

# Ultra Tour



**ROADBOOK 2018**

# Programme

**Jeudi 23 août**

14:00 - 18:00 : Retrait des dossards et vérification des sacs de l'Ultra Tour (Chapiteau de la course) - Village partenaires

17:00 - 20:00 : Dépose des sacs d'assistance de l'Ultra Tour (Préau Ecole)

18:00 : Briefing Tour des Cirques et Ultra Tour

18:30 - 20:30 : Pasta Party

**Vendredi 24 août**

05:00 : départ de l'Ultra Tour depuis le centre de Vielle Aure (Office de Tourisme)

**Samedi 25 août**

06:00 : arrivées des premiers de l'Ultra Tour au centre de Vielle-Aure

18:00 : Retour des sacs base vie Ultra Tour

Toute la journée et toute la nuit : arrivées des coureurs de l'Ultra Tour au centre de Vielle-Aure

**Dimanche 26 août**

09:00 : Arrivée des derniers Finishers de l'Ultra Tour

10:00 - 12:00 : Remise des récompenses de l'Ultra Tour, du Tour des Cirques et du Tour des Lacs (Place de Vielle-Aure)

12:15 : Buffet de clôture du Grand Raid des Pyrénées en présence de tous les partenaires et des bénévoles (Chapiteau de la course)

# Composition des ravitaillements

Au restaurant Merlans, La Mongie, Col de Sencours, Hautacam, Bederet, Cauterets, Aulian, Tournaboup : oranges, bananes, pain, fromage, jambon, saucisson, fruits secs, gâteaux salés, cakes, chocolat en tablette, eau plate, eau gazeuse, coca, thé, café et soupe

Au refuge de la Glère : pain, fromage, jambon, saucisson, fruits secs, gâteaux salés, cakes, eau plate et soupe

Idem à Pierrefitte et à Luz Saint Sauveur avec en plus des pâtes et des compotes.

À la cabane de Sardiche et à la cabane d'Ayges Cluses : eau seulement.

Il est possible de faire acheminer des affaires et du ravitaillement à Pierrefitte et Luz Saint Sauveur. Ces sacs devront être remis à l'organisation avant 20h le jeudi. Ils seront ramenés à l'arrivée le samedi en fin d'après-midi.

## Matériel obligatoire

La liste est la suivante

- gobelet personnel pour boire les liquides (eau, coca et soupe) aux ravitaillements
  - réserve d'eau minimum 1,5 litre
  - réserve alimentaire
  - deux lampes en bon état de marche avec piles de recharge
  - couverture de survie (de 2 m<sup>2</sup> minimum)
  - sifflet
  - bande élastique adhésive permettant de faire un bandage ou un strapping
  - veste imperméable et respirante, de type membrane ou enduction (veste type KWAY ou poncho non acceptée)
  - pantalon ou collant long ou corsaire avec chaussettes montantes (cette solution est acceptée uniquement si les jambes peuvent être intégralement couvertes)
  - casquette ou équivalent
  - vêtement chaud manche longue, servant de seconde couche entre le t-shirt et la veste imperméable et respirante (par exemple polaire ou autre vêtement technique chaud) (\*)
  - gants couvrant intégralement les mains (moufles acceptées) (\*)
- (\*) : L'organisation pourra décider avant le départ de la course de rendre cet équipement recommandé et non plus obligatoire (typiquement en fonction des prévisions météorologiques). L'annonce sera faite au moment du briefing de la course

# **Composition of the resupplyings**

At Merlans restaurant, La Mongie, Col de Sencours, Hautacam, Bederet, Cauterets, Aulian, Tournaboup: oranges, bananas, bread, cheese, ham, sausage, dried fruits, cakes, chocolate in tablet, still water, sparkling water , coca, tea, coffee and soup

At the Glère refuge: bread, cheese, ham, sausage, dried fruits, salted cakes, cakes, still water and soup

Ditto Pierrefitte and Luz Saint Sauveur with more pasta and compotes.

At the Sardiche hut and the Aygues Cluses hut: water only.

It is possible to make forward clothes and resupplying to Pierrefitte and Luz Saint Sauveur life base. two bags of 20 l will be handed to every participant at the time of the delivery of bibs. These bags must be handed to the organization before 8 pm on Thursday. It will be returned on arrival on Saturdays late in the afternoon.

