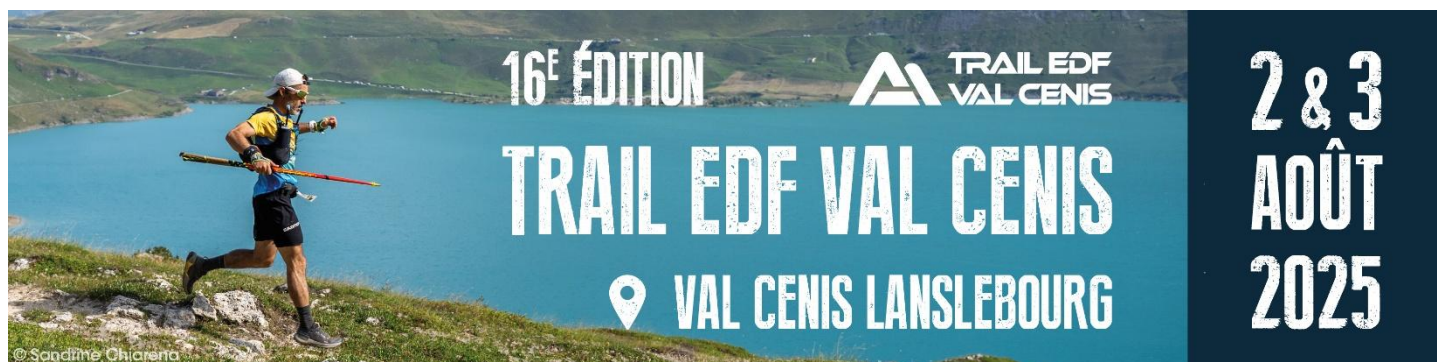




ROADBOOK TRAILEUR 2025

TRAIL JAUNE

Lieu de Départ : Lanslebourg – [Point GPS](#)

Lieu d'Arrivée : Lanslebourg – [Point GPS](#)

Départ : 9h le dimanche 3 août 2025

Matériel Obligatoire

Vous retrouvez dans le [règlement de course](#) une liste exhaustive du matériel obligatoire et conseillé sur chaque tracé. Ce matériel est indispensable pour assurer votre sécurité en toutes conditions météo ainsi qu'en cas de blessure ou incident de course. 2 objets seront systématiquement vérifiés pour tous les parcours avant de rentrer dans la raquette de départ.

Balisage

Vous suivez des **marquage orange à la bombe à la craie**, des **jalonnettes orange** (quasiment toujours sur la droite du sentier), des **panneaux directionnels** Trail EDF Cenis Tour et **Banderoles** (avec les logos des parcours concernés lorsqu'il y a bifurcation) et parfois des **rubalises** EDF.

Vous pouvez par ailleurs télécharger le tracé au [format GPX sur Trace de Trail](#).

Respect de l'environnement

Vous allez évoluer dans un milieu naturel riche, merci de respecter le balisage pour ne pas dégrader les abords des sentiers et de garder vos déchets sur vous.

