



17^E ÉDITION
1^{ER} & 2^E
AOÛT 2026



ROADBOOK TRAILLEUR

2026

MERCI À NOS PARTENAIRES

Partenaire titre



Partenaire institutionnel



Partenaire territoire



Partenaire média



Fournisseurs officiels



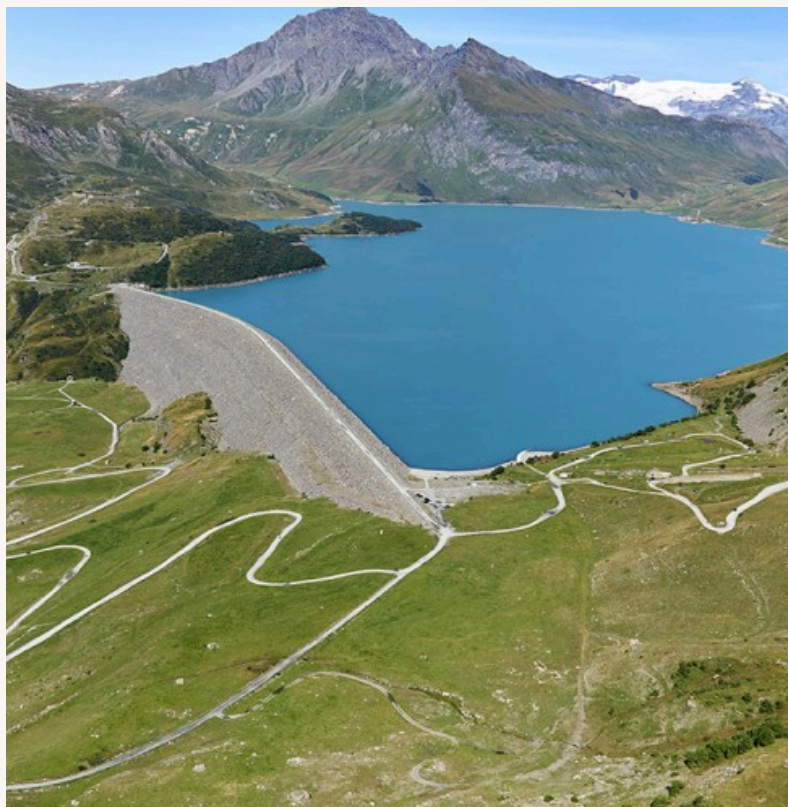
LE TERRITOIRE

Au cœur d'une montagne préservée:

5 villages et 1 terrain de jeu exceptionnel: Lanslebourg, Lanslevillard, Termignon, Sollières-Sardières et Bramans. Evadez-vous à Val Cenis pour mieux vous retrouver !

Val Cenis est une station de montagne à la bonne altitude pour s'oxygéner et se ressourcer dans un environnement nature au pied du Col du Mont-Cenis.

Destination aux multiples facettes, familiale et sportive, authentique et innovante, reposante et animée, généreuse et sincère...



Des décors à couper le souffle !

A découvrir : le Mont-Cenis, son lac, son jardin alpin vous ouvrent les portes du piémont italien, pour une escapade transalpine.

Le Parc national de la Vanoise vous offre ses neiges éternelles et ses hauts sommets, ses vallons secrets et ses chalets d'alpages aux murs de pierre...

Entre le Parc national de la Vanoise et le lac du Mont-Cenis, venez vivre au rythme des randos glaciaires ou des balades familiales.



RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

Vous allez évoluer au cœur d'un **environnement naturel préservé**. Afin de contribuer à sa protection, merci de **respecter le balisage**, de **rester sur les sentiers** et de **conserver vos déchets** avec vous jusqu'aux zones prévues à cet effet.

Tout au long du parcours, vous pourrez traverser des pâturages accueillant des troupeaux ovins et bovins. Il est possible que vous ayez à franchir des clôtures en passant au-dessus ou en dessous des fils. Nous prenons toutes les dispositions nécessaires auprès des agriculteurs afin que ces clôtures ne soient pas électrifiées pendant l'événement. Toutefois, par mesure de précaution, évitez de toucher les fils en toutes circonstances. Si vous franchissez une porte de parc, veillez à la refermer soigneusement derrière vous afin d'éviter toute fuite des animaux.

Des chiens de protection des troupeaux (patous) peuvent être présents dans le secteur. Cependant, les éleveurs déplacent normalement leurs troupeaux à l'écart du parcours spécialement pour l'événement. En restant sur l'itinéraire balisé, vous ne devriez donc pas être confronté à un patou.

LE BALISAGE DES PARCOURS

Le parcours est balisé à l'aide de plusieurs types de signalisation : marquages orange à la bombe ou à la craie, jalonnettes orange (généralement placées sur le côté droit du sentier), panneaux directionnels Trail EDF Val Cenis, banderoles identifiant les différents parcours aux intersections, ainsi que, ponctuellement, des rubalises EDF.

Pour plus de sécurité, nous vous recommandons également de télécharger la trace GPX de votre parcours, disponible sur [Trace de Trail](#).

