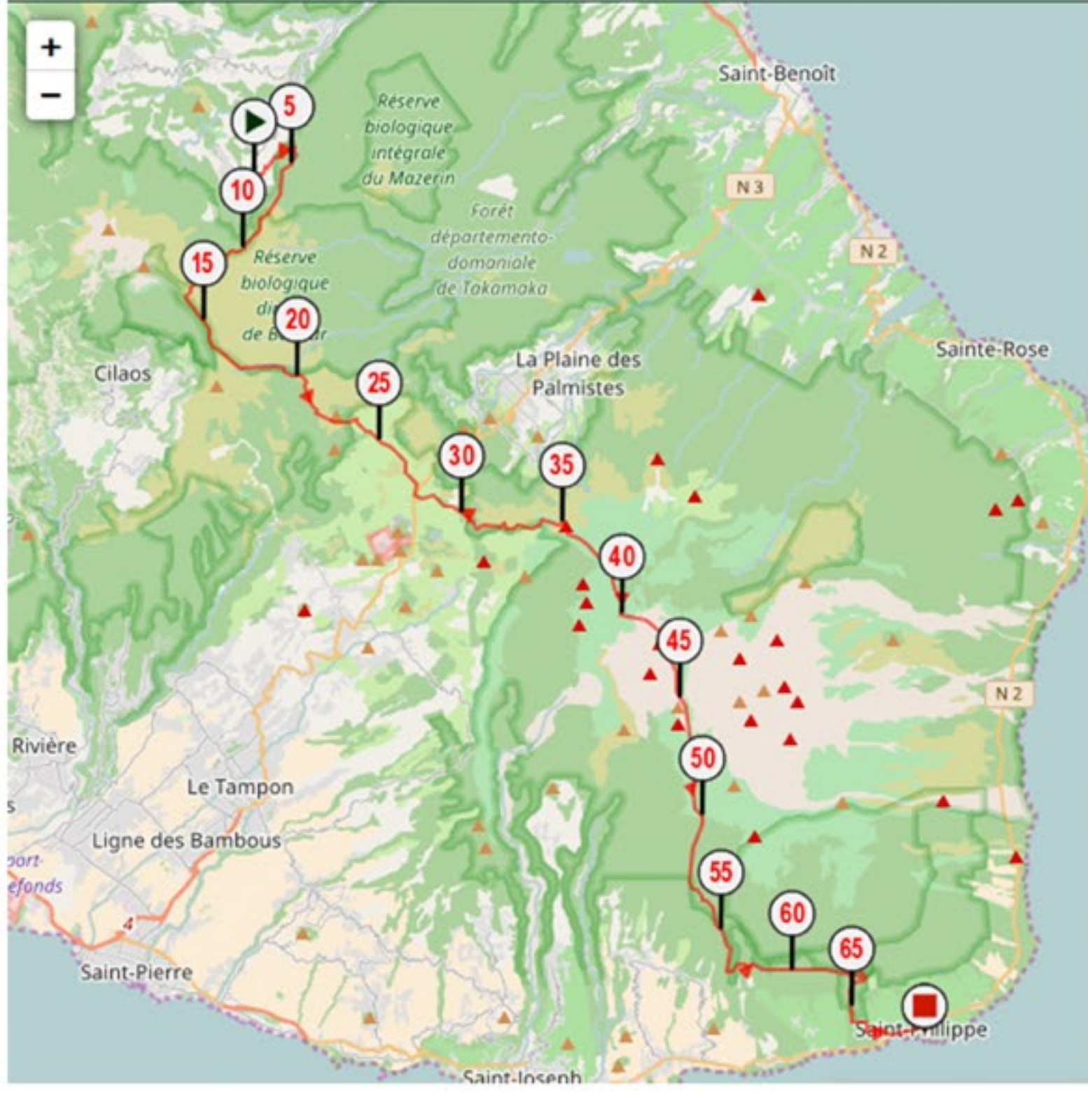


GUIDE PRATIQUE



Épreuve de montagne de 75km destinée aux coureurs confirmés. Vous pourrez être confrontés à des conditions climatiques pouvant être très difficiles (nuit, vent, froid, pluie). Cet épreuve se déroule en une seule étape au rythme de chacun.

