



ROAD BOOK

30KM

TRAIL DES POILUS 2018



DIMANCHE 11 MARS 2018

L'ORGANISATION, C'EST L'ADAPTATION

Dans un souci de respect du site, des travaux d'aménagement et de facilité des flux, un minimum de véhicules sera autorisé à accéder au site. Pour autant, si le départ du 61.5km bénéficie du cadre magnifique du château d'Olhain, il n'est pas question de priver les coureurs des 17 et 30 km d'un départ officiel de qualité. Aussi, comme pour les éditions précédentes celui-ci se fera du site de Notre Dame de Lorette et permettra, comme d'habitude, une bonne mise en jambes et un bon étirement du peloton dans la première descente vers Noulette. Il sera néanmoins précédé d'un départ «en fanfare», du City stade de Football à Ablain Saint Nazaire à 9h00. L'organisation des départs et remises de dossards litiges se fera comme suit :



DEPART EN PROCESSION DU CITY STADE D'ABLAIN ST NAZAIRE.

Stationnement sur les parkings et les places de stationnement de la commune d'ABLAIN ST NAZAIRE.

GPS: 50.392058 - 2.712054 (Le plus tôt étant bien sûr le mieux, 2000 coureurs sur le site !).

Retrait des dossards pour les litiges à la salle municipale d'Ablain Saint Nazaire, place de la mairie.

Retrait l'Eco-Cup et du sac déchet à la salle polyvalente d'Ablain Saint Nazaire, place de la mairie.

Votre Sac consigne est à déposer sur le site du départ officiel de la Nécropole Nationale de Notre Dame de Lorette avec votre étiquette et N° Dossard visible !

Départ des deux distances «en fanfare» à 9h00 du City Stade de Football à Ablain Saint Nazaire.

Ce départ est une liaison vers le site de Notre Dame de Lorette. Il permettra «en procession» de rejoindre la ligne des départs officiels, sans notion de chrono, chacun aura le temps une fois sur le site de se placer tranquillement dans le peloton pour démarrer sa course.

Départ Officiel au son des cornemuses depuis la Nécropole Nationale de Notre Dame de Lorette à 9h40 pour 30 km et 990 D+.

Balisage : Rubalise Crédit mutuel & Conseil Général + flèches directionnelles Trail des Poilus.

Ravitaillements - **Attention pas de gobelets sur les parcours**

1. R1 - 14km (complet).
2. R2 - 22km (complet).
3. R3 - Arrivée (complet).

Aire d'arrivée:

Une fois la ligne (enfin?) franchie, les coureurs pourront récupérer :

- **T-shirt manche longue finisher, une soupe «Soupe Idéal»,** se ravitailler, attendre le copain, se re-ravitailler, bref, le classique d'une arrivée.
- Ils pourront également profiter d'un massage «Ecole de Kiné de Lille», d'un podologue «Ecole de Podologie de Lille»
- Ils pourront également profiter de la beauté des lieux et des différents points de vue qu'offre la position stratégique du plateau de Lorette.
- Le sac consigne avec votre étiquette et N° Dossard visible !
- Les podiums, c'est là également que ça se passe.
- **Repas Estaminet : 14€/personne (Plat/dessert/boisson)** à réserver sur le site inscription Trail des poilus.
- **Des Douches** seront disponibles au stade de Football d'Ablain st Nazaire (1.5km de l'arrivée) - Rue Ponthiers - 62153 Ablain St Nazaire - Gps: 50.394713 - 2.713992.

UN SEUL MOT

Faites-vous plaisir. C'est que du bonheur.

UNE SEULE IDEE

Le respect de la nature (Trace Zéro), le respect des bénévoles (sans eux pas de course) et le respect des autres concurrents.

Les photos et les résultats seront disponibles courant de la semaine sur: www.letraildespoilus.fr

* * * * *

MATERIEL OBLIGATOIRE

1. Pièce d'identité.
2. Réserve alimentaire.
3. Réserve d'eau de 500ml minimum - Poche à eau ou 1 gourde de 500ml.
4. Gobelet personnel (**attention pas de gobelets sur les ravitaillements**) - offert par le Trail des Poilus.
5. Sac déchet, nous comptons sur vous pour zéro déchet sur le parcours - offert par le Trail des Poilus.
6. Sifflet
7. Téléphone portable avec le numéro des secours en mémoire ou l'application «**Trail Connect**».

* * * * *

MATERIELS CONSEILLES

En fonction de la météo.

1. Bonnet ou casquette ou bandana.
2. Collant, pantalon ou au minimum un corsaire couvrant le genou.
3. Vêtements chauds, indispensables en cas de conditions froides.
4. Veste imperméable permettant de supporter la pluie.
5. Gants (passage de corde).
6. **Les bâtons ne sont pas autorisés.**

* * * * *

CONFIRMATION DE LA RECEPTION DU DOSSARD SUR WWW.LETRAILDESPOILUS.FR

SECURITE

Cette année le **Trail des Poilus** s'associe à **Trace de Trail** pour faciliter votre localisation sur le parcours en cas de nécessité (besoin d'assistance, perdu ou abandon), grâce au module secours de l'application TrailConnect, qui sera paramétré spécialement pour la course.

En cas de besoin, vous pourrez déclencher via l'application un envoi SMS à l'organisation (numéros PC course et secours préconfigurés) et votre position sera transmise avec vos infos coureurs. Ce service ne se substitue pas aux moyens de sécurité habituels mais vient enrichir les outils à votre disposition pour entrer en contact avec l'organisation.