# Mandatory material

The list is as follows

- Personal cup for drinking liquids (water, coca and soup) at the refreshments
- Minimum water reserve 1.5 liters
- food reserve
- two lamps in good working order with spare batteries
- survival blanket (minimum 2 m<sup>2</sup>)
- Whistle
- adhesive elastic band allowing bandaging or strapping
- waterproof and breathable jacket, membrane or coating type (jacket type KWAY or poncho not accepted)
- pants or long tights or corsair with socks up (this solution is accepted only if the legs can be fully covered)
- cap or equivalent
- long sleeve warm clothing, serving as a second layer between the t-shirt and the waterproof and breathable jacket (eg fleece or other warm technical clothing) (\*)
- gloves completely covering the hands (mittens accepted) (\*)

(\*): The organization may decide before the start of the race to make this equipment recommended and no longer mandatory (typically based on weather forecasts). The announcement will be made at the time of the race briefing

# Composición de suministro

En el restaurante Merlans, La Mongie, Col de Sencours, Hautacam, Bederet, Cauterets, Aulian, Tournaboup: naranjas, plátanos, pan, queso, jamón, salchichas, frutas secas, pasteles, chocolate en tabletas, agua sin gas, agua con gas, coca, té, café y sopa

En el refugio Glère: pan, queso, jamón, salchichas, frutas secas, pasteles salados, pasteles, agua y sopa

Ditto Pierrefitte y Luz Saint Sauveur con más pastas y compotas.

En la cabaña de Sardiche y en la cabaña de Aygues Cluses: solo agua.

Es posible enviar negocios y suministros a Pierrefitte y Luz Saint Sauveur. Estas bolsas deben ser entregadas a la organización antes de las 8 pm del jueves. Volverán a su llegada el sábado al final de la tarde.

## Material obligatorio

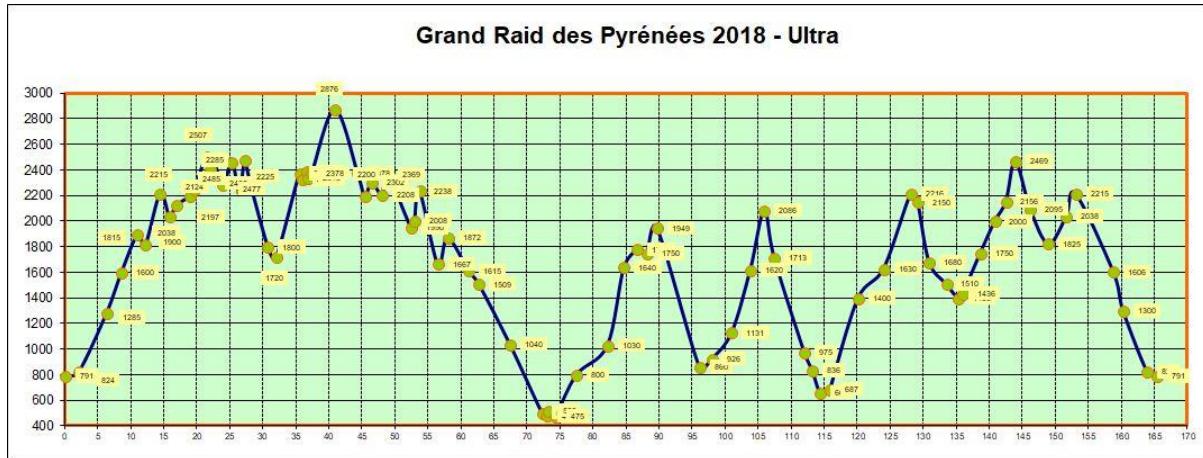
La lista es la siguiente

- Copia personal para beber líquidos (agua, coca y sopa) en los refrigerios
- Reserva mínima de agua 1.5 litros
- reserva de comida
- dos lámparas en buen estado de funcionamiento con baterías de repuesto
- manta de supervivencia (mínimo 2 m<sup>2</sup>)
- Silbar
- banda elástica adhesiva que permite vendajes o flejes
- Chaqueta impermeable, transpirable, membrana o tipo de recubrimiento (chaqueta tipo KWAY o poncho no aceptado)
- pantalones o medias largas o corsario con calcetines arriba (esta solución solo se acepta si las piernas pueden estar completamente cubiertas)