Départ de Salazie-Hellbourg le samedi 20 mai à 6h



REMISE DES DOSSARDS

Le retrait des dossards s'effectuera dans les magasins Decathlon :

- Le mardi 16 mai à Saint-Pierre de 10h à 18h
- Le mercredi 17 mai à Sainte-Suzanne de 10h à 18h

Aucun dossard ne sera remis le jour de l'épreuve.

BARRIÈRES HORAIRES ET RAVITAILLEMENTS

SEMI TRANSRUN 2017 Solo et Relais barrières horaires

CP	Poste	Ouverture	Fermeture	Distance	Distance partielle	D+ partiel	D- partiel	D+ cumul	D- cumul	Type Ravito
5	HELL BOURG	sam. 20 mai 2017 04:30	sam. 20 mai 2017 06:00	0	13	0	0	0	0	Eau, café, thé
6	GITE DE BELOUVE	sam. 20 mai 2017 06:15	sam. 20 mai 2017 07:30	4	4	530	10	530	10	Type marathon
7	REFUGE PITON DES NEIGES	sam. 20 mai 2017 07:30	sam. 20 mai 2017 12:30	13	9	1000	10	1530	20	Eau
8	MARE A BOUE	sam. 20 mai 2017 08:30	sam. 20 mai 2017 16:30	25	12	110	990	1640	1010	Type marathon + soupe
9	PITON TEXTOR	sam. 20 mai 2017 09:30	sam. 20 mai 2017 18:30	35	10	660	90	2300	1100	Type marathon + soupe
10	PARKING FOC FOC	sam. 20 mai 2017 10:00	sam. 20 mai 2017 20:30	43	8	350	160	2650	1260	Type marathon + soupe
11	BASSE VALLEE	sam. 20 mai 2017 11:15	dim. 21 mai 2017 00:00	58	15	100	1850	2750	3110	Type marathon + soupe
12	SAINT PHILIPPE	sam. 20 mai 2017 12:00	dim. 21 mai 2017 03:00	69	11	90	750	2840	3860	Eau, coca, repas

SAC D'ASSISTANCE

Les concurrents de l'Ultra et de la Semi (excepté les relais) peuvent laisser leur sac d'assistance à l'organisation avant le départ :

Pour l'Ultra Transrun : les sacs seront acheminés vers Hellbourg puis Saint-Philippe.

Pour la semi Transrun : les sacs seront acheminés vers Saint-Philippe.

Bien étiqueter chaque sac : nom, prénom et n° dossard, destination.

Le sac ne doit pas peser plus de 5kg, et ne contenir aucun objet de valeur (argent, appareil photos, téléphone portable) car l'organisation ne sera pas responsable d'éventuels vols.

Récupérer les sacs à Saint-Philippe à partir de dimanche. (ils seront détruit 48h après la fermeture du stade).



ABANDON

En cas d'abandon ou arrêt par le médecin et/ou directeur de course, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de contrôle le plus proche et lui remettre son dossard afin qu'il soit neutralisé ou à défaut contacter l'organisation au 0692 141 080.

A défaut, l'Organisation décline toute responsabilité quant aux conséquences qui pourraient en découler (déclenchement des recherches...) et, d'autre part, l'Organisation se réserve le droit de refuser l'inscription du coureur pour les éditions ultérieures.

Pour les courses en relais, l'abandon ou la disqualification d'un relayeur entraînera automatiquement le retrait de l'équipe.

Les relayeurs suivants pourront continuer, s'ils le désirent, sans relevé de performance, ni classement mais avec le support logistique du ravitaillement de l'organisation.



RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

La TransRun, les communes qu'elle traverse, l'ONF et le Parc National sont engagés résolument dans une démarche de protection de l'environnement et de développement durable.

Nos courses se déroulent en pleine nature, au contact d'une faune, d'une flore et de paysages aussi bien fragiles qu'exceptionnels.

Cet environnement est unique, chaque trailler se doit de le respecter et de participer à sa préservation. Nous travaillons avec l'aide du Parc National et de l'ONF à l'amélioration des mesures visant à limiter les impacts de nos courses sur l'environnement. Nous comptons sur vous pour adopter une attitude éco-responsable et la faire partager à ceux qui vous accompagnent.

