



# ROADBOOK 2022

## PROGRAMME VAUJANY

**VENDREDI 15 JUILLET**

- **16h00 - 20h00** (jusqu'à 23h30 pour l'Ultra Tour) :  
**Retrait des dossards pour toutes les courses Place du Téléphérique**
- **Courses enfants :**
  - **16h – 18h30** : inscriptions sur place gratuites
  - **18h** : Epreuve **Benjamins / Minimes** : 1500m
  - **18h20** : Epreuve **Pupilles / Poussins** : 1000m
  - **18h30** : Epreuve **Mini Poussins** : 500m

**SAMEDI 16 JUILLET**

- **7h – 8h** : retrait des dossards **Place du Téléphérique** (pour le 39km uniquement)
- **Départs devant la Patinoire**
  - à **00h01** pour l'Ultra Tour (85km)
  - à **08h00** pour le Trail Tour (39km)
- **7h** : Départs des **navettes (bus)** pour **Auris en Oisans** (24km)
- **Arrivées à Vaujany** (route du Col du Sabot au centre village):
  - des premiers **85km** vers **09h25**

- des premiers **39km** vers **11h25**
- des premiers **24km** vers **11h05**

- **Barrières horaires :**

- 85km : **19h30** (4,3km/h)
- 39km : **16h54** (4,5km/h)
- 24km : **13h48** (5km/h)

- **Remises des prix :**

- à partir de **16h00** : pour le **85km**
- à partir de **14h30** : pour les **39km et 24km**

## PROGRAMME RAVITAILLEMENT ROUTE DE SARENNE

(accès facile en voiture)

**SAMEDI 16 JUILLET**

- Estimation des premiers et des derniers :
  - 85km : 01h35 / 02h30
  - 39km : 09h15 / 11h20
- Ravitaillement complet

## PROGRAMME BESSE EN OISANS

(accès facile en voiture)

**SAMEDI 16 JUILLET**

- Estimation des premiers et des derniers au ravitaillement à l'entrée village **ALLER (km32)** :
  - 85km : 03h20 / 06h40
- **Barrières horaires :**
  - 85km : **07h00** (4,6km/h)





Estimation des premiers et des derniers au ravitaillement à l'entrée village **RETOUR (km53)** :

85km : 05h45 / 11h20

- **Barrières horaires :**  
85km : **11h40** (4,5km/h)
- Ravitaillement complet

### PROGRAMME AURIS EN OISANS

(accès facile en voiture)

**SAMEDI 16 JUILLET**

- **7h – 8h45** : retrait des dossards **Place des Orgières** (pour le 24km uniquement)
- **Départ des 24km** Place des Orgières à **9h**
- Estimation des premiers et derniers :  
85km : 05h50 / 11h25
- **Barrières horaires :**  
85km : **13h56** (4,4km/h)
- Ravitaillement complet

### PROGRAMME VILLARD RECLUS

(accès facile en voiture)

**SAMEDI 16 JUILLET**

- Estimation des premiers et des derniers :  
85km : 08h05 / 15h55  
39km : 10h15 / 13h45  
24km : 10h00 / 11h15

- **Barrières horaires :**  
85km : **16h30** (4,3km/h)  
39km : **14h00** (4,5km/h)  
24km : **11h00** (5km/h)
- Ravitaillement complet

### PROGRAMME OZ EN OISANS

(accès facile en voiture)

**SAMEDI 16 JUILLET**

- Estimation des premiers et des derniers :  
85km : 08h50 / 17h25  
39km : 11h00 / 15h45  
24km : 10h35 / 12h35
- **Barrières horaires :**  
85km : **18h05** (4,3km/h)  
39km : **15h35** (4,5km/h)  
24km : **12h36** (5km/h)
- Ravitaillement liquide

### BALISAGES :

- Rubalises blanche/rouge (chantier)
- Tresses orange réfléchissant (nuit)
- Fanion orange réfléchissant (nuit)
- Bombe orange à base de craie (sur les routes)





## PARCOURS :

- Ultra Tour – 85km : <https://tracedetrail.fr/fr/trace/trace/184589>
- Trail Tour – 39km : <https://tracedetrail.fr/fr/trace/trace/162674>
- Trail Court – 24km : <https://tracedetrail.fr/fr/trace/trace/162676>

