



Le RaDicAssAnt 2023

ultra trail 124km

une course du RaDicAtrAil

EQUIPEMENT OBLIGATOIRE AU DEPART:

- Réserve 1 litre d'eau minimum
- 2 barres énergétiques ou équivalent
- Gobelet personnel 15cl minimum
- Téléphone portable, numéro correspondant à celui fourni obligatoirement à l'inscription
- Bracelet sécurité remis avec votre dossard
- Sifflet
- Lampe frontale
- Couverture de survie
-

EQUIPEMENT CONSEILLE MAIS NON OBLIGATOIRE:

- Coupe vent ou veste légère
- Plans du parcours téléchargeables sur le site

Il n'y aura pas de contrôle de matériel à la remise des dossards; contrôles de sacs inopinés au départ et sur le parcours, avec mise hors course en cas de non conformité

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES ULTRA TRAIL:

- 4 points ravitaillements et une base de vie à mi-course (voir règlement)
- Dortoir commun le vendredi soir avec petit déjeuner participatif
- Aucune inscription sur place. Retrait des dossards sur place
- Départ de l'ultra trail le samedi à 4h30
- Temps limite de course pour être classé: 22h20
- 4 barrières horaires (voir règlement)
- Accompagnants et assistance extérieure interdits sous peine de mise hors course sauf à la base de vie
- Ravitaillement d'arrivée, douches, toilettes sous réserve de contraintes sanitaires
- Parkings à proximité