

Venez Partager l'Expérience !

LES 3 JOURS DE CHARTREUSE

17, 18 et 19 mai 2012
Saint-Pierre de Chartreuse (Isère)

Les 3 jours
de la fête du Trail !
à la découverte de la Chartreuse

NOUVEAUX PARCOURS !
Grand Som, Charmant Som, Chamechaude

17/05 : Parcours chrono
18/05 : Kilomètre Vertical
19/05 : Trail 49 km ou 19 km

WWW.3JOURSDECHARTREUSE.COM



S M O N T A G N E A V E N T U R E G R A V I T A T I O N
WWW.SMAG-TRAIL.COM

Programme Courses



Jeudi 17 mai 2012 : « Parcours chrono » sur les ateliers permanents de la Station de Trail®

20km au total, dont 8km chronométrés.

Chronométrage électronique.

Départ et arrivée depuis Saint-Pierre / Raidlight. Départs libres de 14h à 16h.

Petite remise des prix en soirée autour d'un apéro.

Venez établir vos temps de référence de la station de TRAIL



Vendredi 18 mai 2012: « Kilomètre VERTICAL » (1.000m de dénivelé)

1.000m D+ sur 4km, sur le parcours permanent, de la Diat (bas du village) à la Scia (sommets des pistes), avec passage dans le village de Saint-Pierre.

Départs en contre la montre de 14h à 17h.

Petite remise des prix en soirée autour d'un apéro.

Etalonnez-vous sur 1.000m de D+



Samedi 19 mai 2012 : « Chartreuse Maratour » / « Trail du Grand Som »

Au choix:

> Trail Chartreuse Maratour, 49km / D+ 3.300m (SPC, Grand Som, Charmant Som, Chamechaude, SPC).

Départ à 8h, 2 ravitaillements.

> Trail du Grand Som, 19km / D+ 1.200m. Départ à 9h, 1 ravitaillement.

Repas et soirée festive (inclus dans les packs 3 jours), sur réservation pour les inscrits à la journée, remise des prix.

Sommets de Grand Som, Charmant Som Chamechaude,...

Programme Off

Jeudi 17 mai : Course enfants : Départ 16h.

Vendredi 18 mai : Conférence Trail (le matin)

Samedi 19 mai : Fête du Trail (le soir)

Profitez de l'évènement pour découvrir gratuitement !

Station de Trail

100% dédiée au Trail
St-Pierre de Chartreuse

La première Station de Trail® !

- Parcours balisés de 5 km à 30km et 150m à 1700m de dénivelé
- Un Stade de Trail (piste 250m, côte, Km Vertical, boucles de seuil)
- Test de produits.



- Un espace d'accueil avec sauna, tapis de course et fauteuils de massage
- Douches et vestiaires
- Les conseils d'un animateur.



Rendez-vous sur : www.stationdetrail.com
pour plus d'infos !

Association "Station de Trail de Chartreuse" Le Bourg - Chemin de Perquelin 38380 Saint-Pierre de Chartreuse - FRANCE Tél : +33(0) 476 533 557 contact@stationdetrail.com

Infos pratiques

3 formules

À la journée : choisissez votre épreuve à la journée à la carte.

« 3 jours / 49 » : Parcours Chrono + Km Vertical + Chartreuse Maratour

« 3 jours / 19 » : Parcours Chrono + Km Vertical + Trail du Grand Som

Tarifs

Les 3 jours : 40€ (participation aux 3 courses, repas du samedi soir, lot d'accueil et lot d'arrivée de qualité, entrée à la «fête du trail»).

À la journée : 15€ par jour (participation à une course, lot d'accueil + collation)

Repas supplémentaire : 10€ / personne

Renseignements :

WWW.3JOURSDECHARTREUSE.COM

S'inscrire :

WWW.RAIDLIGHT.COM/INSCRIPTION