Pas de gobelet en plastique jetable sur la course, pensez à apporter votre gobelet réutilisable ! Ensemble, protégeons notre environnement !



RECONNAISSANCE DES COURSES

Ultra et Semi TRANSRUN 2017 by Decathlon

Pour préparer votre course Trail vous parcourrez le nouveau tracé de l'édition 2017 TRANSRUN.

Encadrement par un accompagnateur en montagne spécialiste du trail à l'île de La Réunion Thierry CHAMBRÉ.

21 et 22 janvier	Partie 1 Saint Denis à Route Des Fleurs Haut de Sainte Marie 23km 1000d+ et 0d-
4 et 5 février	Partie 2 Route Des Fleurs Haut de Sainte Marie à Hell Bourg 22km 1300d+ et 1600d-
4 et 5 mars	Partie 3 Hell Bourg à Mare à Boue 26km 1800d+ et 1000d-
1 et 2 avril	Partie 4 Mare à Boue à Saint Philippe 40km 1200d+ et 2800d-
1 et 2 avril	Partie 5 Mare à Boue à Saint Philippe 40km 1200d+ et 2800d-
1 et 2 avril	Partie 6 Mare à Boue à Saint Philippe 40km 1200d+ et 2800d-

Données informelles, nombre limité de places, sous réserve des bonnes conditions météo et physique des participants

Tarif: 25€ / journée reco

Informations et réservations:

Email : laustral.altitude@gmail.com
 tel : 0692 60 77 40
 Austral Altitude: www.austral-altitude.re