LE PROGRAMME

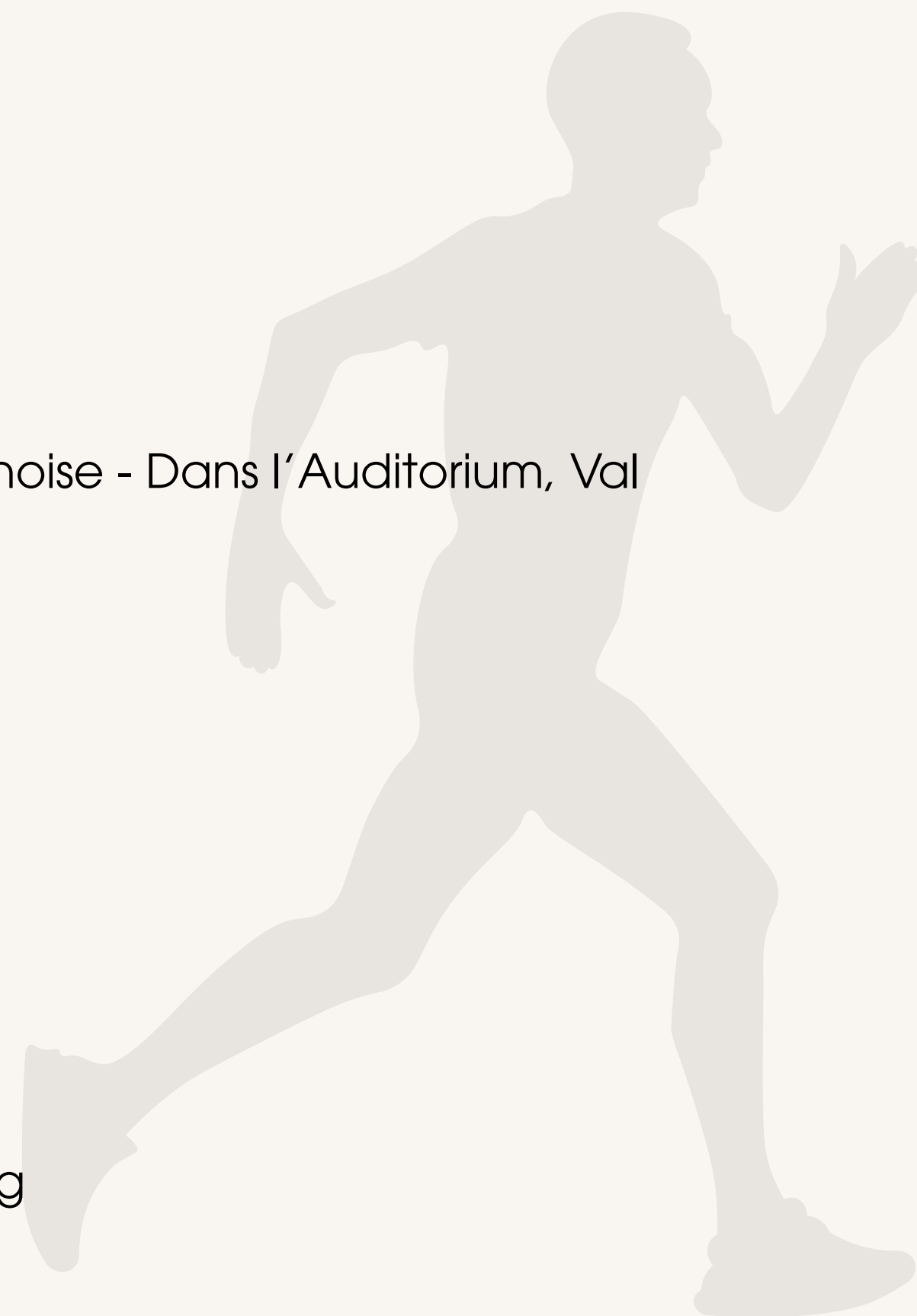
SAMEDI 1ER AOÛT

- 🕒 09h-19h : Retrait des dossards – Salle des fêtes, Val Cenis Lanslebourg
- 🕒 10h00 : Départ* **Trail Kids**
- 🕒 11h00 : Départ* Community Run (7 km, 250m D+)
- 🕒 16h00 : Départ* **Randonnée**
- 🕒 18h00 : Briefing Trail Noir et **Rouge** & Conférence du Parc National de la Vanoise - Dans l'Auditorium, Val Cenis Lanslebourg
- 🕒 18h00 - 21h00 : Pasta party - Place de l'Auditorium, Val Cenis Lanslebourg

DIMANCHE 2 AOÛT

- 🕒 04h00 : Départ* Trail Noir
- 🕒 06h00 : Départ* **Trail Rouge**
- 🕒 08h00 : Départ* **Trail Vert**
- 🕒 08h30 : Départ* **Trail Bleu**
- 🕒 09h00 : Départ* **Trail Jaune**
- 🕒 09h30 : Départ* **Trail Rose**
- 🕒 12h30-22h00 : Repas fin de course – Salle des fêtes de Val Cenis Lanslebourg
- 🏆 Dès 12h30 : Remise des prix – Place de l'Auditorium, Val Cenis Lanslebourg

***Tous les départs et arrivées se font sur la Place de l'Auditorium, Val Cenis Lanslebourg**



LE VILLAGE

Village exposants

Fromage local, nutrition sportive, accessoires sportifs...

Samedi & Dimanche

Place de l'Auditorium, Lanslebourg

Photos de course avec PhotoRunning

Possibilité d'avoir des photos de ta course

[Je veux les photos](#)

Garderie

La maison des enfants de Lanslebourg sera ouverte pour la garde des enfants de 3 mois à 13 ans. La garderie est située aux Sablons (Hôtel Saint Charles). **Inscriptions auprès du bureau de l'ESF au 04 79 05 96 72.**

Plus d'info (budget et horaires)

ACCESSIBILITÉ

Nous situer 

Télésiège

SEM de Val Cenis

Parking réservé clientèle

En voiture :

Autoroute A43 en direction de Turin, sortie N°30 – Modane, puis route départementale 1006 (ex-RN6) direction Lanslevillard (de 10 km pour rejoindre Bramans à 43 km pour aller à Bonneval sur Arc).

En covoiturage : Proposez vos places libres ou trouvez votre trajet ici.

Parkings :

- Gendarmerie
- Rue de Lecheraine
- Route de l'Iseran
- Parking en face du bowling (camping-cars, proche des douches)

⚠ Il n'est plus possible de se garer sur le parking de la SEM / Rue du Vieux Moulin

En train :

Destination la Gare de Modane : **Correspondance en bus** de la gare de Modane à l'ensemble des villages de Haute Maurienne Vanoise.

En avion :

Depuis les **aéroports de Lyon Saint-Exupéry, Genève, Turin**.

Des liaisons en train ou en car permettent de rejoindre Modane ou la Haute Maurienne.

RETRAIT DES DOSSARDS

Où ?

Salle des fêtes de Lanslebourg

89 Rue du Mont-Cenis, 73480 Val-Cenis

1er étage de l'Office de Tourisme de Val Cenis Lanslebourg

Quand ?

Samedi 1er août de 8h30 à 19h00

Comment ?

Carte d'identité obligatoire pour retirer votre dossard et QR code de retrait des dossards.

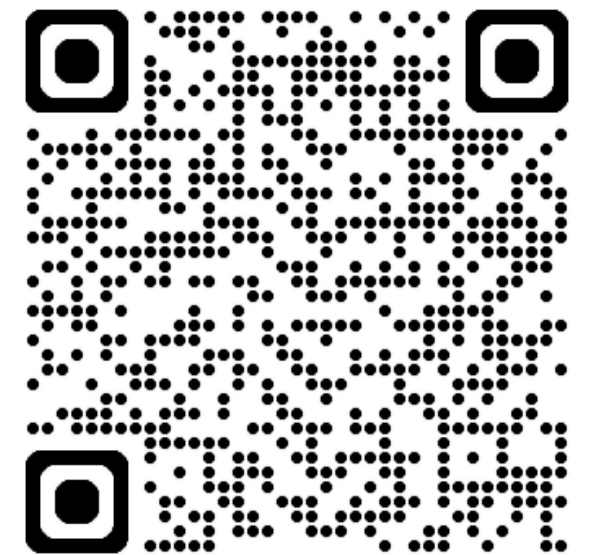
Venir retirer le dossard d'un ami

Avoir une copie de la pièce d'identité et le QR code de retrait des dossards de votre ami.

Pass Prévention Santé

Obligatoire par la FFA pour les non licenciés - Certificat médical non accepté

Les mineurs doivent remplir le questionnaire de santé pour lequel une attestation est délivrée.



Lien vers le PPS

REMISE DES PRIX

Sur la Place de l'Auditorium

Trail Rose - Dès 12h30

Scratch Homme / Femme Rose 10K

- N°1 : Trophée 1er + dotations
- N°2 : Médaille + dotations
- N°3 : Médaille + dotations
- N°4 : Médaille
- N°5 : Médaille

Trail Vert - Dès 13h00

Scratch Homme / Femme Vert 29K

- N°1 : Trophée 1er
- N°2 : Médaille
- N°3 : Médaille
- N°4 : Médaille
- N°5 : Médaille

Trail Jaune - Dès 12h45

Scratch Homme / Femme Jaune 15K

- N°1 : Trophée 1er + dotations
- N°2 : Médaille + dotations
- N°3 : Médaille + dotations
- N°4 : Médaille
- N°5 : Médaille

Trail Bleu - Dès 13h15

Scratch Homme / Femme Bleu 43K

- N°1 : Trophée 1er + dotations
- N°2 : Médaille + dotations
- N°3 : Médaille + dotations
- N°4 : Médaille
- N°5 : Médaille

REMISE DES PRIX

Sur la Place de l'Auditorium

Trail Rouge - 14h00/17h00

Scratch Homme / Femme Rouge 58K

- N°1 : Trophée 1er + dotations
- N°2 : Médaille + dotations
- N°3 : Médaille + dotations
- N°4 : Médaille
- N°5 : Médaille

Trail Noir - 14h00/17h30

Scratch Homme / Femme Noir 73K

- N°1 : Trophée 1er + dotations
- N°2 : Médaille + dotations
- N°3 : Médaille + dotations
- N°4 : Médaille
- N°5 : Médaille

