



TRES CHERS TRAILEURS,

*Vous et nous, sommes dans la dernière ligne droite de la préparation des courses des Trails de la Brie des Morin. Ce mail a pour objet de vous récapituler les points qui nous semblent **importants**. Nous vous demandons de le lire avec attention afin que votre épreuve se déroule dans les meilleures conditions possibles.*

Le trail est par définition un sport nature. N'hésitez pas à jeter un coup d'œil à la météo (parfois évolutive...) afin de prévoir l'équipement adéquat. La météo du mois d'avril a modifié une partie de notre terrain de jeu et nous a imposé quelques modifications de parcours de dernière minute.

LE DIMANCHE 21 AVRIL 2024: TRAILS DE LA BRIE DES MORIN AU DEPART DE SAINT CYR SUR MORIN

LE RETRAIT DES DOSSARDS :

Il se fera à Saint Cyr sur Morin à la salle Polyvalente (à côté de la Mairie) :

- Le dimanche 21 Avril à partir de **06H45** et jusqu'à **15 minutes** avant le départ de la course.

POUR VOTRE CONFORT NE VENEZ PAS RETIRER VOTRE DOSSARD AU DERNIER MOMENT !

HORAIRES DE DEPART/LIEU DE DEPART

- Grand Trail du Sonneur (61, 4 km) : 08h30 Saint-Cyr-sur-Morin
- Maratrail (42,9 km) : 09h00 Saint Cyr-sur-Morin
- Trail du Tacot Briard (25,4 km) : 10h00 Saint Cyr-sur-Morin
- Course des Têtards (10,1km) : 10h30 Saint-Cyr-sur-Morin
- Rando des Têtards (10,1 km) : 10h35 Saint-Cyr-sur-Morin

VESTIAIRES – DOUCHES – CONSIGNES – OSTEOPATHE

Pour soigner votre accueil, vous trouverez toutes ces prestations au niveau de la salle des fêtes de Saint Cyr sur Morin. En fonction de l'état des chemins et donc de vos chaussures !!! nous vous remercions par avance de maintenir les locaux dans un bon état de propreté (retrait des chaussures à l'entrée, ...).

L'équipe d'OsteoBio sera à votre disposition pour soulager vos muscles après l'épreuve (suivre balisage au niveau de cette même salle).

BALISAGE

Vous participez à un trail et à la différence d'une course sur route, l'itinéraire est balisé par des jalons qui peuvent prendre différentes formes : rubalise, flèches, indications au sol, etc., en fonction de la nature du terrain. Il vous appartient d'être attentif sur ces indications en ne vous fiant pas forcément au coureur qui est devant vous et qui peut être sur une autre distance ou n'avoir pas été attentif au balisage.

Pour votre information, les trace GPX pour chaque courses sont également disponible sur le site internet de l'épreuve (<http://www.ultra-trail-briedesmorin.fr/index.html> rubrique : les courses)

GOBELETS

Il n'y aura pas de gobelet sur les ravitaillements. Il vous faudra donc vous équiper d'un gobelet que vous transporterez dans votre sac à dos. Nous mettrons également à disposition des gobelets contre une caution de 1 Euro.

PUCE / CHRONOMETRAGE / DOSSARD

Une puce de chronométrage vous sera fournie, cette puce doit **impérativement** être fixée à votre chaussure (si vous la rangez dans votre sac à dos, votre poche...ou que vous la laissez dans votre voiture... ☺...ça ne marchera pas..)

Sans cette puce correctement mise en place vous ne pourrez être ni chronométré, ni classé. Ces puces devront également être restituées à l'organisation à l'arrivée ou au commissaire de course en cas d'abandon. Les puces non restituées seront facturées 5€ au participant.

Votre dossard, devra être porté sur le torse et parfaitement visible en toute circonstance.

