnète
Accessible **à pied** jusqu'au restaurant L'Arpasson puis continuer en direction du sommet Tougnète (40min). En 30min en **VTTAE**.

Côte Brune
Accessible **à pied** en 1h30, 1h en **VTTAE**.
Attention accès interdit à tous les véhicules à moteur.

Plateau du Fruit
Accessible depuis le parking de Tuéda. 40min **à pied** en direction du Refuge du Saut - 20min en **VTTAE**. Attention accès interdit à tous les véhicules à moteur. La Réserve naturelle nationale du Plan de Tueda est interdite aux chiens, même tenus en laisse.

42 KM

Col de la Loze
Accès en **MINI VAE** par la voie cyclable (pente moyenne à 10%) ou à pied par le sentier piétons dont le départ se situe juste au dessus du restaurant d'altitude les Rhodos (40min). Attention accès impossible en voiture.

BARRIÈRES HORAIRES ET RAVITO

Des points de contrôle sont établis par l'organisation afin d'assurer la régularité et la sécurité de l'épreuve. Les concurrents s'engagent à respecter les barrières horaires précisées ci-dessous.

Des points d'assistance sont autorisés sur les lieux de ravitaillement, dans la zone dédiée aux ravitaillements personnels (50m avant et après le ravitaillement).

Un repas froid à la fin des courses est compris dans l'inscription pour les coureurs du kilomètre vertical, 10 km, 25 km et 42 km sur l'aire de départ/arrivée.

42 KM

2 barrières horaires
- Ravitaillement du **plateau du Fruit** 6h de course
- À l'**arrivée** 11h de course

1 ravitaillement | solides et liquides
- **Côte Brune** 11km
- **Plateau du fruit** 21km
- **La Loze** 31km

25 KM

2 barrières horaires
- Au ravitaillement de **Côte Brune** 3h30 de course
- À l'**arrivée** 7h de course

1 ravitaillement | solides et liquides
- **Côte Brune** 11km
- **Plateau du fruit** 20km

10 KM

1 barrière horaire
À l'**arrivée** 3h30 de course

1 ravitaillement | solides et liquides
- **Plateau du fruit** 7km

Respectons l'environnement
Merci de jeter vos déchets dans les poubelles aux points de ravitaillement et à l'arrivée.

MATÉRIEL OBLIGATOIRE

42 ET 25 KM

- une pièce d'identité en cours de validité
- une réserve alimentaire
- une réserve d'eau de 1L minimum
- un gobelet pour se ravitailler
- un téléphone portable en état de marche, chargé
- un coupe-vent
- une couverture de survie
- un sifflet

10 KM

- une pièce d'identité en cours de validité
- une réserve d'eau de 500ml minimum
- un gobelet pour se ravitailler

Pour des **questions** techniques, merci de contacter les pays proposé sur les ravitaillements. Pour les autres distances, pas de matériel spécifique obligatoire.

LES PARCOURS

Retrouvez les **parcours** des différentes courses !

SPONSORS

Nous remercions nos **bénévoles** ainsi que la **marque ASICS**