ITINÉRAIRE ET HORAIRES

Semi en individuel

LIEUX	Vitesse												
	DIR	DIST	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00
DEPART : STADE HELLBOURG - IMPASSE TECHER	TD	0	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	06:00
RUE AUGUSTE LACAUSSE	TAD	0,2	06:03	06:03	06:03	06:02	06:02	06:02	06:02	06:01	06:01	06:01	06:01
GITE DE BELOUVE	TAD	4,5	07:27	07:17	07:07	07:07	07:00	06:54	06:49	06:45	06:41	06:38	06:36
RELAI DE BELOUVE VERS GR R1	TAD	5,4	07:44	07:32	07:21	07:12	07:04	06:58	06:54	06:49	06:46	06:43	06:40
CAP ANGLAIS	TD	9,8	09:09	08:48	08:27	08:10	07:57	07:46	07:38	07:30	07:24	07:18	07:13
CAVERNE MUSSARD	TD	10,7	09:27	09:03	08:40	08:22	08:08	07:56	07:47	07:38	07:31	07:25	07:20
GITE DE LA CAVERNE DUFOUR	TD	13,5	10:21	09:51	09:22	09:00	08:42	08:27	08:15	08:04	07:58	07:48	07:41
GR R2	TAG	13,8	10:27	09:56	09:27	09:04	08:45	08:30	08:18	08:07	07:58	07:50	07:43
CAVERNE DU BRAS DE CHANSONS	TD	18,1	11:50	11:10	10:31	10:01	09:37	09:17	09:01	08:47	08:35	08:24	08:15
MARE A BOUE	TD	25,9	14:21	13:24	12:28	11:45	11:10	10:42	10:19	09:59	09:42	09:27	09:14
RN 3	TAD	27,5	14:52	13:51	12:52	12:06	11:30	11:00	10:35	10:13	09:55	09:40	09:26
VERS CHALET DES PATRES	TAG	27,8	14:58	13:56	12:57	12:10	11:33	11:03	10:38	10:16	09:58	09:42	09:28
VERS PITON ROUGE	TD	29,4	15:29	14:24	13:21	12:32	11:52	11:20	10:54	10:31	10:12	09:55	09:40
PITON ROUGE	TD	30,9	15:58	14:49	13:43	12:52	12:10	11:37	11:09	10:45	10:24	10:07	09:51
PITON MISERE	TD	32,6	16:30	15:18	14:09	13:14	12:31	11:55	11:26	11:00	10:39	10:20	10:04
PITON TEXTOR	TD	35,5	17:27	16:08	14:52	13:53	13:06	12:27	11:55	11:27	11:04	10:44	10:26
BOIS OZOUX	TD	38,7	17:52	16:30	15:12	14:10	13:21	12:41	12:08	11:39	11:15	10:54	10:36
ORATOIRE SAINTE THERESE	TD	38,7	18:29	17:03	15:40	14:36	13:44	13:02	12:27	11:57	11:31	11:09	10:50
INTERSECTION GITE	TAD	42,2	19:36	18:03	16:33	15:22	14:26	13:40	13:02	12:29	12:01	11:37	11:16
ROUTE FORESTIERE DU VOLCAN	TAD	42,5	19:42	18:08	16:37	15:26	14:30	13:43	13:05	12:32	12:04	11:40	11:18
PARKING FOC FOC - VERS SENTIER DU TREMBLET	TAG	43,1	19:54	18:18	16:46	15:34	14:37	13:50	13:11	12:37	12:09	11:44	11:23
SENTIER JACQUES PAYET	TAD	47,9	21:27	19:41	17:58	16:38	15:34	14:42	13:59	13:22	12:50	12:23	11:59
VERS PITON LARDE	TAG	48,9	21:47	19:58	18:13	16:52	15:46	14:53	14:09	13:31	12:59	12:31	12:06
PITON LARDE	TD	52,6	22:58	21:01	19:09	17:41	16:31	15:33	14:46	14:05	13:30	13:00	12:34
SENTIER DU GITE DE BASSE VALLEE	TAG	56,8	00:19	22:13	20:12	18:37	17:21	16:19	15:28	14:44	14:06	13:34	13:06
GITE DE BASSE VALLEE	TD	58	00:42	22:34	20:30	18:53	17:36	16:32	15:40	14:55	14:17	13:44	13:15
RF DES CAMPHIERS	TD	58,1	00:44	22:36	20:31	18:54	17:37	16:33	15:41	14:56	14:18	13:44	13:15
RACCOURCI RF CAMPHRIER	TAG	58,2	00:46	22:37	20:33	18:56	17:38	16:34	15:42	14:57	14:18	13:45	13:16
RF DES CAMPHIERS	TAD	58,4	00:50	22:41	20:36	18:58	17:40	16:37	15:44	14:59	14:20	13:47	13:18
RF DE MARE LONGUE	TD	62,1	02:01	23:44	21:31	19:48	18:25	17:17	16:21	15:33	14:52	14:16	13:45
RACCOURCI DANS LA FORET DE MARE LONGUE	TAG	64,1	02:40	00:18	22:01	20:14	18:49	17:39	16:41	15:51	15:09	14:32	14:00
TRAVERSEE CHEMIN DE CEINTURE	TD	66,4	03:25	00:58	22:36	20:45	19:16	18:04	17:04	16:12	15:29	14:51	14:18
CHEMIN MER CASSEE	TAD	67,3	03:42	01:13	22:49	20:57	19:27	18:14	17:13	16:21	15:36	14:58	14:28
RN2	TAG	67,8	03:52	01:22	22:57	21:04	19:33	18:19	17:18	16:25	15:41	15:02	14:24
RUE DE LA MARINE	TAD	69	04:15	01:42	23:15	21:20	19:48	18:32	17:30	16:36	15:51	15:12	14:37
ACCES STADE DE SAINT PHILIPPE	TAG	69,2	04:19	01:46	23:18	21:22	19:50	18:34	17:32	16:38	15:53	15:13	14:39
ARRIVEE = STADE DE SAINT PHILIPPE	TD	69,4	04:23	01:49	23:21	21:25	19:52	18:37	17:34	16:40	15:54	15:15	14:40

CERTIFICAT MÉDICAL

Nom de la course :

Numéro de dossard :

CERTIFICAT MEDICAL

Je, soussigné Dr _____, Docteur en médecine,

certifie que l'examen de M/Mme _____

Date de naissance : _____ Age : _____

ne révèle pas de contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition.

Certificat établi à : _____

Date : _____ Signature du Médecin : _____

Tampon du médecin :