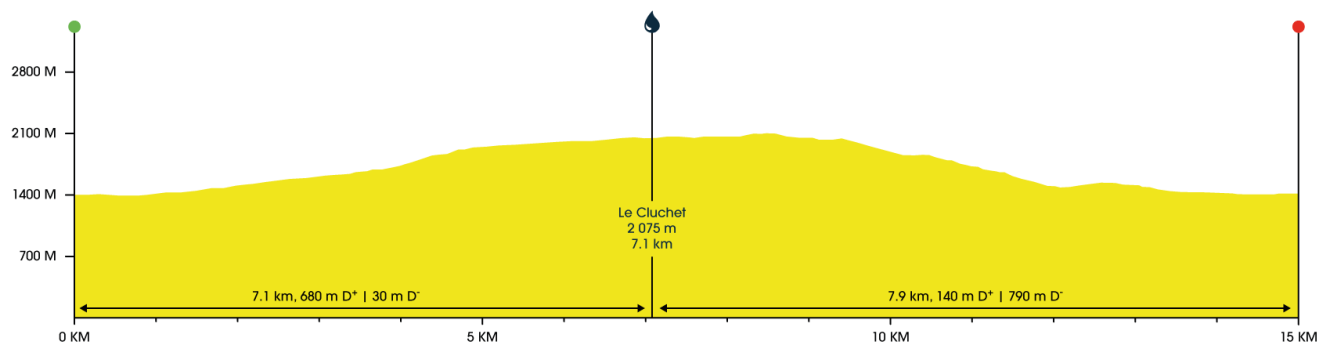
Sur votre parcours, vous rencontrerez des parcs à ovin et bovin, il est possible que vous soyez obligés de passer dessous ou dessus des fils de parc. Nous faisons le maximum pour prendre contact avec l'ensemble des agriculteurs afin que les fils ne soient pas alimentés en électricité. Néanmoins, soyez vigilant et éviter en toutes circonstances de les toucher. Si vous rencontrez une porte de parc, pensez à bien la refermer derrière vous pour éviter des fuites de troupeau. La présence de patou (chien de berger) est possible aux alentours du parcours, mais tous les troupeaux sont normalement déplacés par les agriculteurs spécialement pour l'événement ; vous ne devriez donc pas vous retrouver nez à nez avec un patou si vous restez sur l'itinéraire 😊

Profil de la Course

TRAIL JAUNE – 15 KM 820 m D+ / 820 m D-

20K M

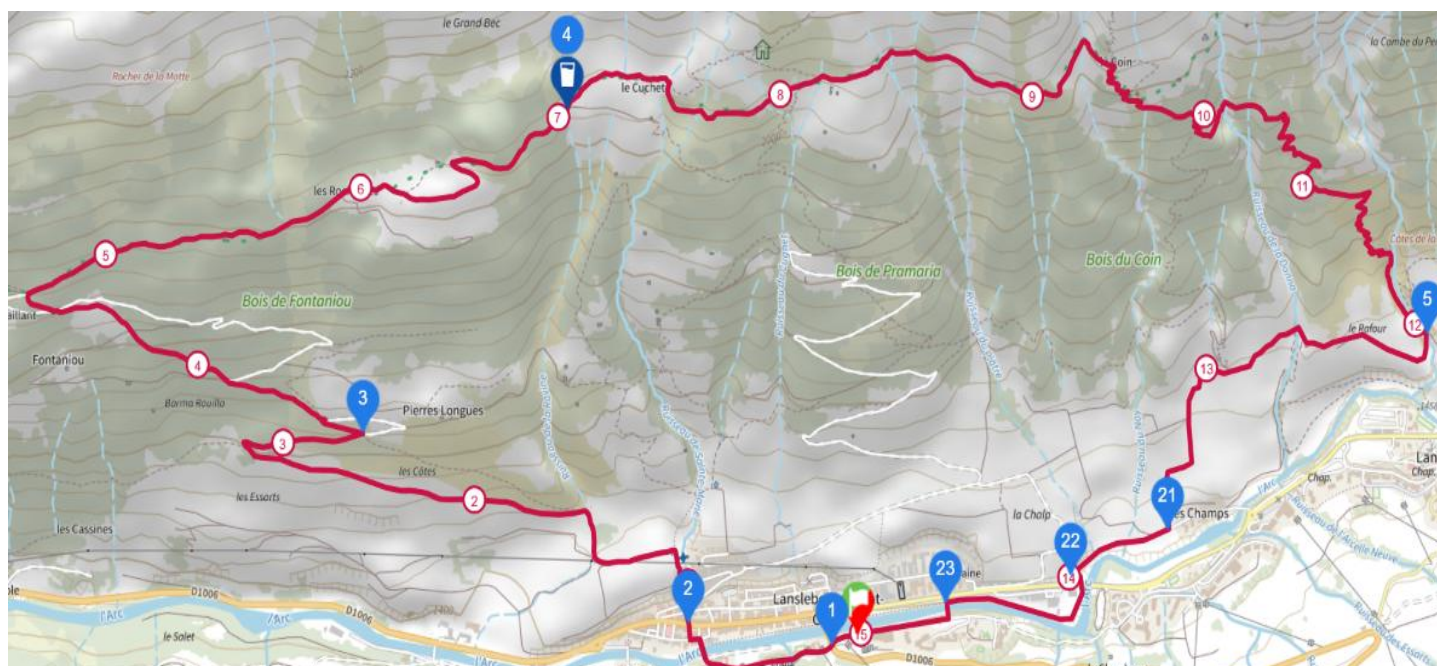
DÉPART : dimanche 9 H à Val Cenis Lanslebourg



