

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

Nous vous invitons à consulter le règlement

Nous sommes à 12j de l'épreuve et passons de moins en moins en temps derrière les écrans. Donc voici quelques informations qui devraient répondre à 99% de vos questions.



•TA 105km : Ultra

- Retrait des dossards le vendredi 21 avril à Saint Geniez d'Olt – Espace Culturel (Piscine Municipale) de 14h00 à 20h00.

Option fortement déconseillée : retrait des dossards le samedi matin à la salle des fêtes de Bertholène.

- Aucun contrôle du matériel obligatoire sera fait le vendredi soir lors du retrait des dossards. Par contre, des contrôles aléatoires seront réalisés le samedi matin avant le départ.

- La Navette démarre le samedi 22 avril à 4h15 du Gymnase de la Falque à St Geniez d'Olt pour vous amener prendre le départ à Bertholène. Temps de trajet 30min.

- Un ticket vous sera demandé à la montée de la navette. Ce dernier se trouvera sur votre dossard. Votre inscription navette pourra être vérifiée à partir d'un listing de réservation.

- Un ticket dotation vous permettra de retirer la dotation course sur un stand annexe lors du retrait des dossards le vendredi à St Geniez d'Olt.

- Nous proposons aux coureurs qui n'ont pas d'assistance de déposer un sac de change à Laguiole Km 55. Le coureur devra en faire la demande lors du retrait de son dossard.

- Pointage intermédiaire électronique à divers endroits du parcours.

- L'assistance personnelle est autorisée avant et après les points de ravitaillement. Vous pourrez prendre un sac en entrée et le rendre en sortie.

- Un road book pour les suiveurs est à votre disposition sur notre site web.

- Douches à l'arrivée (vestiaires du foot)

- Présence de kiné de 15h à 23h.

- Finisher : OUI

- Tout abandon doit être signalé à un bénévole, merci de lui laisser votre dossard. Possibilité de signaler votre abandon sur l'application liverun. L'application en mode gratuit, vous permettra de rester en contact avec l'organisation et notamment au niveau des secours. Par son intermédiaire, vous pourrez signaler au PC course un

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

problème de santé avec le bouton « SOS », grâce à la géolocalisation, nous pourrions réduire le délai d'intervention.

Vous pourrez aussi y signaler un abandon, notamment si vous rentrez par vos propres moyens et que vous n'avez pas informé un poste de pointage.

• Nous vous rappelons qu'il n'y a pas de point d'eau intermédiaire au milieu des étapes. Inutile d'en réclamer aux bénévoles en poste. A vous de vous gérer et de prendre au minimum 1.5/2L par étape.

Le petit "+" pour vos suiveurs :

- Pour vos accompagnateurs, possibilité de restauration au buron des bouals. Réservation directement auprès du propriétaire des lieux : burondesbouals@gmail.com ou 06-22-54-22-09 (Paul-Antoine Périé).
- Visite de la Coutellerie Honoré Durand - Laguiole (traversée par les coureurs, le samedi 22 avril de 9h00 à 18h30 sans discontinuer et le dimanche 23 avril de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h30.
- Visite libre de la coopérative Fromagère Jeune Montagne à Laguiole, le samedi 22 avril de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00 ainsi que le dimanche 23 avril de 9h00 à 12h00.
Visite guidée de la fromagerie à Laguiole à 10h30 et visite de ferme Jeune Montagne avec traite des vaches et goûter gourmand à 17h00. (Réservation conseillée au 05.65.44.35.54) à 10h30.
- Visite de la Brasserie d'Olt à St Geniez (à côté de l'arrivée) le dimanche 23 avril à 10h00.
Ouverture du magasin le vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 20h00. Le samedi de 9h30 à 12h15 et de 13h30 à 18h00 ainsi que le dimanche de 9h30 à 12h00.



•**TA 75 : Lou Mazuc**

• Retrait des dossards le vendredi 21 avril à Saint Geniez d'Olt – Espace Culturel (Piscine Municipale) de 14h00 à 20h00.

Le matin de 8h00 à 9h15 sur la place du Taureau à Laguiole. Passer 9h15 : Aucun dossard ne sera distribué.

Pour les personnes ayant pris la navette le matin, le retrait des dossards sera prolongé jusqu'à 9h30. Attention, si vous n'êtes pas inscrit à la navette vous n'aurez pas la possibilité de retirer votre dossard après 9h15. Ce créneau (9h00-9h30) est réservé aux personnes inscrites à la navette.