Les numéros sont :

Le 06.51.25.67.45, le 03.21.29.30.62 (Pc course) et le 112

Fonctionnement :

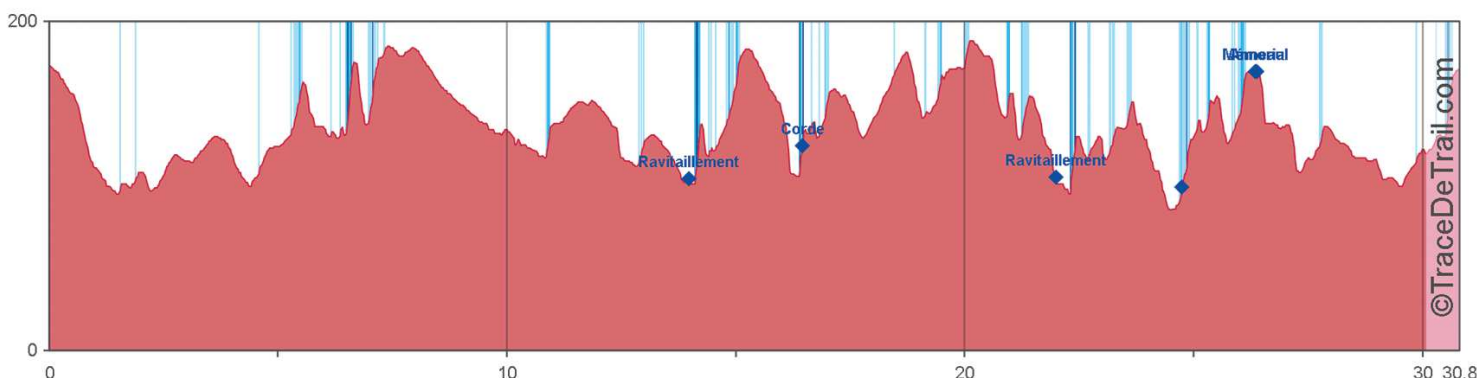
1. Télécharger l'application TrailConnect : <http://trailconnect.run/fr/telechargement/>
2. Configurez le module secours en saisissant vos données personnelles (elles seront transmises uniquement en cas de besoin avec votre position). Cf. notice d'utilisation disponible ici : http://tracedetrail.fr/assets/downloads/notice_TrailConnect_secours.pdf
3. L'application est prête à être utilisée. En cas de besoin, ouvrez là pendant la course.

* * * * *

SUIVI LIVE DES COUREURS

LIEU	ADRESSE	COORDONNEE GPS	COURSE
DEPART - Mairie Ablain St Nazaire	Place de la mairie - 62153 Ablain St Nazaire	50.394038, 2.714154	30Km
DEPART OFFICIEL - Notre Dame de Lorette	2 Pla de Notre Dame de Lorette - 62153 Ablain-Saint-Nazaire	50.401668, 2.715903	30Km
Etangs d'Aix-Noulette - km 4,200	Chemin de la Fontaine - 62160 Aix-Noulette	50.417259, 2.699309	30Km
Chemin des Loups - km 7,800	Chemin des Loups - 62172 Bouvigny-Boyeffles	50.412339, 2.675759	30Km
Ravito R1 - EAU + SOLIDE - km 14	176 Rue Marcel Lancino - 62153 Ablain ST Nazaire	50.396620, 2.696779	30Km
Ravito R2 - EAU + SOLIDE - km 22	9 Rue de la Vallée du Chauffour - 62153 Ablain St Nazaire	50.396241, 2.702427	30Km
Stade de Football - km 24,800	9 -11 Rue Ponthiers - 62153 Ablain ST Nazaire	50.393311, 2.714228	30Km
Blanche Voie 1 - km 25	Rue de la Blanche Voie - 62153 Ablain St Nazaire	50.394407, 2.716364	30Km
Blanche Voie 2 - km 25,800	Rue de la Blanche Voie - 62153 Ablain St Nazaire	50.396069, 2.716933	30Km
Notre Dame de Lorette - km 26,200	Route du Mont de Lorette	50.399664, 2.734893	30Km
Musée Guerre 14-18 - km 28,300	Route du Mont de Lorette	50.400385, 2.736722	30Km
Hameau de Noulette - km 29,200	19 Chemin du Roi d'Angleterre - 62160 Aix-Noulette	50.407234, 2.727404	30Km
ARRIVEE - Notre Dame de Lorette	2 Pla de Notre Dame de Lorette - 62153 Ablain-Saint-Nazaire	50.401668, 2.715903	30Km

> 10% > 20% > 30%



**ARENA
TRAIL DE LIEVIN
DIMANCHE
1 Juillet 2018**

4 COURSES
8, 16, 24 & 36 KMS

Une arrivée dans l'ARENA STADE COUVERT

Renseignements et inscriptions
<http://www.arenatraildelievin.fr>



Vous vous demandez ce que l'on fait? Notre job est simple, aider un maximum de personnes à retrouver le top de leur forme si bien physiquement que mentalement. Tout est possible avec la volonté et beaucoup de cœur!!!

Soyez sûr que vous pouvez faire de grandes choses
Profitez d'une évaluation forme, sport, nutrition et contrôle de poids personnalisée que nous vous proposons **GRATUITEMENT**.

Demandez votre bilan en m'envoyant un SMS (nom et prénom)

Olivier ALLEMEERSH - 06-03-05-01-28

