



TRAIL DES BALCONS D'AZUR

Samedi 11 avril 2020
P'tit TBA 25 km 1000 D+



Retrait des dossards : 10h00-13h30 Esplanade du port de Mandelieu la Napoule

Départ de la Course : 13h50 briefing, 14h00 départ

Liste des ravitaillements : **(pas de gobelets au ravitos)**

PC2, Col de la Cadière : eau + boisson sucrée (11ème km)

PC4, raccord de la californie : eau (18ème km)

Arrivée : eau + eau gazeuse + boisson sucrée + nourriture salée, sucrée + fruits

Sécurité numéros utiles (à garder sur soi) :

DIRECTION DE SECURITE : 06 50 01 68 75

DIRECTION DE COURSE : 06 26 09 83 89

DIRECTION DE COURSE ADJOINT(AIRE D'ARRIVEE) : 06 61 68 44 48

PC COURSE MANDELIEU ARRIVEE : 06 08 82 91 44



Rappel du matériel obligatoire :

Aliments énergétiques

1,5 l d'eau ou de boisson énergétique dans le contenant au choix (porte bidon, poche à eau...), **gobelet ou bidon** obligatoire **PAS DE VERRES SUR LES RAVITOS**

Dossard obligatoire à l'avant, visible dans sa totalité et en permanence.

Une couverture de survie, un sifflet, des vêtements étanches (veste type goretex)

Un **TÉLÉPHONE PORTABLE** (allumé et batterie rechargée afin de nous permettre de vous **SUIVRE EN LIVE** et de vous contacter en cas de problème) avec la liste des numéros de téléphones utiles enregistrée dans vos contacts.

Balisage : L'ensemble du parcours est balisé avec des flèches directionnelles, de la rubalise INTERSPORT et de la craie. Par respect pour notre environnement nous n'avons pas utilisé de marquage à la peinture.

Barrière horaire : une barrière horaire au km 20,6, Pc Maure vieil à 18h00.

Tous les concurrents se présentant après cette barrière horaire seront arrêtés.

La ligne d'arrivée sera fermée à 19h00.

Remise des prix : La remise des prix aura lieu à partir de 18 heures. Tee-shirt pour tous les arrivants.



CARTE



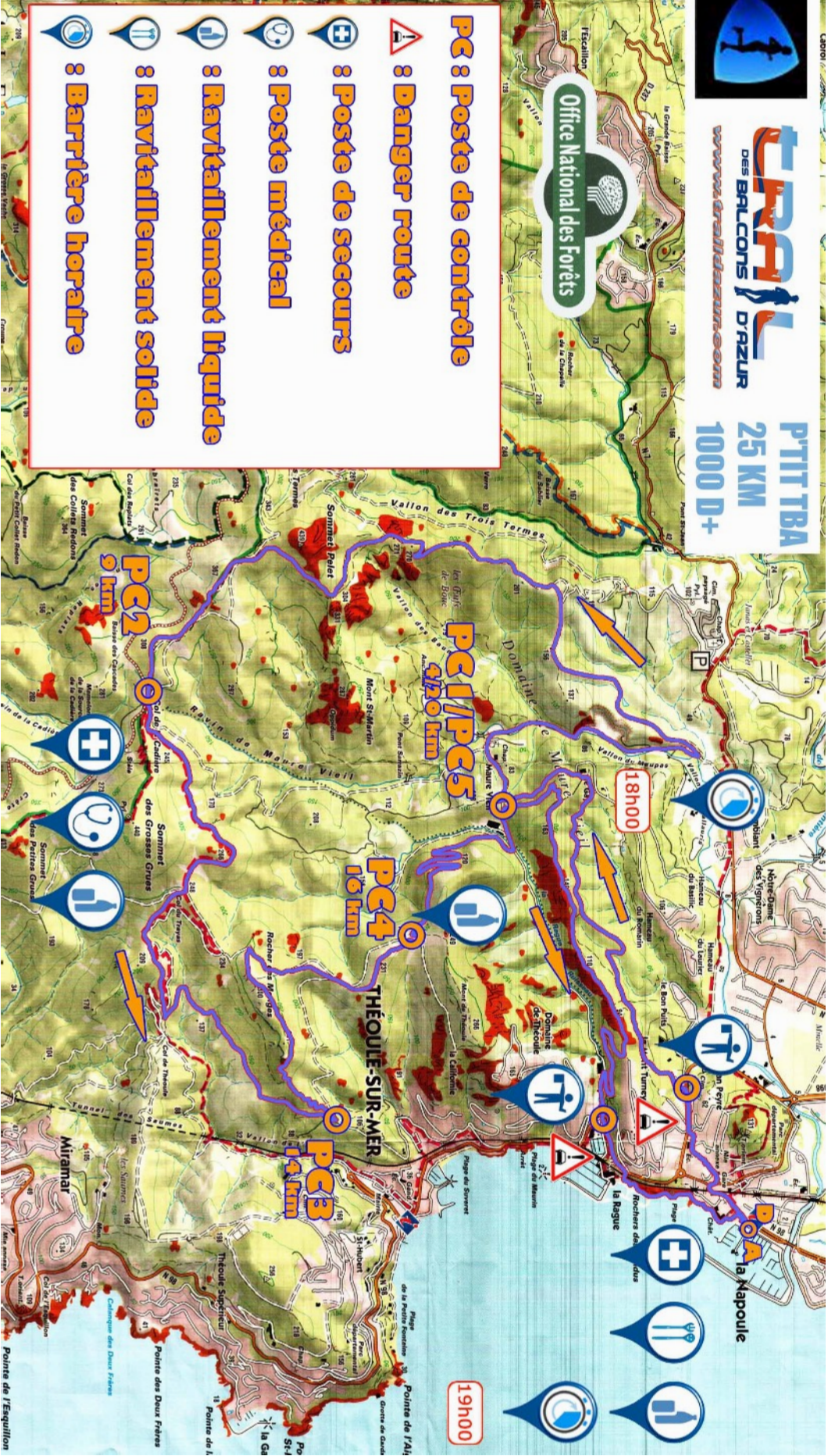
FFME
DES BALCONS D'AZUR
www.alpiazur.com

PTIT TBA
25 KM
1000 D+



Office National des Forêts

- : **Danger route**
- : **Poste de secours**
- : **Poste médical**
- : **Ravitaillement liquide**
- : **Ravitaillement solide**
- : **Barrière horaire**



PROFIL



Consignes de sécurité

Attention, la circulation n'est pas coupée. Respectez le code de la route, stoppez votre course et traversez aux ordres des signaleurs sur les passages piéton puis empruntez les trottoirs pour la traversée du bon puit au 2^{ème} km et sur la fin sous le pont de la rague.



Attention, le passage au badge électronique est obligatoire. Aux points de contrôle stoppez votre progression afin d'être enregistré.