• Possibilité de retirer le dossard d'un ami sous présentation de sa carte d'identité uniquement le vendredi.

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

•La Navette démarre le samedi 21 avril à 7h45 du Gymnase de la Falque à St Geniez d'Olt pour vous amener prendre le départ à Laguiole. Temps de trajet 60min. Seules les personnes ayant pris la navette auront la possibilité de retirer son dossard en arrivant à 9h00.

•Un ticket vous sera demandé à la montée de la navette. Ce dernier se trouvera sur votre dossard. Si vous n'avez pas retiré votre dossard la veille au soir, votre inscription navette sera vérifiée à partir d'un listing de réservation.

•Pour les personnes prenant la navette, vous aurez la possibilité de nous laisser un sac afin que l'on vous le ramène à l'arrivée. Merci d'emporter le strict minimum.

Nous vous proposerons un sacs poubelle (30l) pourvu d'une étiquette numérotée à votre dossard.

•Un ticket dotation vous permettra de retirer la dotation course sur un stand annexe lors du retrait des dossards du vendredi à St Geniez d'Olt.

Pour les personnes retirant le dossard le samedi matin sur Laguiole, la dotation sera à retirer à la buvette d'arrivée à St Geniez d'Olt.

•Le "matériel obligatoire" est OBLIGATOIRE. Des contrôles intempestifs pourront avoir lieux sur le parcours et au départ de l'épreuve.

FRONTALE OBLIGATOIRE (modification du règlement art 3.4 en date du 31/03/2023)

•Nous vous rappelons qu'il n'y a pas de point d'eau intermédiaire en dehors de ceux mentionnés dans le règlement. Inutile d'en réclamer aux bénévoles en poste. A vous de vous gérer et de prendre au minimum 1.5/2L par étape.

•L'assistance personnelle est autorisée avant et après les points de ravitaillement. Vous pourrez prendre un sac en entrée et le rendre en sortie.

•Barrières horaires :

- St Chely d'Aubrac : 15h45 (modification du règlement en date du 05/04/2023)
- Buron des Bouals : 20h45 (BH de l'Ultra donc ultra souple pour vous)
- Cascade de Laccessat : 22h45 (BH de l'Ultra donc ultra souple pour vous)
- St Martin de Montbon : 00h45 (BH de l'Ultra donc ultra souple pour vous)
-

•L'organisation ne met pas en place un transfert de sac à la mi-parcours : **Ultra Trail en semi-auto suffisance**.

•Un road book pour les suiveurs est à votre disposition sur notre site web.

•Douches à l'arrivée (vestiaires du foot).

•Présence de kiné de 15h à 22h

•Finisher : MEDAILLE et Photo FINISHER

• Tout abandon doit être signalé à un bénévole, merci de lui laisser votre dossard. Possibilité de signaler votre abandon sur l'application liverun. L'application en mode gratuit, vous permettra de rester en contact avec l'organisation et notamment au niveau des secours. Par son intermédiaire, vous pourrez signaler au PC course un problème de santé avec le bouton « SOS », grâce à la géolocalisation, nous pourrons réduire le délai d'intervention.

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

Vous pourrez aussi y signaler un abandon, notamment si vous rentrez par vos propres moyens et que vous n'avez pas informé un poste de pointage.

Le petit "+" pour vos suiveurs :

- Pour vos accompagnateurs, possibilité de restauration au buron des bouals. Réservation directement auprès du propriétaire des lieux : burondesbouals@gmail.com ou 06-22-54-22-09 (Paul-Antoine Périé).
- Visite de la Coutellerie Honoré Durand - Laguiole (traversée par les coureurs, le samedi 22 avril de 9h00 à 18h30 sans discontinuer et le dimanche 23 avril de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h30.
- Visite libre de la coopérative Fromagère Jeune Montagne à Laguiole, le samedi 22 avril de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00 ainsi que le dimanche 23 avril de 9h00 à 12h00.
Visite guidée de la fromagerie à Laguiole à 10h30 et visite de ferme Jeune Montagne avec traite des vaches et goûter gourmand à 17h00. (Réservation conseillée au 05.65.44.35.54) à 10h30.
- Visite de la Brasserie d'Olt à St Geniez (à côté de l'arrivée) le dimanche 23 avril à 10h00.
Ouverture du magasin le vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 20h00. Le samedi de 9h30 à 12h15 et de 13h30 à 18h00 ainsi que le dimanche de 9h30 à 12h00.