Trail Noir en relais - 14h00/17h30

Scratch Relais x3 73K

- N°1 : Trophée 1er équipe + dotations
- N°2 : Trophée 2ème équipe + dotations
- N°3 : Trophée 3ème équipe + dotations

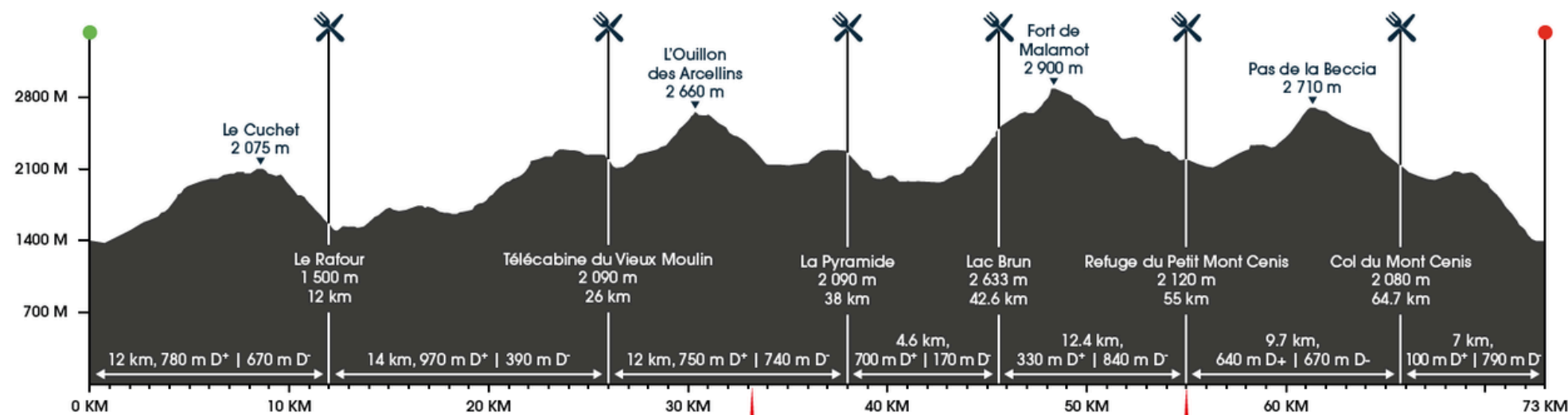
PARCOURS NOIR

73KM

TRAIL NOIR - 73 KM 4 271 m D+ / 4 271 m D-

DÉPART : dimanche 4 H à Val Cenis Lanslebourg

100K M

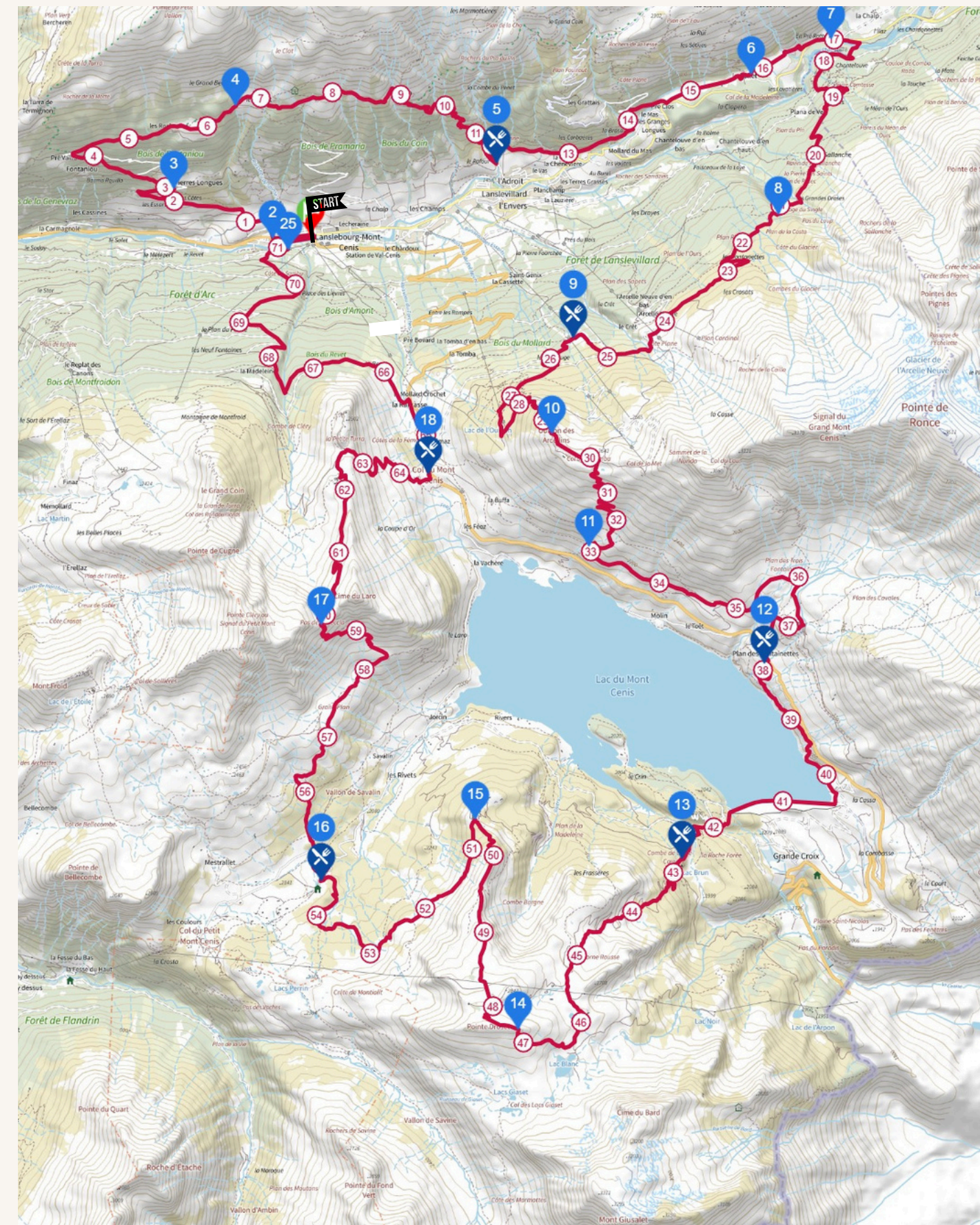


Sentier des 2 000, 33.3 km
BARRIÈRE HORAIRE : 12 H 15

Refuge du Petit Mont Cenis, 55 km
BARRIÈRE HORAIRE : 17 H 00

DÉPART : 4H00, DIMANCHE 2 AOÛT

LIEU : PLACE DE L'AUDITORIUM, [ICI](#)



