

# TRAIL DU LYON VERT

**DIMANCHE  
22 SEPT 2019**



## INFO PRATIQUES

### • PARCOURS 12 KM

Date : dimanche 22 septembre 2019

Horaire de départ : 10h00

Barrière horaire d'arrivée : 13h

Nombre de participants : limité à 450 personnes

Départ : Domaine Le Lyon Vert, 3 av. Bassinet -69260 Charbonnières

Arrivée : Domaine Le Lyon Vert, 3 av. Bassinet -69260 Charbonnières

Dénivelé + : 250 m

### • PARCOURS 20 KM

Date : dimanche 22 septembre 2019

Horaire de départ : 9h30

Barrière horaire d'arrivée : 13h30

Nombre de participants : limité à 450 personnes

Départ : Domaine Le Lyon Vert, 3 av. Bassinet -69260 Charbonnières

Arrivée : Domaine Le Lyon Vert, 3 av. Bassinet -69260 Charbonnières

Dénivelé + : 400 m

### • RETRAIT DOSSARDS ET PUCES DE CHRONOMETRAGE

Samedi 21 septembre 2019 de 10h à 18h

Dimanche 22 septembre de 7h à 10h - Parc du Domaine Le Lyon Vert

Sur présentation d'une pièce d'identité avec photographie et certificat médical. Passé cette date, tout dossard non récupéré est perdu, le concurrent ne peut pas prendre part à la course ; les frais d'inscription ne seront pas remboursés.

## • EQUIPEMENT

### Obligatoire

- Téléphone mobile (mettre dans son répertoire les n° de sécurité de l'organisation, ne pas masquer son numéro et ne pas oublier de partir avec des batteries chargées)

### Recommandé

- Réserve d'eau minimum 0,5 litre
- Chaque concurrent s'équipera en fonction de la météo. Les chaussures de type Trail sont fortement conseillées.

## • RAVITAILLEMENTS

Sur le 20 km : 1 ravitaillement complet au km 9 environ et 1 ravitaillement eau au km 15

Sur le 12 km : 1 ravitaillement complet au km 5 environ.

## • ARRIVEES

Les arrivées sont prévues au Parc du Domaine Le Lyon Vert. Un ravitaillement est prévu à l'arrivée de chaque trail. La remise des récompenses aura lieu à 11h45.

## • CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

Des lots seront remis aux trois premiers hommes et aux trois premières femmes du classement scratch sans distinction de catégories d'âge, pour le 12 km et le 20 km.

Tous les coureurs auront un cadeau, remis lors de la prise des dossards.