• TA Rx4 : Relais par 4

•Si vous rencontrez une défection ou un changement dans votre équipe, le capitaine devra obligatoirement le signaler lors du retrait des dossards afin que le chronométreur de la société LIVE TRAIL puisse prendre en compte les modifications. Pour cela, il vous faudra être présent le vendredi 21 avril entre 14h00 et 20h00 au gymnase de St Geniez d'Olt.

Il conviendra également de signaler toute inversion dans les étapes.

Inutile de nous appeler ou de nous le signaler par mail d'ici là.

Le remplaçant ne doit pas oublier de fournir un CM à jour.

Pas de modification possible le matin de la course.

•Chaque concurrent devra porter le dossard associé à son prénom. Pour les remplaçants de dernière minute, ils prendront celui du blessé.

• Retrait des dossards le vendredi 21 avril à Saint Geniez d'Olt – Espace Culturel (Piscine Municipale) de 14h00 à 20h00.

Le matin de 4h30 à 5h15 à la salle d'animation de Bertholène.

Si les 4 équipiers sont à jour de leurs certificats médicaux, un seul coureur pourra retirer les 4 dossards pour l'ensemble de l'équipe.

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

A l'inverse, **s'il manque un CM, nous ne délivrons aucun des 4 dossards.**

- Possibilité de retirer le dossard d'un ami sous présentation de sa carte d'identité uniquement le vendredi.


- Un ticket dotation vous permettra de retirer la dotation course sur un stand annexe lors du retrait des dossards du vendredi à St Geniez d'Olt.

Pour les personnes retirant le dossard le samedi matin, la dotation sera à retirer à la buvette d'arrivée à St Geniez d'Olt.

- La Navette démarre le samedi 22 avril à 4h15 du Gymnase de la Falque à St Geniez d'Olt pour vous amener prendre le départ à Bertholène. Temps de trajet 30min.

- Le chronométrage se fait à partir d'une puce témoin relais pour les 4 coureurs.

- En cas de non-respect des barrières horaires d'un relayeur (identiques à celles du 105km), le coureur de l'étape suivante sera autorisé à prendre le départ de son tronçon aux horaires suivantes (avec les serre-files) :

-  St Côte : 9h45

-  Laguiole : 16h45

-  Aubrac : 20h30

Une nouvelle puce sera donnée à l'équipe à ce moment là.

Le coureur défaillant sera classé DNF sur son étape.

En cas d'abandon d'un relayeur, celui-ci devra être signalé au chronométrage de la fin d'étape : St Côte, Laguiole ou Aubrac. Le relayeur suivant sera autorisé à prendre le départ de son étape (avec la puce de chronométrage faisant office de témoin relais). L'ensemble de l'équipe sera chronométré mais ne sera pas classée.

Le coureur défaillant sera classé DNF sur son étape.

Cet article du règlement est un compromis visant à ne pas pénaliser l'ensemble d'une équipe sans toutefois l'avantager au classement général.

Douches disponibles aux vestiaires du foot de St Côte d'Olt (à proximité du ravitaillement), au gymnase de Laguiole et à St Geniez d'Olt. Pas de douche à Aubrac - Buron des Bouals.

- Un road book pour les suiveurs est à votre disposition sur notre site web.

- Douches à l'arrivée (vestiaires du foot)

- Présence de kiné de 15h à 23h

- Le matériel obligatoire est OBLIGATOIRE à l'exception de la Frontale pour les relais 2 et 3.

Il n'est pas nécessaire de passer au contrôle des sacs le matin de la course pour les relais. Néanmoins, vous pourrez être contrôlé à tout moment sur le parcours.

- Nous vous rappelons qu'il n'y a pas de point d'eau intermédiaire au milieu des étapes. Inutile d'en réclamer aux bénévoles en poste. A vous de vous gérer et de prendre au minimum 1.5/2L par étape.