Le parcours en détail

Au départ de Val Cenis Lanslebourg, vous partez sur une route large avant de rejoindre le Vieux Lanslebourg et de monter quasiment jusqu'au refuge du Cluchet par un chemin large, permettant au peloton de s'étirer. Un ravitaillement boisson vous attend au bout de votre ascension, avant de vous lancer dans descente technique en single et partiellement dans les bois jusqu'à rejoindre Val Cenis Lanslebourg, l'arrivée.

La carte du parcours



Simulations Horaires

Trail jaune - 15km			
Classement	1er	dernier	
Vitesse	10.0 km/h	3.0 km/h	
Heure départ	09:00		

Lieu	point spi	km Portion	km Cumul	D+ Cumul	D+ Portion	D- Cumul	D- Portion	créneau 1er	créneau dernier	tps course 1er	tps course dernier	1er passage approx	Dernier passage approx	dernier passage	Vitesse Moy
Départ- Val Cens Lantébourg	Départ	00.0 km	00.0 km	00.0 m	00.0 m	00.0 m	00.0 m	00:00:00	00:00:00	00:00:00	00:00:00	09:00	09:00		
P1- Pont de la renaisse		00.1 km	00.1 km	00.0 m	00.0 m	00.0 m	00.0 m	00:00:36	00:02:00	00:00:36	00:02:00	09:00	9:02		
P2- D.1006 Lantébourg		00.7 km	00.8 km	10.0 m	10.0 m	20.0 m	20.0 m	00:03:58	00:13:12	00:04:34	00:15:12	09:04	9:15		
P3- Pierres Longues		02.5 km	03.3 km	250.0 m	240.0 m	20.0 m	00.0 m	00:17:53	00:59:36	00:22:26	01:14:48	09:22	10:14		
P4- Le Cuchet	Rev-liquide	03.8 km	07.1 km	680.0 m	430.0 m	30.0 m	10.0 m	00:27:47	01:32:36	00:50:13	02:47:24	09:50	11:47		
P5- Le Refeur		04.9 km	12.0 km	780.0 m	100.0 m	670.0 m	640.0 m	00:19:05	01:03:36	01:09:18	03:51:00	10:09	12:51		
P21- Les Champs 1		01.6 km	13.6 km	820.0 m	40.0 m	790.0 m	130.0 m	00:07:55	00:26:24	01:17:13	04:17:34	10:17	13:17		
P22- Les Champs 2		00.4 km	14.0 km	820.0 m	00.0 m	800.0 m	10.0 m	00:02:13	00:07:24	01:19:26	04:34:48	10:19	13:24		
P23- Pont du Folgnet		00.7 km	14.7 km	820.0 m	00.0 m	800.0 m	20.0 m	00:03:50	00:12:48	01:23:17	04:37:36	10:23	13:37		
Arrivée- Val Cens Lantébourg	Arrivée	00.3 km	15.0 km	820.0 m	00.0 m	820.0 m	00.0 m	00:01:48	00:06:00	01:25:05	04:43:36	10:25	13:43		