- límite o equivalente
  - Ropa de abrigo de manga larga, que sirve como una segunda capa entre la camiseta y la chaqueta impermeable y transpirable (por ejemplo, paño grueso y suave u otra ropa técnica de abrigo) (\*)
  - guantes cubriendo completamente las manos (mitones aceptados) (\*)
- (\*): La organización puede decidir antes de comenzar la carrera recomendar este equipo y dejar de ser obligatorio (generalmente según las previsiones meteorológicas). El anuncio se hará en el momento de la reunión de la carrera

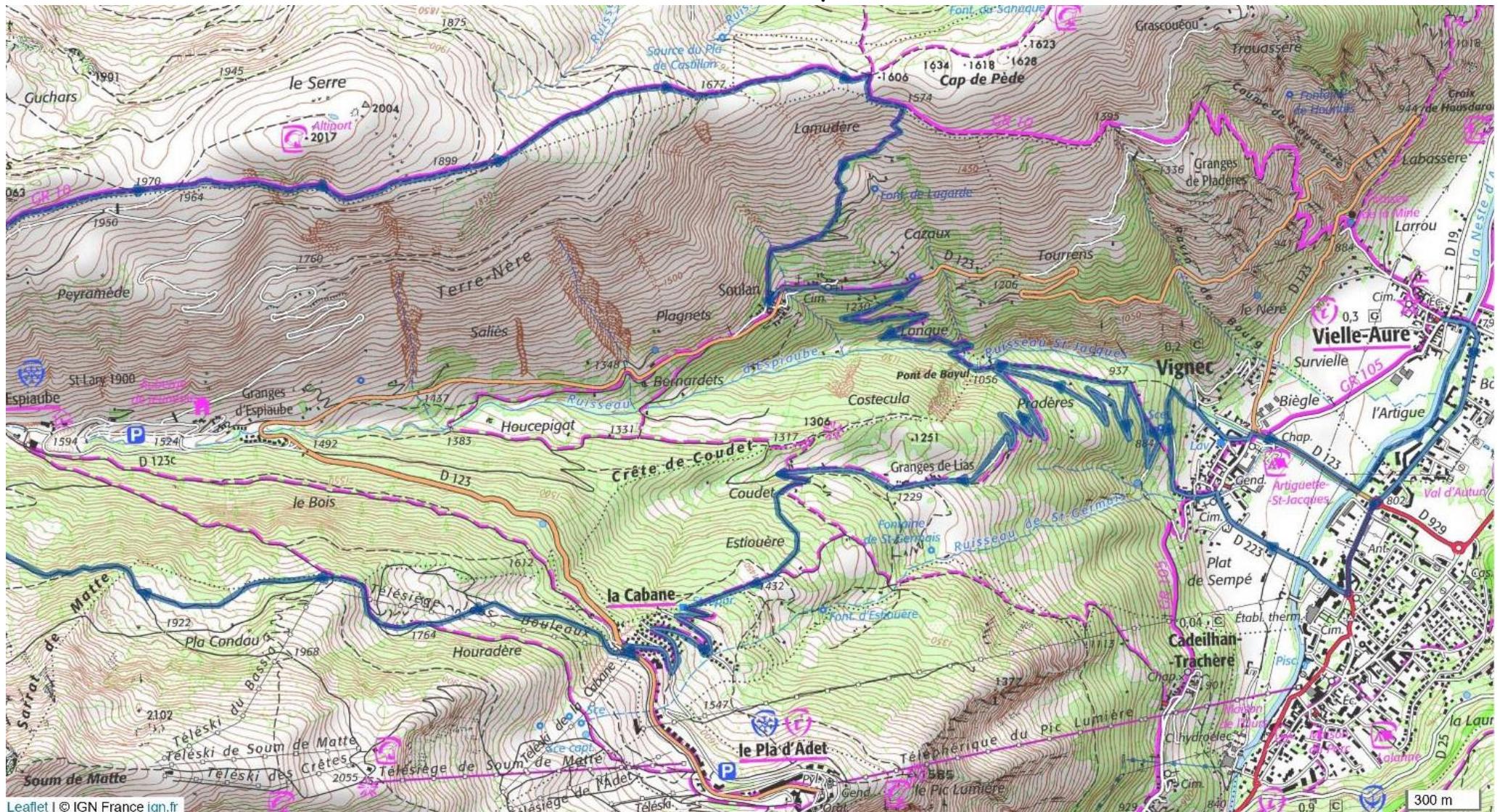


# Profil / Profile / Perfil

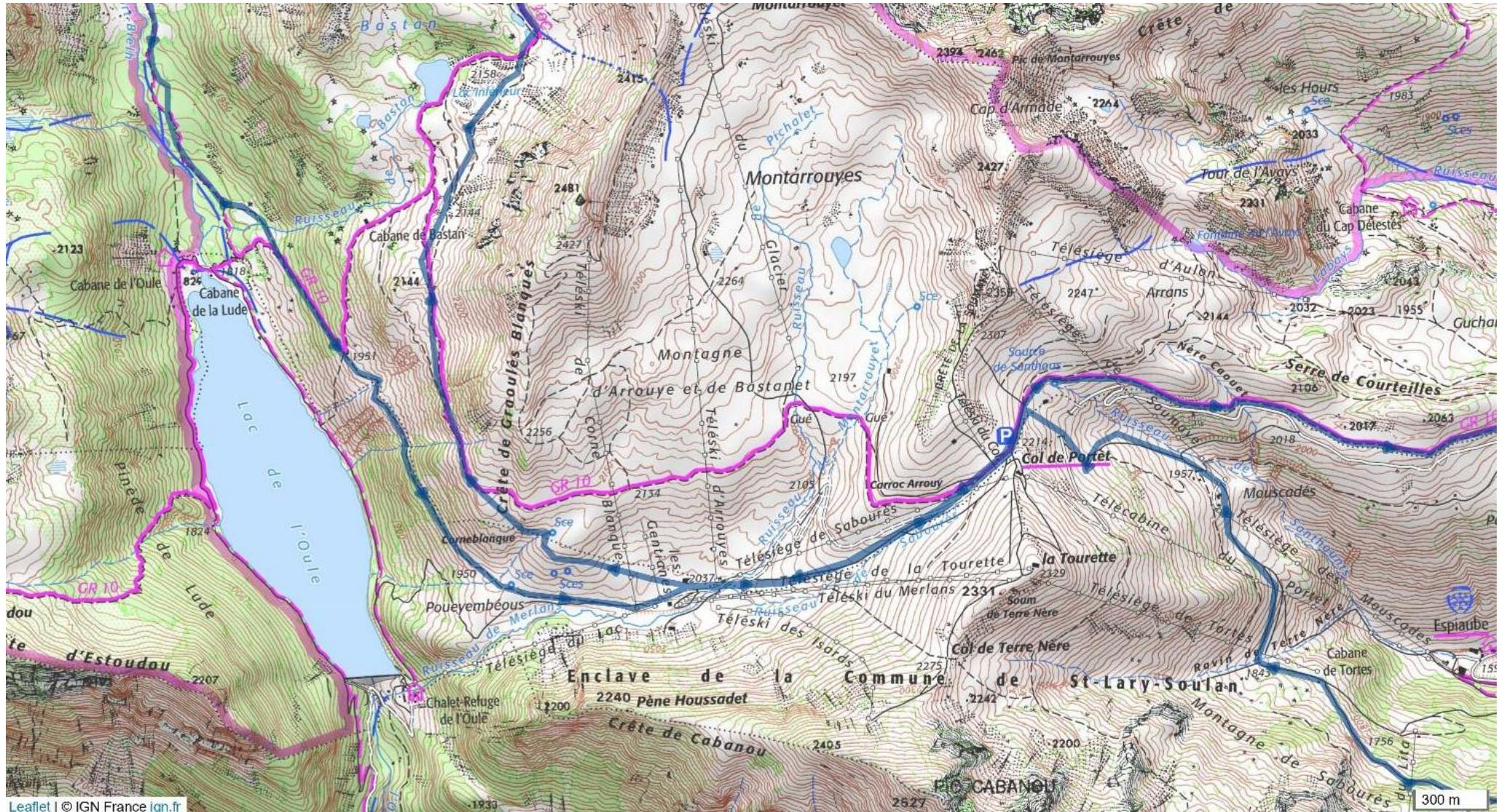


- Carte IGN n° 1647ET, 1747ET, 1748ET, 1748OT
- © IGN - Paris 2018
- Autorisation n° 221822