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

- Tout abandon doit être signalé à un bénévole, merci de lui laisser votre puce relais.
- Finisher : MEDAILLES et Photo FINISHER

Le petit "+" pour vos suiveurs :

- Pour vos accompagnateurs, possibilité de restauration au buron des bouals. Réservation directement auprès du propriétaire des lieux : burondesbouals@gmail.com ou 06-22-54-22-09 (Paul-Antoine Périé).
- Visite de la Coutellerie Honoré Durand - Laguiole (traversée par les coureurs, le samedi 22 avril de 9h00 à 18h30 sans discontinuer et le dimanche 23 avril de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h30.
- Visite libre de la coopérative Fromagère Jeune Montagne à Laguiole, le samedi 22 avril de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00 ainsi que le dimanche 23 avril de 9h00 à 12h00.
Visite guidée de la fromagerie à Laguiole à 10h30 et visite de ferme Jeune Montagne avec traite des vaches et goûter gourmand à 17h00. (Réservation conseillée au 05.65.44.35.54) à 10h30.
- Visite de la Brasserie d'Olt à St Geniez (à côté de l'arrivée) le dimanche 23 avril à 10h00.
Ouverture du magasin le vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 20h00. Le samedi de 9h30 à 12h15 et de 13h30 à 18h00 ainsi que le dimanche de 9h30 à 12h00.



TA 50 : Capuchadou

- Retrait des dossards le vendredi 21 avril à Saint Geniez d'Olt – Espace Culturel (Piscine Municipale) de 14h00 à 20h00.

Le matin de 8h00 à 9h15 sur la place du Taureau à Laguiole. Passer 9h15 : Aucun dossard ne sera distribué.

Pour les personnes ayant pris la navette le matin, le retrait des dossards sera prolongé jusqu'à 9h30. Attention, si vous n'êtes pas inscrit à la navette vous n'aurez pas la possibilité de retirer votre dossard après 9h15. Ce créneau (9h00-9h30) est réservé aux personnes inscrites à la navette.

- Possibilité de retirer le dossard d'un ami sous présentation de sa carte d'identité uniquement le vendredi.

• La Navette démarre le samedi 22 avril à 7h45 du Gymnase de la Falque à St Geniez d'Olt pour vous amener prendre le départ à Laguiole. Temps de trajet 60min. Seules les personnes ayant pris la navette auront la possibilité de retirer son dossard en arrivant à 9h00.

• Un ticket vous sera demandé à la montée de la navette. Ce dernier se trouvera sur votre dossard. Si vous n'avez pas retiré votre dossard la veille au soir, votre inscription navette sera vérifiée à partir d'un listing de réservation.

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

• Pour les personnes prenant la navette, vous aurez la possibilité de nous laisser un sac afin que l'on vous le ramène à l'arrivée. Merci d'emporter le strict minimum.

Nous vous proposerons un sac poubelle (30l) pourvu d'une étiquette numérotée à votre dossard.

• Un ticket dotation vous permettra de retirer la dotation course sur un stand annexe lors du retrait des dossards du vendredi à St Geniez d'Olt.

Pour les personnes retirant le dossard le samedi matin sur Laguiole, la dotation sera à retirer à la buvette d'arrivée à St Geniez d'Olt.

• Le "matériel obligatoire" est OBLIGATOIRE à l'exception de la Frontale pour le 50km.

• Nous vous rappelons qu'il n'y a pas de point d'eau intermédiaire au milieu des étapes. Inutile d'en réclamer aux bénévoles en poste. A vous de vous gérer et de prendre au minimum 1.5/2L par étape.

• L'assistance personnelle est autorisée avant et après les points de ravitaillement. Vous pourrez prendre un sac en entrée et le rendre en sortie.

• Barrières horaires : AUCUNE.

• L'organisation ne met pas en place un transfert de sac à la mi-parcours : **Ultra Trail en semi-auto suffisance**.

• Un road book pour les suiveurs est à votre disposition sur notre site web.

• Douches à l'arrivée (vestiaires du foot).

• Présence de kiné de 15h à 22h

• Finisher : MEDAILLE et Photo FINISHER

• Tout abandon doit être signalé à un bénévole, merci de lui laisser votre dossard. Possibilité de signaler votre abandon sur l'application liverun. L'application en mode gratuit, vous permettra de rester en contact avec l'organisation et notamment au niveau des secours. Par son intermédiaire, vous pourrez signaler au PC course un problème de santé avec le bouton « SOS », grâce à la géolocalisation, nous pourrions réduire le délai d'intervention.

Vous pourrez aussi y signaler un abandon, notamment si vous rentrez par vos propres moyens et que vous n'avez pas informé un poste de pointage.