PARCOURS NOIR

73KM

Lieu	point spé	km Portion	km Cumul	D+ Cumul	Barrières Horaires	Action barrière horaire
Départ - Val Cenis Lanslebourg	Départ	00,0 km	00,0 km	00,0 m		
P1 - Pont de la ramasse		00,1 km	00,1 km	00,0 m		
P2 - D1006 Lanslebourg		00,7 km	00,8 km	10,0 m		
P3 - Pierres Longues		02,5 km	03,3 km	250,0 m		
P4 - Le Cuchet		03,8 km	07,1 km	680,0 m		
P5 - Le Rafour	Ravitaillements 🍌💧	04,9 km	12,0 km	780,0 m		
P6 - Le Collet		04,3 km	16,3 km	1100,0 m		
P7 - La Chalp		01,1 km	17,4 km	1100,0 m		
P8 - Télécabine Vieux Moulin	Ravitaillements 🍌💧	08,6 km	26,0 km	1750,0 m		
P9 - L'ouillon des Arcellins		03,7 km	29,7 km	2300,0 m		
P10 - Sentier des 2000		03,6 km	33,3 km	2320,0 m	12:15	Bascule trail bleu
P11 - La Pyramide	Ravitaillements / Relais 🍌💧	04,7 km	38,0 km	2500,0 m		
P12 - Lac Brun	Ravitaillements 🍌💧	05,0 km	43,0 km	3200,0 m		
P13 - Fort de Malamot		04,4 km	47,4 km	3470,0 m		
P14 - Fort de Patacreuse		03,4 km	50,8 km	3470,0 m		
P15 - Refuge du Petit Mont Cenis	Ravitaillements 🍌💧	04,2 km	55,0 km	3530,0 m	17:00	Arrêt course
P16 - Pas de la Beccia		05,0 km	60,0 km	4160,0 m		
P17 - Col du Mont Cenis	Ravitaillements 🍌💧	04,7 km	64,7 km	4170,0 m		
P18 - Pont de la ramasse		06,9 km	71,6 km	4270,0 m		
Arrivée - Val Cenis Lanslebourg	Arrivée	00,1 km	71,7 km	4270,0 m		

Prenez le temps de savourer le Beaufort Local 6 mois d'affinage

La Coopérative Laitière Haute Maurienne Vanoise est fournisseur officiel du Trail EDF Val Cenis

Vous retrouvez [sur la page de chaque parcours](#) 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 choisis aléatoirement seront systématiquement vérifiés pour tous les parcours avant de rentrer dans la raquette de départ.



Douches gratuites à la piscine de Lanslevillard

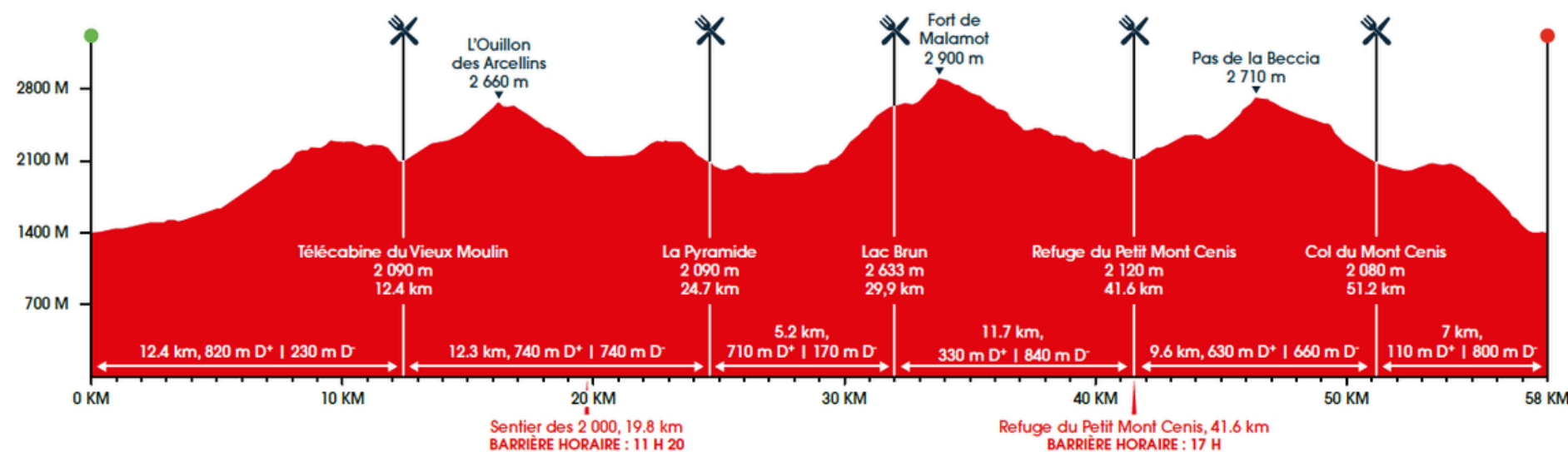


PARCOURS ROUGE

58 KM

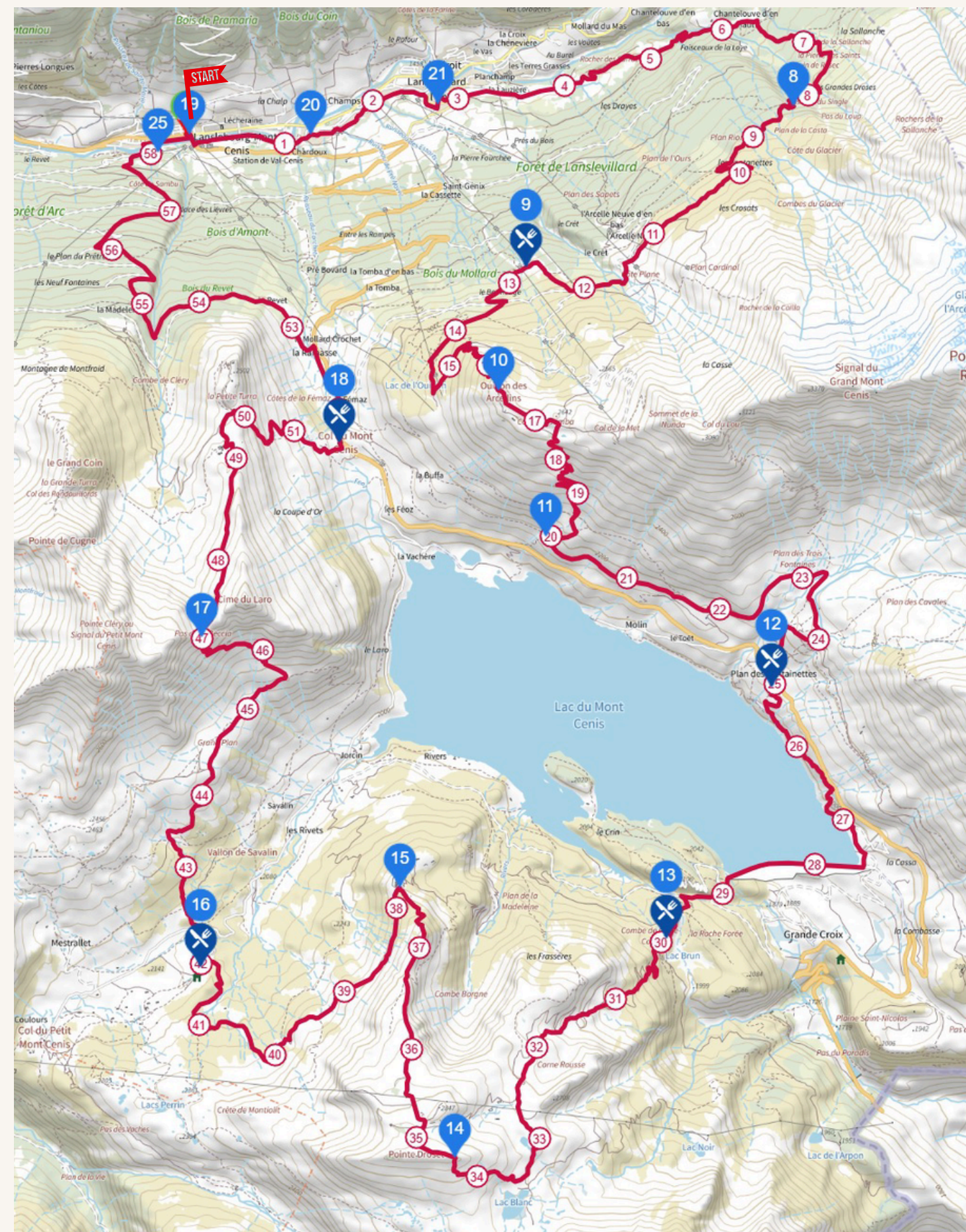
TRAIL ROUGE - 58 KM 3 440 m D+ / 3 440 m D-

