



SORTIE CLUB HALLOWEEN : TRAIL DES SAPINS SEMI-NOCTURNE EN ARDECHE

Samedi 29 - Dimanche 30 octobre 2022

Après un stage trail réussi, venez mettre en application les bons conseils des entraîneurs au trail des sapins. Rien ne vous empêche de venir si vous étiez absents au stage trail.
Différents formats sont proposés 7-12-21 ou 46km et pour les non coureurs 2 randonnées 7 ou 12km ou tout simplement venez pour accompagner les coureurs, et profitez d'un week-end en Ardèche à Lalouvesc.

TRAIL
DES SAPINS
SEMI-NOCTURNE EN ARDECHE (07)

INSCRIPTIONS
LIMITÉES

7 km
La Forêt des Afars

12 km
Le Val des Sorcières

21 km
La Louvetrouille

46 km
L'Infernale

7 et 12 km
RANDONNÉES
PÉDESTRES
également adaptées
aux pratiquants de
marche nordique

QUALIFIER **20K** M

QUALIFIER **50K** M

LALOUVESC
29 OCTOBRE 2022
ORGANISÉ PAR LE COMITÉ DES FÊTES

iTRA
INTERNATIONAL
TRAIL RUNNING
ASSOCIATION

VOYAGE

Le trajet se fera en car Philibert pour 50 participants

- Départ de Lyon le samedi 29 octobre à 9h direction Lalouvesc (07)
RDV au 43 Avenue du Général Frère (Lyon 8) derrière la maison de la danse – mairie du 8^{ème}
Arrêt tramway Bachut – Mairie du 8ème
- Retour dimanche 30 octobre après le déjeuner du midi

HEBERGEMENT/REPAS

- **Nous serons hébergés :**
 - **Soit au camping municipal, mini-chalets pour 2-3 personnes :** se situe au niveau du départ / arrivée
 - **Soit au Gîte Le Grand Rocher** grande maison familiale de vacances tout confort se situant à 1km du départ et de l'arrivée des courses et de la randonnée.

Les draps n'étant pas fournis, prévoir un duvet est vivement recommandé



- **Repas :**
 - Samedi soir : repas ardéchois
 - Dimanche matin : petit-déjeuner à prendre au gîte
 - Dimanche midi : Déjeuner à Lalouvesc au restaurant

Le repas du samedi midi est à votre charge, il est fortement recommandé d'emmener son pique-nique. Lalouvesc est un village avec un nombre de commerçants limités.

COURSES AU CHOIX ET RANDONNEES

Nous voici partis dans l'aventure du Trail des Sapins 2022. Dans la marmite de la sorcière du village, tous les ingrédients qui ont fait le succès des précédentes éditions : de superbes parcours 100% nouveaux.

Deux courses pour le prix d'une !!! Avec un départ en fin d'après-midi, vous aurez une moitié du parcours de jour, et l'autre de nuit. Deux ambiances pour deux fois plus de plaisir. Gare aux loups garous qui sortent à la nuit tombée (il faudra courir plus vite qu'eux).

A l'arrivée, un peu de réconfort avec un repas ardéchois pour les affamés. Attention tout de même à ce que la gamelle ne soit pas empoisonnée !!!

Chacun récupèrera son dossard avec son lot et le bon pour le repas du soir

- **Course :**
 - **46km l'Infernale 2000m D+** départ à 15h30
 - **21km la Louvetrouille 900m D+** départ 17h00
 - **12km le Val des sorcières 700m D+**, départ 17h30
 - **7Km la forêt des Afars 200m D+**, départ à 18h00

- **Randonnées pédestres :**
 - **12Km** départ 17h 30 précise
 - **7km** départ à 18h00 précise

COMBIEN CA COUTE

Le prix comprend les transports, le dossard, le repas d'après course, la nuit du samedi au dimanche, le petit-déjeuner du dimanche matin et le déjeuner du dimanche midi.

- **Coureur :**
 - **46km l'Infernale : 69€**
 - **21km la Louvetrouille : 59€**
 - **12km le Val des sorcières : 54€**
 - **7Km la forêt des Afars : 51€**
- **Randonneur : 49€**

- Le club s'occupe de votre inscription à la course et s'engage pour vous au respect du protocole sanitaire qui sera en vigueur à cette date.

INSCRIPTIONS VIA NJUKO AVANT LE 14 OCTOBRE

- Avant de vous inscrire, pensez bien à être à jour de votre adhésion
- Cliquez sur le lien : <https://www.njuko.net/aaal-traildessapins-lalouvesc>
- Paiement par CB en ligne, inscription immédiatement validée
- Paiement par CB ou chèque à l'ordre de AAA LYON à envoyer à :
Christophe BOUGRAIN, 11 rue Anatole France, 69100 Villeurbanne
 Compte tenu de la période estivale (vacances), nous recommandons de privilégier le paiement par CB, la validation de votre inscription étant effective à la réception de votre chèque. Merci d'envoyer un sms ou un mail pour informer de l'envoi du chèque.
- A noter : le club engageant des frais, aucun remboursement ne pourra être effectué en cas de désistement non remplacé. Si les conditions sanitaires nous imposaient l'annulation de la sortie, vous seriez remboursés intégralement (hors frais Njuko).
- S'il n'y a plus de place, inscrivez-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.traildessapins-lalouvesc.fr/>

Adressez-vous à **Christophe BOUGRAIN** tél : 06 86 31 84 86 ou **Ronan LECLER** 06 63 61 22 58

Ou écrivez à : contact@aaalyon.fr

AaAmicalement, la commission festivités pour le bureau de l'AaAL