Le petit "+" pour vos suiveurs :

- Pour vos accompagnateurs, possibilité de restauration au buron des bouals. Réservation directement auprès du propriétaire des lieux : burondesbouals@gmail.com ou 06-22-54-22-09 (Paul-Antoine Périé).
- Visite de la Coutellerie Honoré Durand - Laguiole (traversée par les coureurs, le samedi 22 avril de 9h00 à 18h30 sans discontinuer et le dimanche 23 avril de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h30.
- Visite libre de la coopérative Fromagère Jeune Montagne à Laguiole, le samedi 22 avril de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00 ainsi que le dimanche 23 avril de 9h00 à 12h00.
Visite guidée de la fromagerie à Laguiole à 10h30 et visite de ferme Jeune Montagne avec traite des vaches et goûter gourmand à 17h00. (Réservation conseillée au 05.65.44.35.54) à 10h30.

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

- Visite de la Brasserie d'Olt à St Geniez (à côté de l'arrivée) le dimanche 23 avril à 10h00.
Ouverture du magasin le vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 20h00. Le samedi de 9h30 à 12h15 et de 13h30 à 18h00 ainsi que le dimanche de 9h30 à 12h00.



•TA13 Trail d'Olt et d'Aubrac et TA7 Rando

- Retrait des dossards du vendredi 21 avril à Saint Geniez d'Olt, se fait à l'**Espace Culturel**, à côté de la piscine, de 14h00 à 20h00.

Possibilité de retirer le dossard d'un ami sous présentation de sa carte d'identité uniquement le vendredi.

Le retrait des dossards du samedi 22 avril à St Geniez d'Olt, se fait au **Gymnase de la Falque** de matin de 09h00 à 10h30. Passer 10h30 : Aucun dossard ne sera distribué.

Il y a 1.5km entre le Gymnase et le départ, pl du Général de Gaulle en centre-ville. Prenez vos dispositions.

- Inscriptions sur place uniquement pour la randonnée.
- Pas de matériel obligatoire. Nous conseillons une réserve en eau d'au moins 0.5l
- Barrières horaires : AUCUNE.
- Douches à l'arrivée (vestiaires du foot).
- Présence de kiné de 15h à 22h.
- Finisher : NON
- Tout abandon doit être signalé à un bénévole, merci de lui laisser votre dossard. Possibilité de signaler votre abandon sur l'application liverun. L'application en mode gratuit, vous permettra de rester en contact avec l'organisation et notamment au niveau des secours. Par son intermédiaire, vous pourrez signaler au PC course un problème de santé avec le bouton « SOS », grâce à la géolocalisation, nous pourrions réduire le délai d'intervention.

Vous pourrez aussi y signaler un abandon, notamment si vous rentrez par vos propres moyens et que vous n'avez pas informé un poste de pointage.

•Ravitaillements :

- L'accès aux ravitaillements et à leurs contenus sont réservés aux coureurs solos et aux coureurs-relayeurs des étapes précédente et suivante le point de contrôle.
- Eau/Eau Gazeuse/Coca (Aveyronnais - Brasserie d'Olt)
- Sirop/Jus de fruit
- Café/Thé/Soupe

INFOS COMPLEMENTAIRES J -1

- Fruits secs/Oranges/Bananes
- Gâteaux sucrés/Chocolat
- Gâteaux salés/Pain/Tartines diverses à Laguiole et Aubrac.
- Saucisse sèche Maison Conquet à Laguiole

•Repas d'après course :

L'aligot saucisse sera servie en continue à partir de 18h00-19h00 jusqu'à l'arrivée du dernier coureur au gymnase de la Falque.

•Remise des prix :

Les podiums se feront à partir de 18h30-19h00, à l'exception du 13km qui se fera à partir de 13h00.

Merci de votre compréhension.

Les catégories récompensées sont : V1-V2-V3-V4 (ancienne version FFA)

Tout prétendant au podium, doit être en mesure de fournir sa trace GPS sur simple demande de l'organisateur. S'il ne possède pas de montre GPS, le coureur devra télécharger l'application LIVE RUN (pour rappel, le téléphone fait parti du matériel obligatoire), lancer l'appli durant la course et accepter d'être géolocalisé en permanence.

- Google play :
<https://play.google.com/store/apps/details?id=net.livetrail.livetrailrunning&pcampaignid=MKT-Other-global-all-co-prtnr-py-PartBadge-Mar2515-1>
- App Store :
<https://apps.apple.com/fr/app/liverun-by-livetrail/id1265092866>

•Vestiaires :

Il est formellement INTERDIT de laver les chaussures sous les douches. Afin de maintenir un accueil chaleureux de la TRANS AUBRAC sur St Geniez d'Olt, merci de respecter cette consigne. En vous remerciant.

BONNE COURSE A TOUTES ET A TOUS