DÉPART : dimanche 6 H à Val Cenis Lanslebourg



DÉPART : 6H00, DIMANCHE 2 AOÛT

LIEU : PLACE DE L'AUDITORIUM, [IC](#)



SIMULATION HORAIRE

58KM

Lieu	point spé	km Portion	km Cumul	D+ Cumul	Barrières Horaires	Action barrière horaire
Départ - Val Cenis Lanslebourg	Départ	00,0 km	00,0 km	00,0 m		
P19 - Herbefin		01,0 km	01,0 km	30,0 m		
P20 - L'Envers		01,5 km	02,5 km	100,0 m		
P8 - Télécabine Vieux Moulin	Ravitaillements 🍌💧	09,9 km	12,4 km	920,0 m		
P9 - L'ouillon des Arcellins		03,8 km	16,2 km	1460,0 m		
P10 - Sentier des 2000		03,6 km	19,8 km	1500,0 m	11:20	Bascule trail vert
P11 - La Pyramide	Ravitaillements 🍌💧	04,9 km	24,7 km	1660,0 m		
P12 - Lac Brun	Ravitaillements 🍌💧	04,8 km	29,5 km	2370,0 m		
P13 - Fort de Malamot		04,5 km	34,0 km	2600,0 m		
P14 - Fort de Patacreuse		03,3 km	37,3 km	2650,0 m		
P15 - Refuge du Petit Mont Cenis	Ravitaillements 🍌💧	04,3 km	41,6 km	2700,0 m	17:00	Arrêt course
P16 - Pas de la Beccia		05,1 km	46,7 km	3330,0 m		
P17 - Col du Mont Cenis	Ravitaillements 🍌💧	04,5 km	51,2 km	3330,0 m		
P18 - Pont de la ramasse		06,9 km	58,1 km	3440,0 m		
Arrivée - Val Cenis Lanslebourg	Arrivée	00,1 km	58,2 km	3440,0 m		

Prenez le temps de savourer le Beaufort Local 6 mois d'affinage

La Coopérative Laitière Haute Maurienne Vanoise est fournisseur officiel du Trail EDF Val Cenis

Vous retrouvez [sur la page de chaque parcours](#) 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](#) choisis aléatoirement seront systématiquement vérifiés pour tous les parcours avant de rentrer dans la raquette de départ.



