

INFORMATIONS A LIRE

LIEU DE LA MANIFESTATION

Tous les départs et arrivées se feront des arènes de PONTONX sur l'Adour

LE STADE
LES DOUCHES

VENANT DE MONT DE MARSAN



VENANT DE DAX

VENANT DE LA CHALOSSE

LE PARKING

LES ARENES
DEPART / ARRIVEE

ZONE PIETONE

PROGRAMME DU WEEK-END

SAMEDI 1^{er} AVRIL

- 14h00 à 17h00 : Retrait des dossards chez notre partenaire HYUNDAI
Za La Carrere, 110 Impasse Carrère 40990 Saint-Vincent-de-Paul

CADEAU TIRAGE AU SORT pour les coureurs venant retirer leur dossard ce jour-là.

DIMANCHE 2 AVRIL

- 07h00 : Ouverture du retrait des dossards aux Arènes.
Retrait possible 30 minutes maximum avant le départ des courses.
- **08h00** : Départ du trail long de 42km
- **09h00** : Départ du trail court de 21km
- **10h00** : Départ de la course nature de 10 km
- **10h10** : Départ de la rando gourmande de 9km
- **10h30** : Arrivée du 21 km
- **10h40** : Arrivée du 10km
- **11h00** : arrivée du 42 km - **BARRIERE HORAIRE PREMIERE BOUCLE 42KM**
- 11h30 à 16h00 : Repas préparé par notre chef - ***Inscription en ligne (5€)***
- 14h00 : Remise des récompenses
- 15h00 : Délais maximum pour l'arrivée des coureurs

RAVITAILLEMENT ET RESTAURATION

- **Chaque concurrent sera en autonomie complète sur le parcours.**
(pas de ravitaillement sur le parcours).
- Pour le trail de 42km, un ravitaillement est prévu au passage dans les arènes (21^{ème} km).
- Ravitaillement liquide et solide à la fin de chaque épreuve.
- Un « café - gourmandises » offert à chaque participant avant le départ des courses.
- Un repas préparé par notre **CHEF** sera servi entre 11h30 et 16h00 aux arènes.

Inscription au repas en ligne : 5€ par personne

- Une buvette et restauration payantes seront établies sur place durant toute la journée.

BARRIERES HORAIRES

- **Course nature 10km** : Pas de barrière horaire
- **Trail court 21km** : Pas de barrière horaire
- **Trail long 42km** : Barrière horaire 3h00 au 21^{ème} km

ESPACE COUREURS

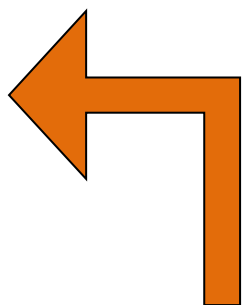
- Un espace coureurs situé aux arènes permettra à chaque concurrent de laisser des affaires, du ravitaillement.
- Les toilettes seront à disposition des coureurs sur place toute la journée.
- Kinésithérapeute en place toute la journée.
- Les douches se situent au stade (500m des arènes).

CLASSEMENT ET DOTATION

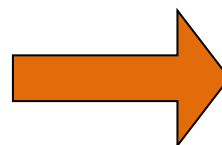
Des récompenses seront attribuées pour **LE FESTIVAL TRAIL DU CŒUR DES LANDES** :

- Les 3 premières femmes** 10km - 21km - 42km
- Les 3 premiers hommes** 10km - 21km - 42km

SIGNALETIQUE PARCOURS COURSE (couleur orange fluo)



**Tourner au
prochain chemin**



Tourner



Continuer sur le chemin



Erreur de chemin

Signalétique marche

MARCHE