BARRIERES HORAIRES

Barrières Horaires Grand Trail du Sonneur

Ravito Sablonnières - 18,2 km	11:32:00
Ravito La Forge – 33.5 km	14:05:00
Ravito St Ouen sur Morin - Loco - 44.6 km	15:56:00
Point d'eau – Biercy - 52.6 km	17:16:00
Arrivée - Saint Cyr - 61.4 km	18:44:00

Barrières Horaires Maratrail de la Brie

Ravito La Forge – 15.1 km	11:31:00
Ravito St Ouen sur Morin - Loco – 26.2 km	13:22:00
Point d'eau – Biercy – 34.5 km	14:45:00
Arrivée - Saint Cyr – 42.9km	16:12:00

Barrières Horaires Trail du Tacot Briard

Ravito St Ouen sur Morin – Loco - 17.1 km	12:51:00
Arrivée - Saint Cyr - 25.4 km	14:14:00
Pour rappel Point d'eau au Km 7.4	

Barrières Horaires Course des têtards

Point d'eau – Biercy – 4.6 km	11:16:00
Arrivée - Saint Cyr – 10.1 km	12:11:00

SECURITE

Une fiche de sécurité est en annexe de ce mail, elle sera également jointe à votre dossard et vous devrez la conserver avec vous pendant toute la course.



Le matériel obligatoire pourra être contrôlé à tout moment par un commissaire de course. L'absence d'un ou de plusieurs éléments du matériel obligatoire pourra entraîner l'arrêt du coureur et l'invalidation du dossard par le commissaire de course.

Nous vous demandons dès à présent d'intégrer dans vos portables les numéros de l'organisation :

Responsable Organisation : Stéphanie Montico	06 79 78 12 03
Responsable PC course : Laurent Devilliers	06 34 31 56 38
Responsable balisage : Eric Devogèle	06 86 89 99 95
Médecin de course – Secours :	06 67 40 08 27

RAPPEL DU MATERIEL OBLIGATOIRE :

Grand Trail du Sonneur

Matériel obligatoire

- Une réserve d'eau d'au moins 1 l
- Des aliments énergétiques
- Un sifflet
- Une couverture de survie
- Une veste avec capuche de type coupe-vent permettant de supporter le mauvais temps • Un téléphone mobile avec le numéro de téléphone de l'organisation enregistré

Attention veillez à ce que le numéro de votre téléphone ne soit pas masqué

Matériel recommandé

- Des vêtements chauds
- Une paire de chaussettes de rechange
- Des vêtements (maillot) de rechange
- Une copie des cartes
- Une trousse de secours pour les soins urgents

Maratrail de la Brie

Matériel obligatoire

- Une réserve d'eau d'au moins 1 l
- Des aliments énergétiques
- Un sifflet
- Une couverture de survie
- Une veste avec capuche de type coupe-vent permettant de supporter le mauvais temps
- Un téléphone mobile avec le numéro de téléphone de l'organisation enregistré

Attention veillez à ce que le numéro de votre téléphone ne soit pas masqué

Matériel recommandé

- Des vêtements chauds
- Une paire de chaussettes de rechange
- Des vêtements (maillot) de rechange
- Une copie des cartes
- Une trousse de secours pour les soins urgents



Trail du Tacot Briard

Matériel obligatoire

- Une réserve d'eau
- Des aliments énergétiques
- Un téléphone mobile avec le numéro de téléphone de l'organisation enregistré

Attention veillez à ce que le numéro de votre téléphone ne soit pas masqué

Course des Têtards et rando des têtards

Aucun Matériel obligatoire

STATIONNEMENT

Les zones de stationnement sur l'ancien terrain de football à 250 m de la ligne de départ sont très incertaines. A ce stade, l'état du terrain est impraticable et sera dépendant des conditions climatiques.

Surveillez le balisage en arrivant sur St Cyr sur Morin.

Pour des raisons de sécurité et afin d'assurer des conditions de départ satisfaisantes pour tous, le stationnement est interdit devant la Mairie sur une longueur de 500 mètres.

Nous vous conseillons de stationner dans les zones prévues, et de ne laisser aucun objet de valeur dans votre véhicule. Une consigne/vestiaire sera à votre disposition sur l'espace de départ/arrivée des courses

Un plan précisant ces différentes zones de stationnement ci-contre :

- Vert zone de stationnement
- Bleu zone de retrait des dossards, consignes, douches, vestiaires
- Orange : zone de départ, arrivée
- Rouge : Zone de stationnement interdite



Bonnes courses à toutes et à tous, en souhaitant vivement que vous prendrez le même plaisir à courir que nous à vous accueillir.

Toute L'équipe organisatrice des Trails de la Brie des Morin