## Vielle-Aure → Sarrat de Matte + Cap de Pède → Vielle-Aure



## Sarrat de Matte → Corneblanque + Cabane de Lude → Vielle-Aure



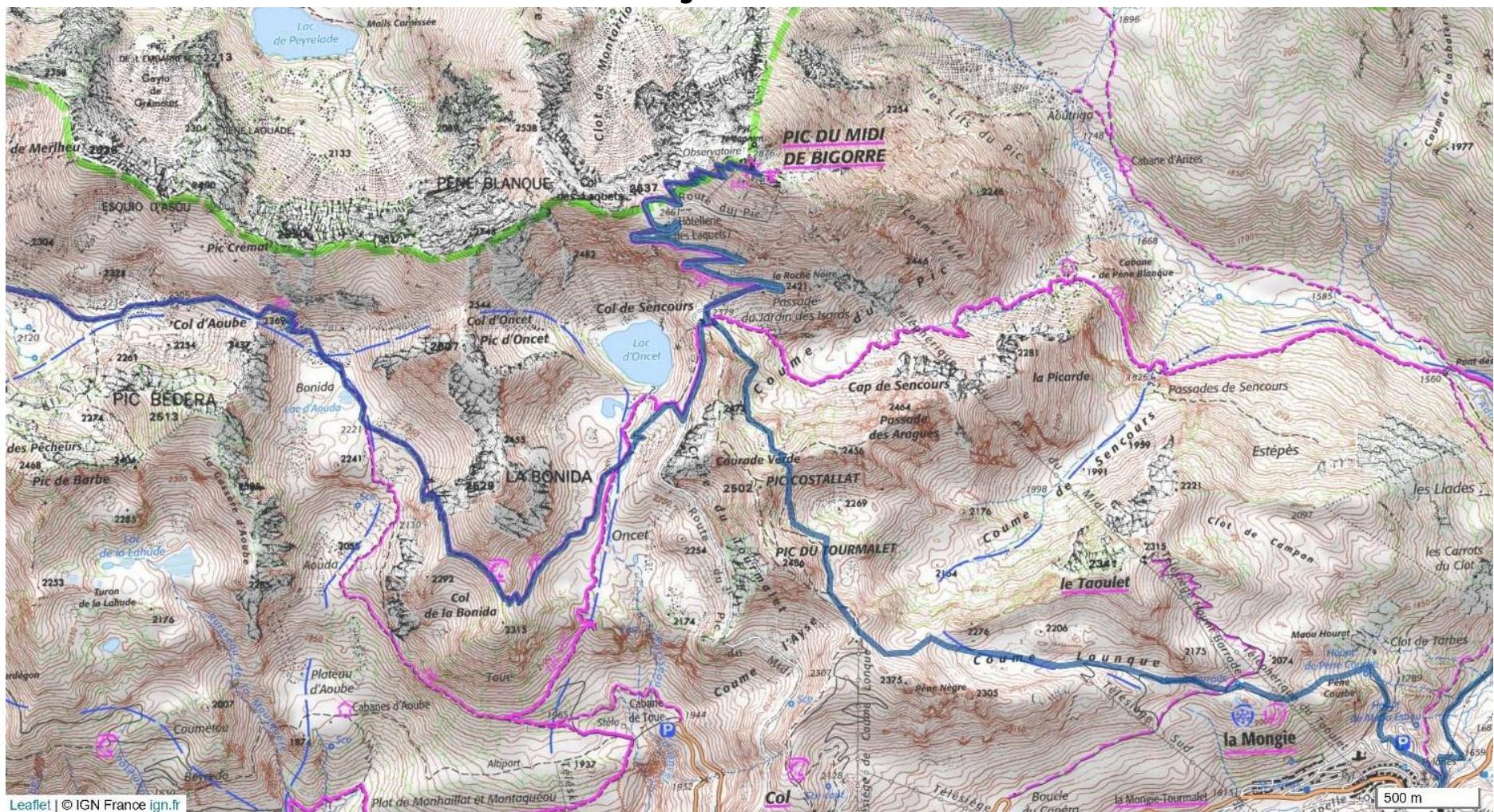
## Corneblanque → Hourquette Nère



## Hourquette Nère → La Mongie



## La