Douches gratuites à la piscine de Lanslevillard



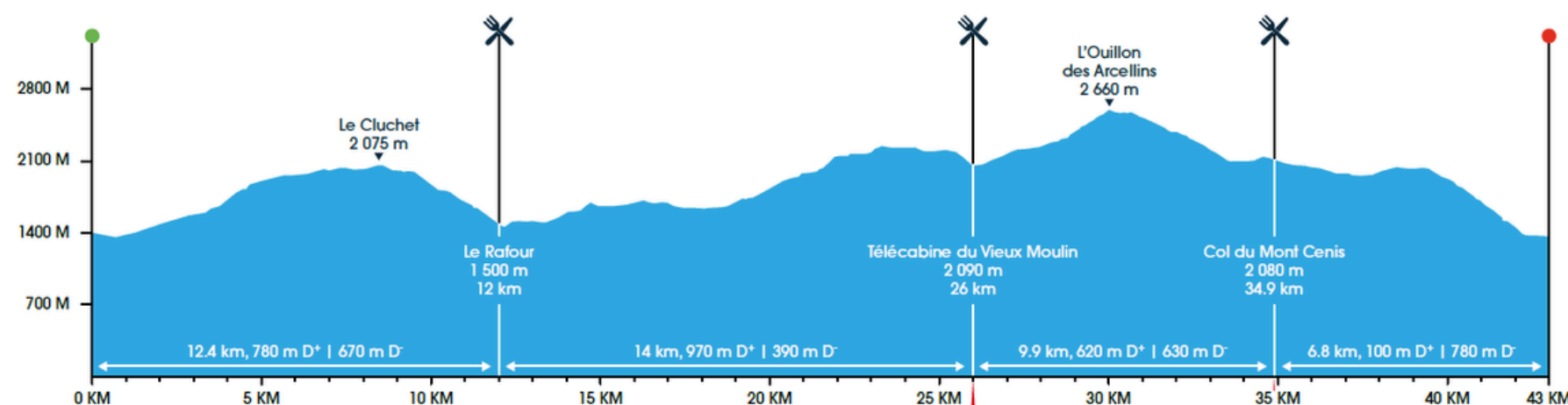
PARCOURS BLEU

43 KM

TRAIL BLEU - 43 KM 2 474 m D+ / 2 474 m D-

DÉPART : dimanche 8 H 30 à Val Cenis Lanslebourg

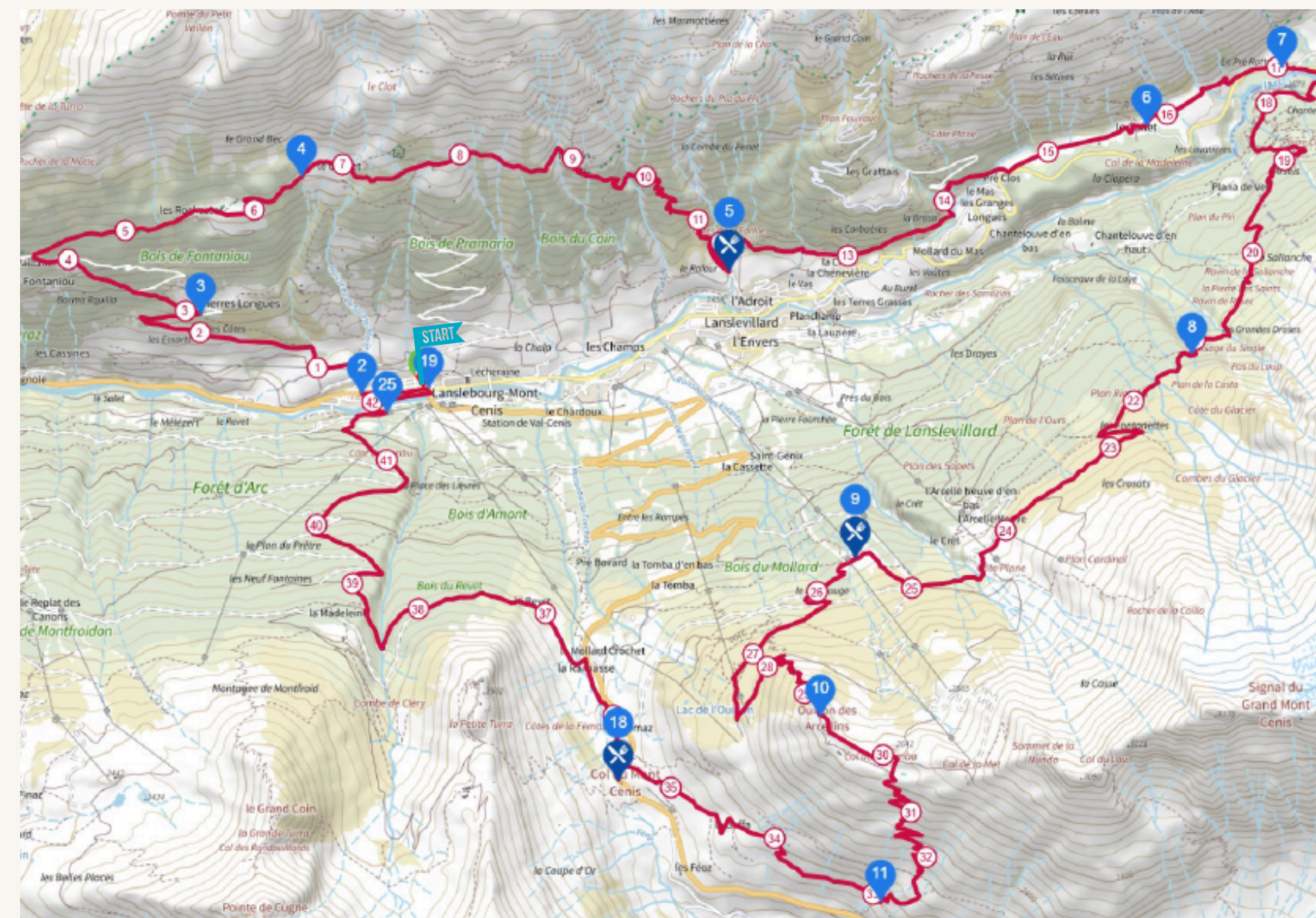
50KM



Télécabine du Vieux Moulin, 26 km
BARRIÈRE HORAIRE : 15 H 45

Col du Mont Cenis, 34.9 km
BARRIÈRE HORAIRE : 18 H 15

DÉPART : 8H30, DIMANCHE 2 AOÛT
LIEU : PLACE DE L'AUDITORIUM, [ICI](#)





PARCOURS BLEU

43KM

Lieu	point spé	km Portion	km Cumul	D+ Cumul	Barrière Horaire	Action barrière horaire
Départ - Val Cenis Lanslebourg	Départ	00,0 km	00,0 km	00,0 m		
P1 - Pont de la ramasse		00,1 km	00,1 km	00,0 m		
P2 - D1006 Lanslebourg		00,7 km	00,8 km	10,0 m		
P3 - Pierres Longues		02,5 km	03,3 km	250,0 m		
P4 - Le Cuchet		03,8 km	07,1 km	680,0 m		
P5 - Le Rafour	Ravitaillements 🍌💧	04,9 km	12,0 km	780,0 m		
P6 - Le Collet		04,3 km	16,3 km	1100,0 m		
P7 - La Chalp		01,1 km	17,4 km	1100,0 m		
P8 - Télécabine Vieux Moulin	Ravitaillements 🍌💧	08,6 km	26,0 km	1750,0 m	15:45	Arrêt course
P9 - L'ouillon des Arcellins		03,7 km	29,7 km	2300,0 m		
P10 - Sentier des 2000		03,6 km	33,3 km	2320,0 m		
P17 - Col du Mont Cenis	Ravitaillements 🍌💧	02,6 km	35,9 km	2370,0 m	18:15	Arrêt course
P18 - Pont de la ramasse		06,7 km	42,6 km	2470,0 m		
Arrivée - Val Cenis Lanslebourg	Arrivée	00,1 km	42,7 km	2470,0 m		

Vous retrouvez [sur la page de chaque parcours](#) 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 choisis aléatoirement seront systématiquement vérifiés pour tous les parcours avant de rentrer dans la raquette de départ.

Prenez le temps de savourer le Beaufort Local 6 mois d'affinage

La Coopérative Laitière Haute Maurienne Vanoise est fournisseur officiel du Trail EDF Val Cenis



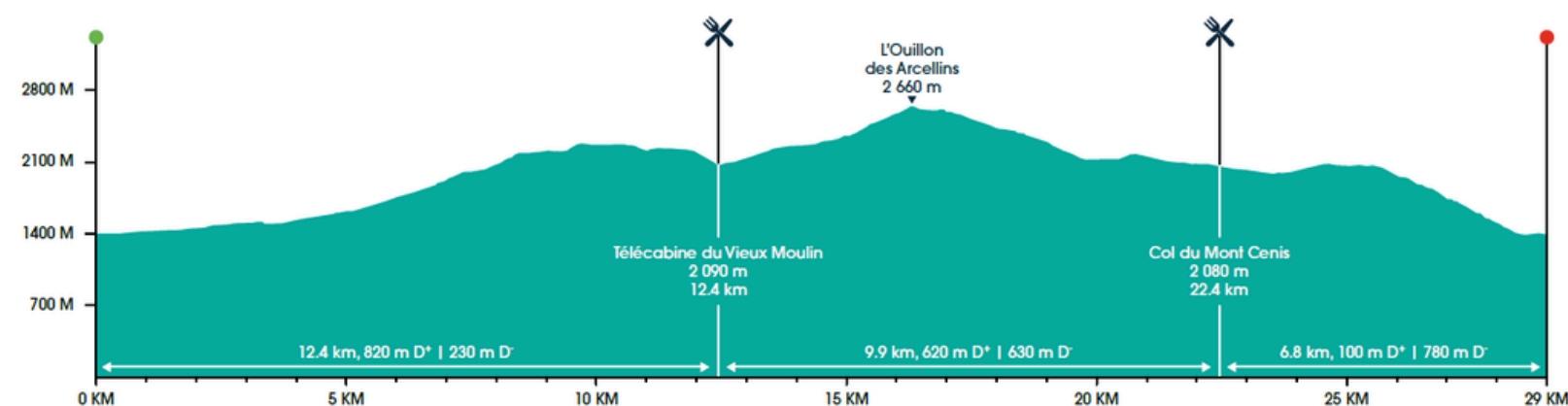
Douches gratuites à la piscine de Lanslevillard

PARCOURS VERT 29KM

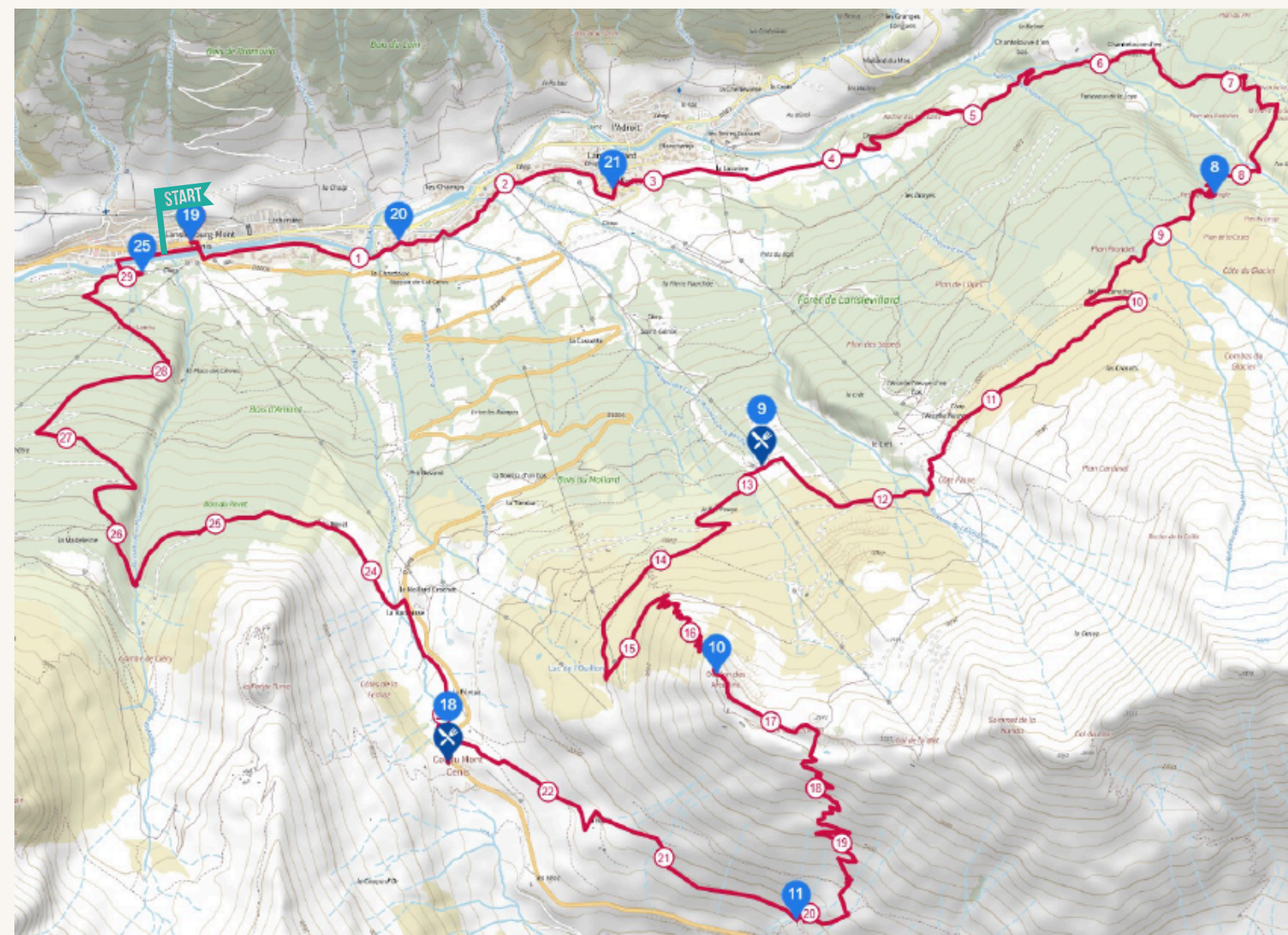
TRAIL VERT - 29 KM 1 677 m D+ / 1 677 m D-

