



SORTIE CLUB GRAND TRAIL DU SAINT JACQUES 7-8 et 9 JUIN 2019



Quelque soit votre choix de distance, vous vivrez une arrivée chargée d'émotions au pied des marches de la Cathédrale Notre Dame du Puy, après vous être balladés dans des paysages grandioses, peut-être avec un peu de boue....

Envie de visionner la vidéo du Grandtrail 2018 : <https://youtu.be/LRzWEo6P4VQ>

PROGRAMME

■ VOYAGE :

- **Départ** de Lyon en car pour le Puy en Velay le **vendredi 7 Juin 2019 à 17h30**
RDV devant le commissariat du 8^{ème}, derrière la maison de la danse,
43 Avenue du Général Frère.
- Retour le **dimanche 9 Juin 2019** en fin d'après-midi.

■ HEBERGEMENT :

- Nuits du vendredi et du samedi, petits déjeuners du samedi et du dimanche à L'hôtel IBIS CENTRE Le Puy en Velay 1 Avenue d'Aiguilhe :



<https://www.accorhotels.com/fr/hotel-0972-ibis-le-puy-en-velay-centre/index.shtml>

■ 2 REPAS EN COMMUN :

- Vendredi soir au restaurant de l'hôtel, menu « Energie »
- Dimanche midi au restaurant Le Romulus pour un menu régional
53 Boulevard Saint Louis au Puy en Velay



<https://www.lepuyenvelay-tourisme.fr/restaurants-puy-en-velay/le-romulus/>

■ DOSSARDS

- Vos dossards sont gérés par le club et vous seront distribués vendredi soir à l'hôtel.

■ NAVETTES

- L'hôtel est situé à 250m de la Place de la Libération d'où partiront les navettes le samedi matin pour nous mener aux zones de départ des courses.
- Horaires des navettes : 77km à 6h20 / 49km à 7h30 / 38km à 7h45 / 17km à 8h10 et la randonnée à 7h20.

LES TRAILS

SAMEDI 8 JUIN 2019

- Le Grand Trail du Saint Jacques « originel » - **77km Solo** au départ de Saugues
- Le Trail du Gévaudan, la formule la plus exigeante - **49 km** au départ de Monistrol d'Allier.
- La Via Podiensis, descente au paradis - **38km** au départ de Saint Privat d'Allier.
- Les Chibottes, initiatique et joueur - **17km** au départ de Saint Christophe-sur-Dolaison.
- Le format randonnée - **22km** au départ du domaine de Chantouin (Ramourouscle).

Pour rappel : Le 115km, le 77km en relais et la randonnée ne sont pas au challenge.

EQUIPEMENTS/REGLEMENT DU GRANDTRAIL

Equipement obligatoire

Un système d'hydratation de 0,5l minimum avec porte gourde ou waterbag, un téléphone portable avec une batterie chargée, une lampe frontale (115km et 77km), une réserve alimentaire, un vêtement de pluie, une couverture de survie et un sifflet.

Equipement facultatif

Le road-book remis à chaque concurrent dans l'enveloppe dossard. Nb : en cas de météo difficile, l'organisation se réserve le droit de modifier et d'étoffer l'équipement obligatoire. Les nouveaux éléments seront alors communiqués aux participants par mail ou sms.

L'utilisation de bâtons est autorisée. Les chaussures de trail conseillées.

COMBIEN CA COÛTE

- **Coureurs et randonneurs :**
Transport + 2 Nuits d'Hôtel + 2 Petits Déjeuners + 2 Repas + Navettes + Dossards =
95€ + le coût de votre dossard
- **Membres accompagnateurs :**
Transport + 2 Nuits d'Hôtel + 2 Petits Déjeuners + 2 Repas = **95€**

Pour info tarif des dossards :

115km : **85€** / 77km : **59€** / 49km : **34€** / 38km : **20€** / 17km : **11€** / La randonnée : **11€**

INSCRIPTION

Cliquez sur le lien : www.njuko.net/trailsaintjacques-aaal

Votre inscription sera validée à réception de votre paiement par CB sur Njuko, par chèque bancaire à l'ordre de AaA Lyon ou Chèques Vacances à envoyer à :

Yamina SORIS 495, Route de Grévilly - 69490 SAINT FORGEUX.

A noter : le club engageant des frais, aucun remboursement ne pourra être effectué en cas de désistement non remplacé.

Attention sortie limitée à 60 participants.

S'il n'y a plus de place : mettez-vous sur **la liste d'attente**, il n'est pas rare d'avoir des désistements.

DES QUESTIONS

- Rendez-vous sur le **site de la course** : <https://www.trailsaintjacques.com/>
- **Ou adressez-vous** à Yamina SORIS Tél : 06 09 33 85 33 / yaminasoris@aaalyon.fr
- **Ou écrivez-nous** à : contact@aaalyon.fr
- **Ou parlez-en** avec Aurélie, Pauline, Sandrine, Alain, Michel ou Bernard, présents sur le GrandTrail du Saint Jacques en 2018.

La commission Festivités