## TEMPS DES TRAJETS (en voiture) :

	Oz en Oisans	Vaujany	Col de Sarenne	Besse en Oisans	Col Saint Georges	Auris en Oisans	Villard Reculas	Alpe d'Huez
Oz en Oisans		12mn	54mn	42mn	1h08	41mn	17mn	31min
Vaujany	12mn		1h	48mn	1h15	43mn	25mn	40min
Col de Sarenne	54mn	1h		24mn	50mn	29mn	36mn	28min
Besse en Oisans	42mn	48mn	24mn		26mn	28mn	47mn	45min
Col Saint Georges	1h08	1h15	50mn	26mn		54mn	1h13	1h15
Auris en Oisans	41mn	43mn	29mn	28mn	54mn		32mn	34min
Villard Reculas	17mn	25mn	36mn	47mn	1h13	32mn		13min
Alpe d'Huez	31min	40min	28min	45min	1h15	34min	13min	

## NAVETTES :

- Navette 24KM : Vaujany -> Auris en Oisans :  
7h : Bus pour acheminer les coureurs du Trail Court Auris en Oisans (cf plan).





## RAVITAILLEMENTS :

Famille	Produit	Route de Sarenne	Besse en Oisans	Chalet du Fay	Besse en Oisans	Auris en Oisans	Villard Reculas	Oz en Oisans	Vaujany
Distance	85km	km17	km32	km45	km53	km63	km74	km81	km85
Distance	39km	km17	X	X	X	X	km27	km34	km39
Distance	24km	X	X	X	X	X	km10	km18	km24
Liquide	Eau Pétillante	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI
Liquide	Cola	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI
Liquide	Sirop de menthe	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI
Liquide	Sirop de citron	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI
Liquide	Sirop de grenadine	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI
Salé	Pain	NON	OUI	NON	NON	NON	OUI	NON	OUI
Salé	Tomme du Trièves	NON	OUI	NON	NON	OUI	OUI	NON	OUI
Salé	Soupe	OUI	OUI	NON	OUI	NON	NON	NON	NON
Salé	Cacahuètes	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	NON	OUI
Salé	Tuc	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	NON	OUI
Sucré	Pain d'épice	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	NON	OUI
Sucré	Chocolat	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	NON	OUI
Sucré	Raisins secs	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	NON	OUI
Fruits	Oranges	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	NON	OUI
Fruits	Bananes	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	OUI	NON	OUI





## TRAIT DU REGLEMENT

### Sécurité (Art. 13)

« La responsabilité médicale sera assurée par des médecins et une équipe de secouristes. Ceux-ci ont toute autorité pour décider de la mise hors course d'un concurrent pour des raisons médicales.

Tout coureur mis hors course décidant de continuer l'épreuve le fera sous son entière responsabilité et l'organisation ne pourra être tenue responsable en cas d'accident. »

Numéro d'urgence : 112 / PC course : 06.86.94.25.56

### Matériel obligatoire (Art. 9)

#### Article 9 : Matériel

Sur chaque épreuve, un certain nombre d'équipements et matériels sont obligatoire, et d'autres conseillés. Des contrôles seront effectués sur le matériel obligatoire, lors du départ ou des différents points du parcours. Tout concurrent n'étant pas en mesure de présenter tout ou partie du matériel obligatoire pourra être mis hors course ou avoir des minutes de pénalités.

	Réserve d'eau	Réserve alimentaire	Gobelet	Couv. de survie	Sifflet	Veste imperméable	Téléphone portable (chargé et allumé)	Lampe Frontale (avec piles de rechange neuves)	Masque COVID
<b>Ultra Tour</b> 85km / 4900m D+	1,5 L	Obl.	Obl.	Obl.	Obl.	Obl.	Obl.	Obl.	Obl.
<b>Trail Tour</b> 39km / 2000m D+	1 L	Obl.	Obl.	Obl.	Obl.	Obl.	Obl.	/	Obl.
<b>Trail Découverte</b> 24km / 1100m D+	1 L	Obl.	Obl.	/	/	Cons.	Obl.	/	Obl.

**Obl.** : Obligatoire // **Cons.** : Conseillé

#### Bâtons :

Les bâtons seront autorisés mais devront impérativement être tenus dans une main par le milieu lors du départ. Les bâtons télescopiques devront être repliés lors du départ.

#### Masque (Covid) :

Le port du masque sera obligatoire en plusieurs moments clés de votre passage sur notre épreuve : retrait des dossards, départs, navette rapatriement ... Il est donc obligatoire de l'avoir toujours disponible

#### Gobelets :

Dans le but évident de réduire l'utilisation de matériel à usage unique, ainsi que la quantité de déchets, **chaque participant devra disposer de son propre gobelet réutilisable**. Aucun gobelet ne sera mis à disposition sur les points de ravitaillement.

**Nous ne vendrons pas de gobelet sur place.**

Pas de matériels obligatoires pour les courses enfants





## LES PRINCIPAUX PARTENAIRES



**VAUJANY**



## ORGANISATION

