



Le RaDicAtrAIL 2025

trail long 63kms

EQUIPEMENT OBLIGATOIRE AU DEPART:

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

EQUIPEMENT CONSEILLE MAIS NON OBLIGATOIRE:

- Coupe vent ou veste légère
- Plans du parcours téléchargeables sur le site
- Couverture de survie et sifflet

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 ou pénalités en cas de non conformité

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES TRAIL LONG 63kms:

- 2 points ravitaillements plus un point d'eau (voir règlement)
- Dortoir commun le samedi soir avec petit déjeuner sur réservation lors de votre inscription en ligne
- Aucune inscription sur place. Retrait des dossards sur place
- Départ du trail le dimanche à 8h30 parc des Aulnes à Lillebonne
- Temps limite de course pour être classé: 9h35
- 2 barrières horaires (voir règlement)
- Accompagnants et assistance extérieure interdits sous peine de mise hors course
- Ravitaillement d'arrivée, douches, toilettes sous réserve de contraintes sanitaires
- Parkings à proximité

Grilles des pénalités applicables pour les courses à label Argent FFA (63kms)

- dossard non visible devant : 1 heure de pénalité
- refus de contrôle ou de pointage : disqualification
- absence de réserve d'eau 1 litre minimum au départ ou en sortie de ravitaillement: 30 minutes de pénalité
- absence de 2 barres énergétiques ou équivalent minimum au départ ou en sortie de ravitaillement: 30 minutes de pénalité
- absence de téléphone portable: disqualification
- absence de bracelet sécurité: disqualification
- absence de sifflet:30 minutes de pénalité
- absence de couverture de survie: 30 minutes de pénalité
- absence de gobelet personnel ou équivalent : 30 minutes de pénalité
- refus de contrôle ou de pointage : disqualification