Mongie → Col d'Aoube



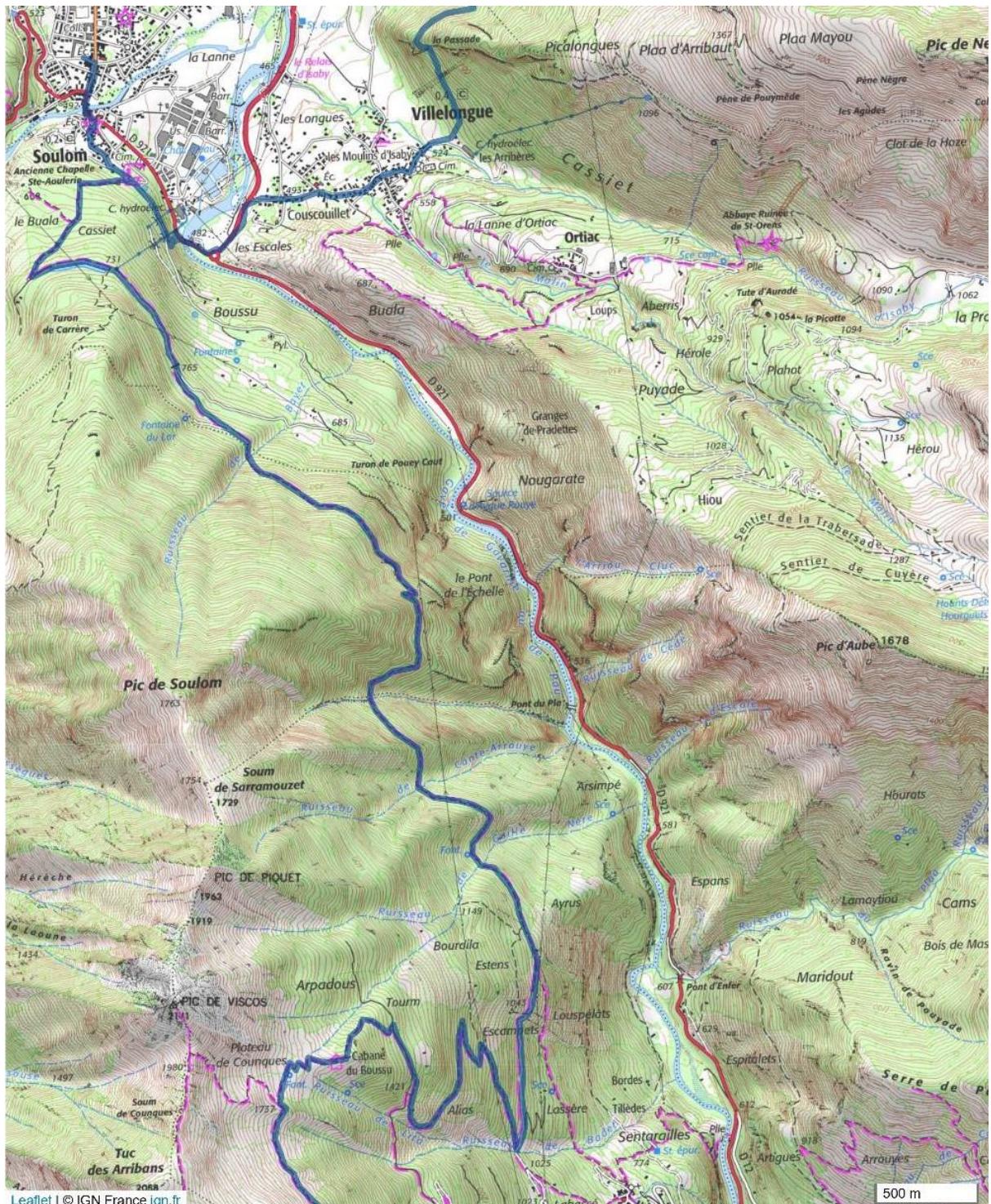
## Col d'Aoube → Col de Moulata



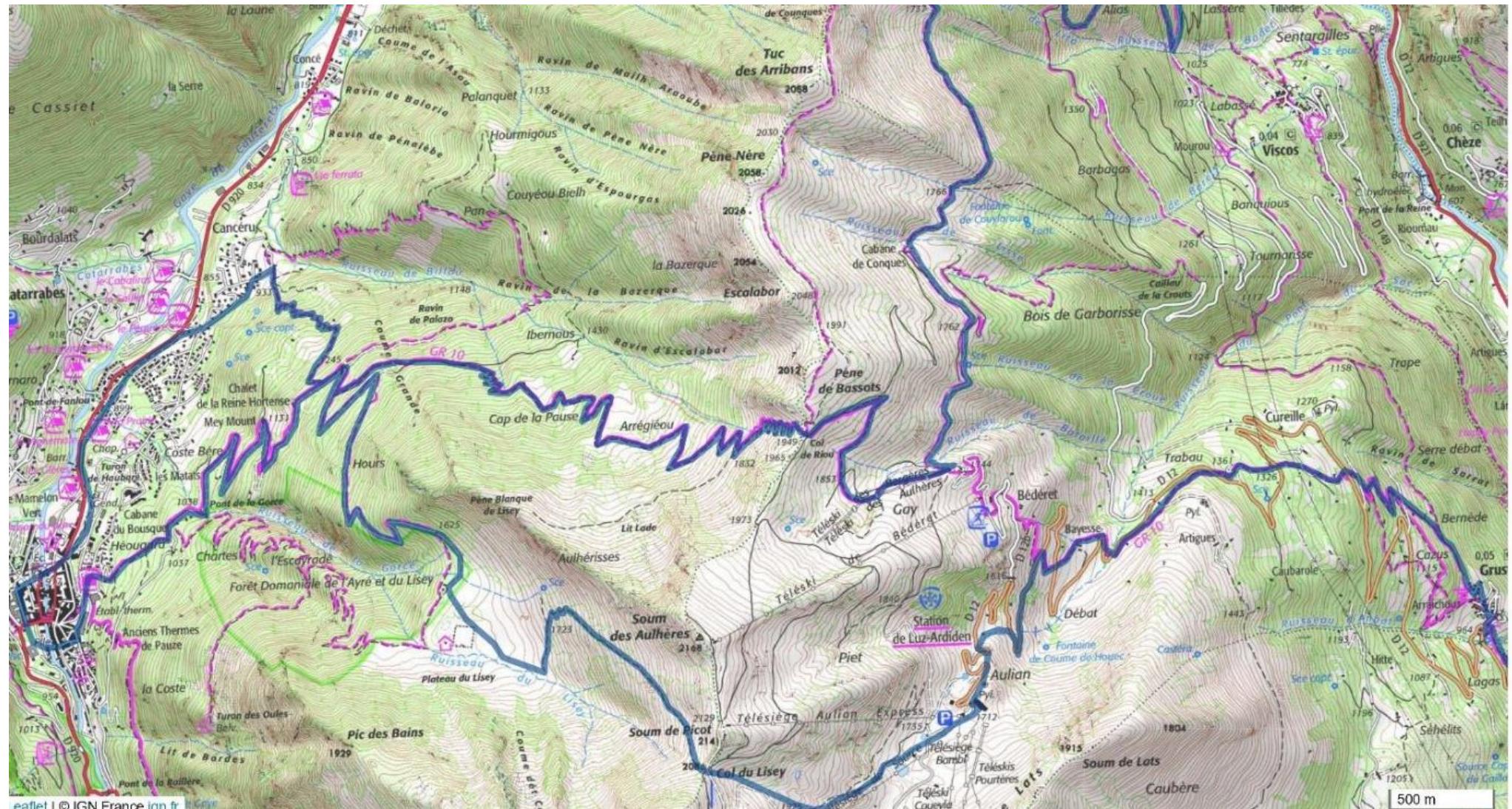
