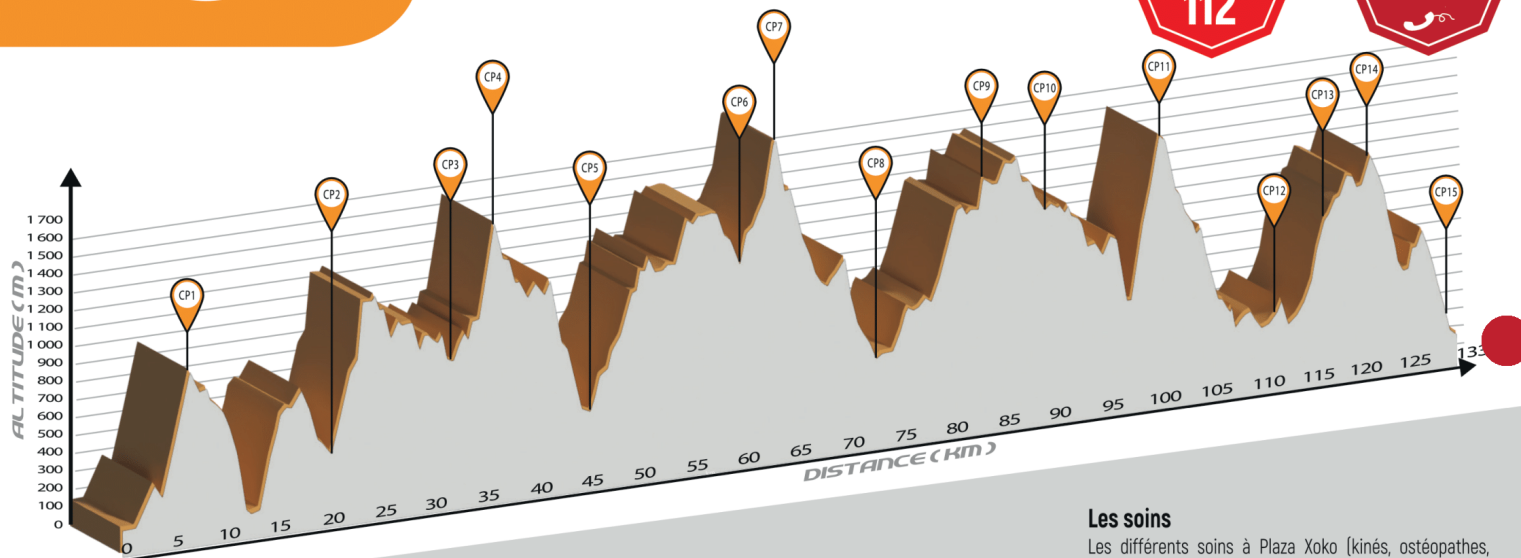




ULTRA TRAIL



130km 7 800m+



Respecter la nature !

Le trail se court en milieu naturel, respectons cet environnement. Tous vos déchets durant la course devront aller dans votre sac. Vous pourrez le vider dans les poubelles de tri aux points de ravitaillement.

Se garer

Des aires de stationnement sont spécialement réservées pour l'événement, utilisez-les !

Ne vous garez pas sauvagement sur les bords de route, ne gênez pas la circulation !

Nous ne sommes pas responsables des éventuelles contraventions !

La circulation est interdite dans le centre-ville de Baigorri !

Il est interdit de se garer sur la voie publique à Urepele !

Quelques pas de plus pour rejoindre l'aire de départ des bus ou l'arrivée, ce n'est rien à côté des kilomètres parcourus dans la montagne. Pensez-y !

Les soins

Les différents soins à Plaza Xoko (kinés, ostéopathes, podologues) sont réservés aux coureurs obligatoirement douchés aux horaires suivants : vendredi de 12h00-19h00 (réservé blessés du 2x25km / 2x40km / 65km) et samedi de 11h00-16h00 (réservé blessés du 2x25km / 2x40km et coureurs de l'Ultra).

Dans tous les cas, les blessés demeurent prioritaires.

Le ravitaillement de l'arrivée est UNIQUEMENT réservé aux coureurs, immédiatement après la fin de leur épreuve !



ULTRA TRAIL



130km 7 800m+

Aparkatu

Aparkalekuak atxikiak dira gertakari horretarako, erabil itzazue !

Bide bazterretan ez aparkatu, zirkulazioa ez jenatu !

Isunak ez ditugu gure gain hartzen !

Herri barnean ibiltzea debekatua da !

Urepeleko bideetan aparkatzea debekatua da !

Indar ttipi bat egin ezazue autobusen erabiltzeko !

Natura errespetatu

Lasterketa kanpoan egiten da, ingurumena errespeta dezagun. Lasterketa denboran zuen hondarkinak zakuetan atxiki beharko dituzue, ondotik hornidura guneetan botako dituzue zikinontzi berezietan.

Artak

Plaza Xokan eskaintzen diren arta desberdinak (kine, osteopata, podologo) lasterkarientzat dira.

Dutxen hartzeko tenoreak : ostiralean 12:00-19:00 [2x25km/2x40km kolpatuentzat] eta larunbatean 11:00-16:00 [2x25km, 2x40km kolpatuentzat eta Ultrako lasterkarientzat].

Kasu guzietan kolpatuek lehentasuna ukanen dute !

Helmugako hornidura BAKARRIK lasterkarientzat da !

	Lieu Lekua	Distance (km) Luzetasuna	Dénivelé Desmailak D+ D-	Temps de passage Denborak 1er/1a · Dernier Azkena	
CP1	Départ / Abiatzea	0		05H00	
CP2	Jara	6.51	708m+ 71m-	05h45	06h30
CP3	Gaztigarlepoea	19.4	1 271m+ 1 056m-	07h05	09h00
CP4	Izpegi	31.29	2 183m+ 1 668m-	08h35	12h30 (BH)
CP5	Autza	36.04	2 823m+ 1 689m-	09h20	14h10
CP6	Les Aldudes	45.25	2 954m+ 2 734m-	10h15	16h30 (BH)
CP7	Urkiaga	59.37	3 893m+ 3 127m-	11h50	20h05
CP8	Adi	62.94	4 419m+ 3 127m-	12h25	21h30
CP9	Urepel	73.26	4 596m+ 4 350m-	13h25	00h30 (BH)
CP10	Lindus	85.75	5 485m+ 4 476m-	15h00	Sa 03h30
CP11	Ausai	88.93	5 562m+ 4 748m-	15h20	Sa 04h20 (BH)
CP12	Argai / Ehuntzaroi	101.77	6 488m+ 6 516m-	17h20	Sa 08h40
CP13	Banka	110.03	6 626m+ 5 653m-	18h35	Sa 10h35 (BH)
CP14	Ahartza	116.93	7 244m+ 6 674m-	19h45	Sa 13h00
CP15	Munhoa	121.31	7 589m+ 6 738m-	20h25	Sa 14h20
CP16	Arrivée / Helmuga	130	7 790m+ 7 793m-	21h30	Sa 17h00 (BH)