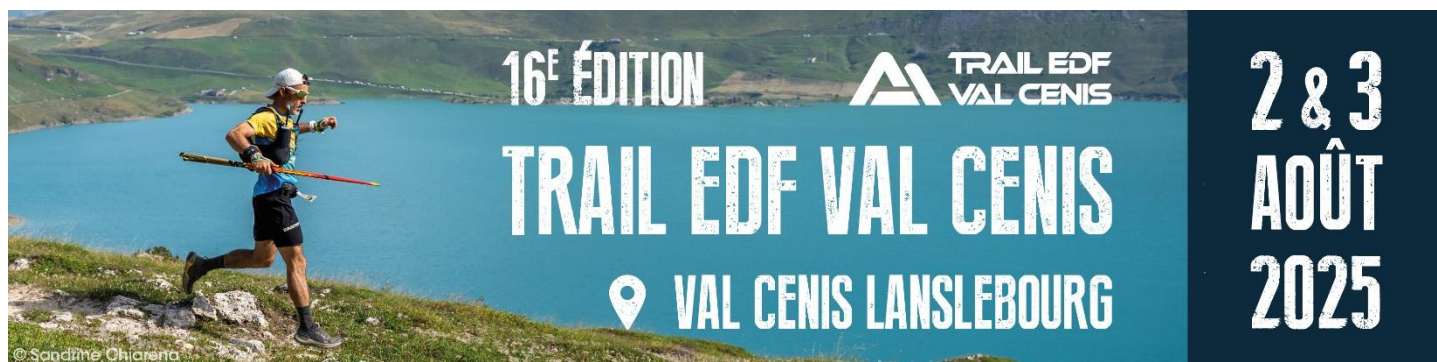




ROADBOOK TRAILEUR 2025

TRAIL ROSE

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

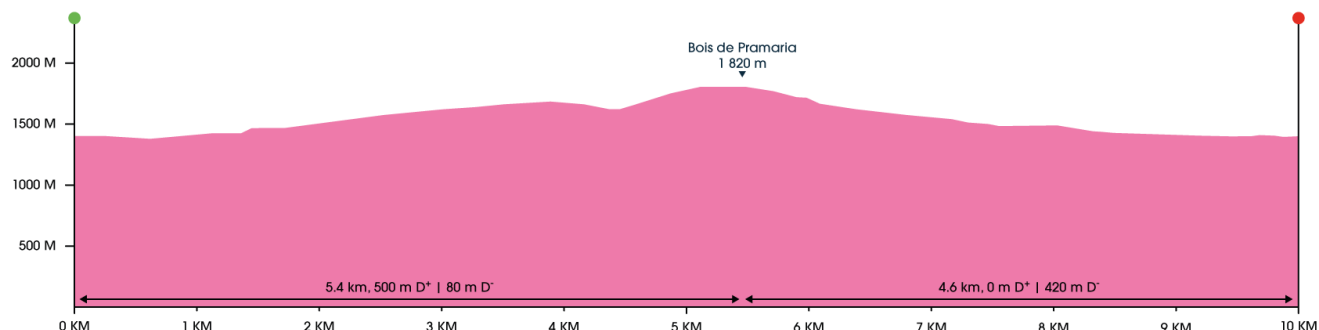
Vous allez évoluer dans un milieu naturel riche, merci de respecter le balisage pour ne pas dégrader les abords des sentiers et de garder vos déchets sur vous.

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 ROSE – 10 KM 500 m D+ / 500 m D-

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 à mi-hauteur des pentes menants vers la Vanoise. Vous bifurquez alors dans les bois, sur des chemins en single, alternant montée et descente, zone ouverte et couverte, jusqu'à rejoindre Val Cenis Lanslebourg, l'arrivée.

La carte du parcours



Simulations Horaires

Trail Rose et Rando - 10km		
Classement	1er	dernier
Vitesse	11,0 km/h	2,2 km/h
heure d départ		09:00

Lieu	point spé	km Portion	km Cumul	D+ Cumul	D+ Portion	D+ Cumul	D+ Portion	D+ Cumul	D+ Portion	D+ Cumul	créneau 1er	tps course 1er	tps course dernier	1er passage approx	dernier passage approx	Vitesse Moy
Départ - Vél Denis Lansébourg	Départ	00,0 km	00,0 km	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00:00:00	00:00:00	00:00:00	09:00	09:00	
P1 - Port de la remise		00,1 km	00,1 km	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00:00:33	00:00:33	00:02:44	09:00	9:02	
P2 - D1008 Lansébourg		00,7 km	00,8 km	10,0 m	10,0 m	10,0 m	20,0 m	20,0 m	20,0 m	20,0 m	00:08:36	00:08:09	00:20:44	09:04	9:20	
P3 - Pierres Longues		02,5 km	03,3 km	250,0 m	240,0 m	250,0 m	20,0 m	20,0 m	20,0 m	20,0 m	01:16:15	00:20:24	01:42:00	09:20	10:42	
P22 - Les Champs 2		05,7 km	09,0 km	510,0 m	260,0 m	510,0 m	490,0 m	490,0 m	20,0 m	20,0 m	02:26:14	00:46:38	08:53:11	09:46	12:53	
P23 - Pont du Folquet		00,6 km	09,6 km	510,0 m	00,0 m	510,0 m	00,0 m	00,0 m	20,0 m	20,0 m	00:32:57	00:48:35	04:07:55	09:49	13:07	
Arrivée - Vél Denis Lansébourg	Arrivée	00,4 km	10,0 km	510,0 m	00,0 m	510,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00:32:11	00:51:46	04:18:49	09:51	13:18	