20K M

DÉPART : dimanche 8 H à Val Cenis Lanslebourg



DÉPART : 8H00, DIMANCHE 2 AOÛT
LIEU : PLACE DE L'AUDITORIUM, [ICI](#)





PARCOURS VERT

29KM

Lieu	point spé	km Portion	km Cumul	D+ Cumul
Départ - Val Cenis Lanslebourg	Départ	00,0 km	00,0 km	00,0 m
P19 - Herbefin		01,0 km	01,0 km	30,0 m
P20 - L'Envers		01,5 km	02,5 km	100,0 m
P8 - Télécabine Vieux Moulin	Ravitaillements 🍌💧	09,9 km	12,4 km	920,0 m
P9 - L'ouillon des Arcellins		03,8 km	16,2 km	1460,0 m
P10 - Sentier des 2000		03,6 km	19,8 km	1500,0 m
P17 - Col du Mont Cenis	Ravitaillements 🍌💧	02,6 km	22,4 km	1570,0 m
P18 - Pont de la ramasse		06,8 km	29,2 km	1670,0 m
Arrivée - Val Cenis Lanslebourg	Arrivée	00,1 km	29,3 km	1670,0 m

Prenez le temps de savourer le Beaufort Local 6 mois d'affinage

La Coopérative Laitière Haute Maurienne Vanoise est fournisseur officiel du Trail EDF Val Cenis

Vous retrouvez [sur la page de chaque parcours](#) 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 choisis aléatoirement seront systématiquement vérifiés pour tous les parcours avant de rentrer dans la raquette de départ.



Douches gratuites à la piscine de Lanslevillard



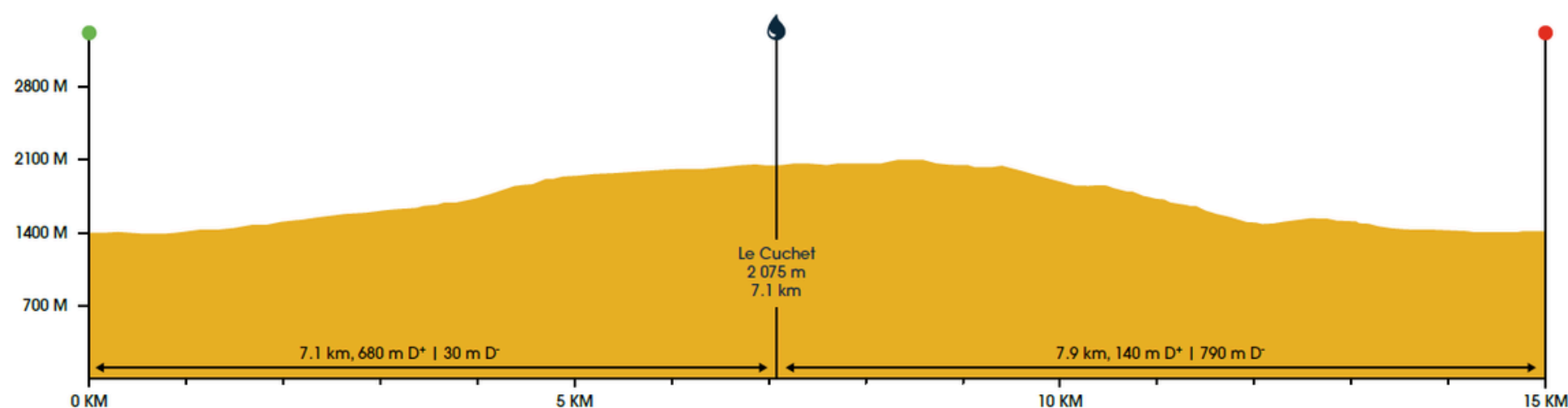
PARCOURS JAUNE

15KM

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

DÉPART : dimanche 9 H à Val Cenis Lanslebourg

20K M

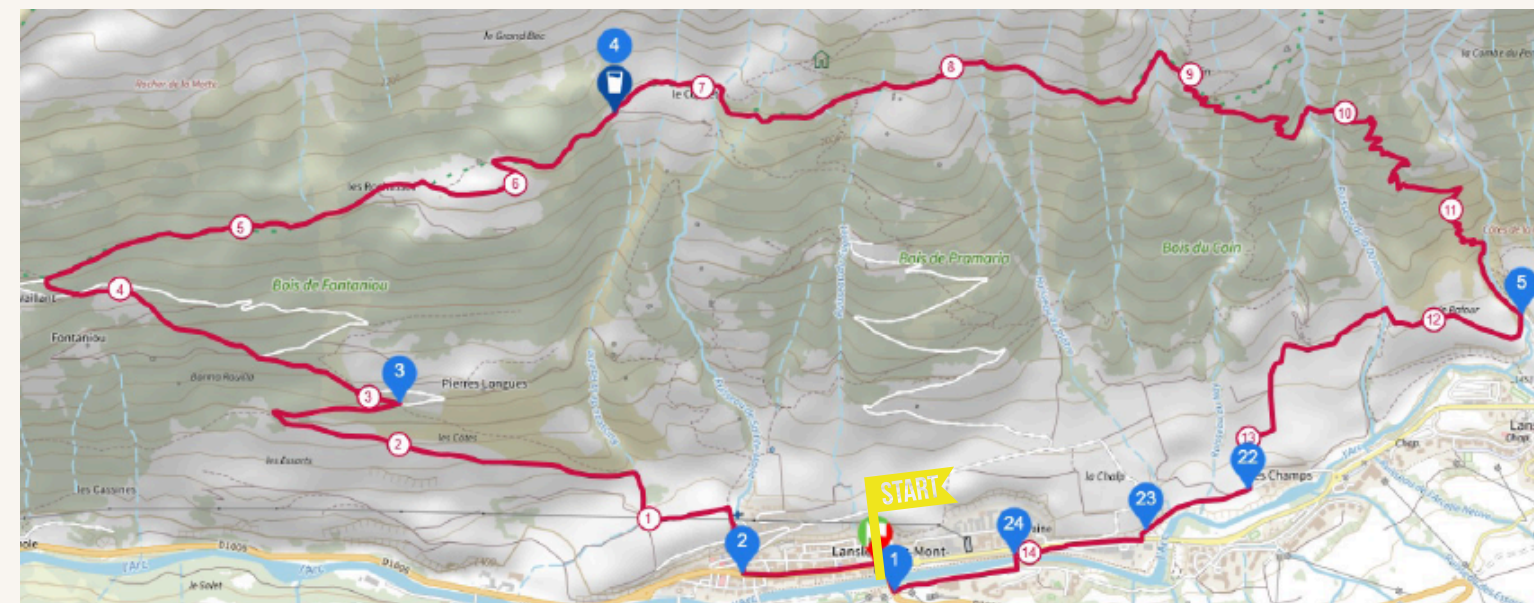


DÉPART : 9H00, DIMANCHE 2 AOÛT

LIEU : PLACE DE L'AUDITORIUM, [ICI](#)

Vous retrouvez [sur la page de chaque parcours](#) 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 choisis aléatoirement seront systématiquement vérifiés pour tous les parcours avant de rentrer dans la raquette de départ.



Ravitaillement liquide :

- **KM 7** : Le Cuchet



Douches gratuites à la piscine de Lanslevillard

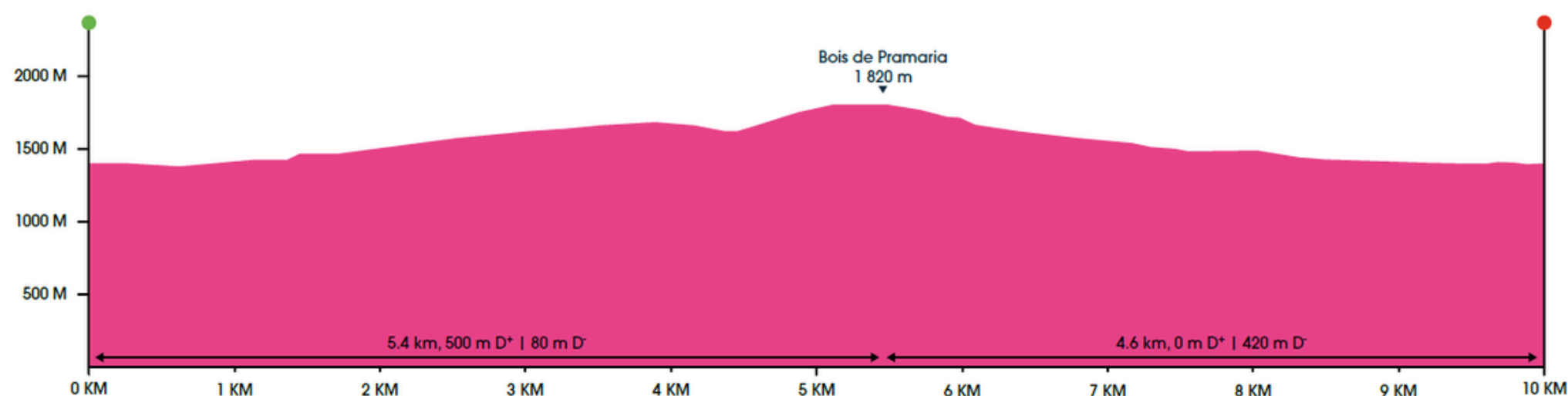


PARCOURS ROSE

10KM

TRAIL ROSE - 10 KM 500 m D+ / 500 m D-

DÉPART : dimanche 9 H 30 à Val Cenis Lanslebourg

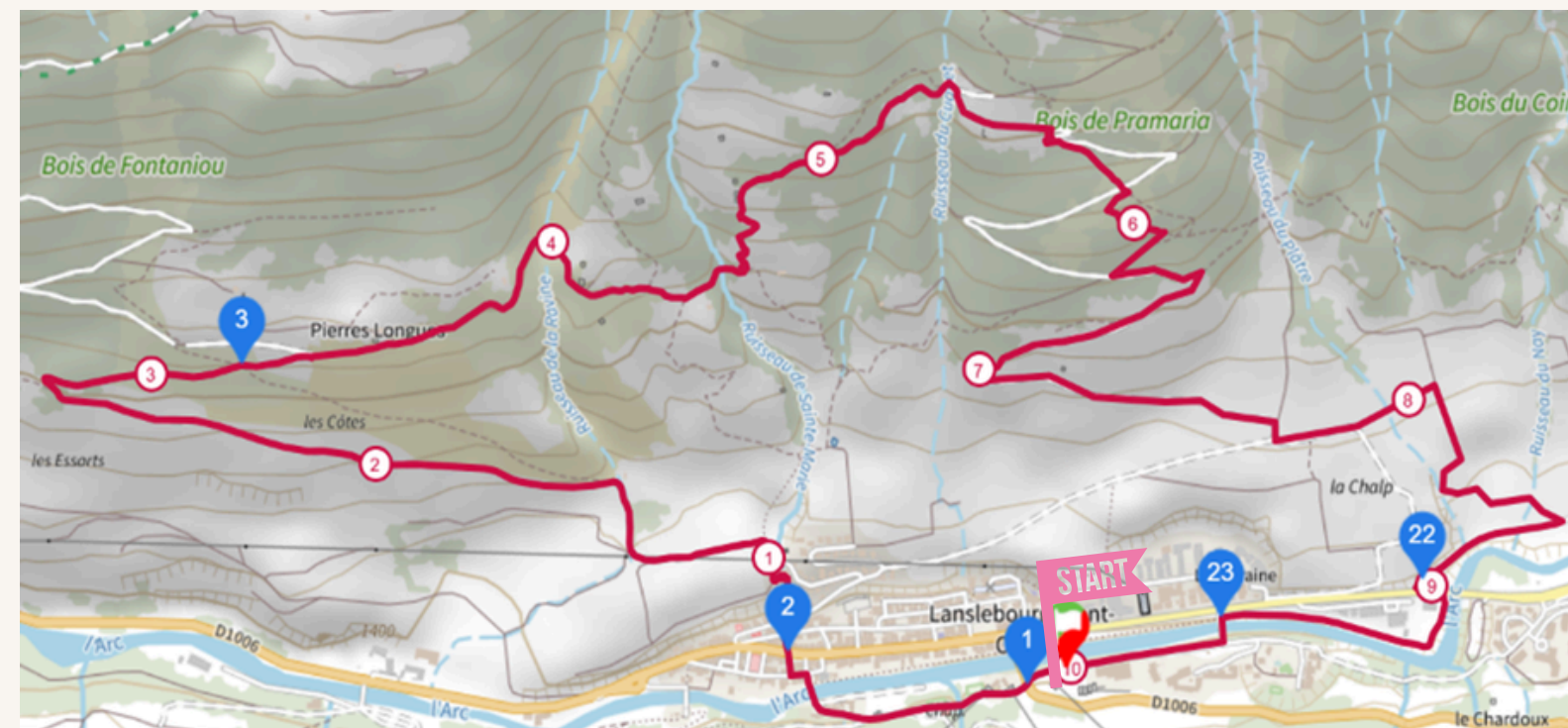


DÉPART : 9h30, DIMANCHE 2 AOÛT

LIEU : PLACE DE L'AUDITORIUM, [ICI](#)

Vous retrouvez [sur la page de chaque parcours](#) 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 choisis aléatoirement seront systématiquement vérifiés pour tous les parcours avant de rentrer dans la raquette de départ.



Pas de ravitaillement



Douches gratuites à la piscine de Lanslevillard



TRAI EDF
VAL CENIS

contact@ebra-sports.fr

<https://www.trail-edf-valcenis.com/>