## Col de Moulata → Pierrefitte



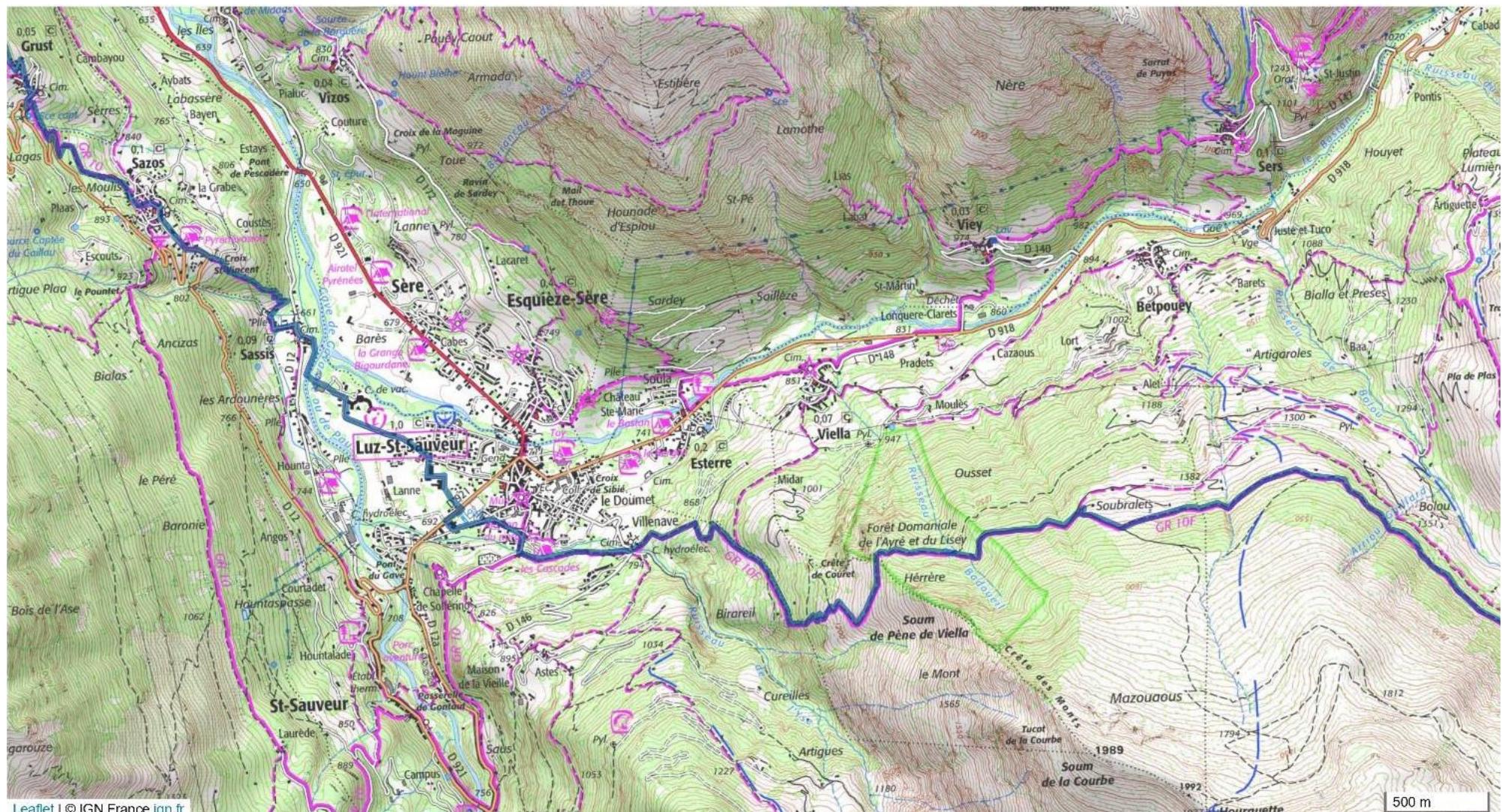
## Pierrefitte → Cabane de Boussu



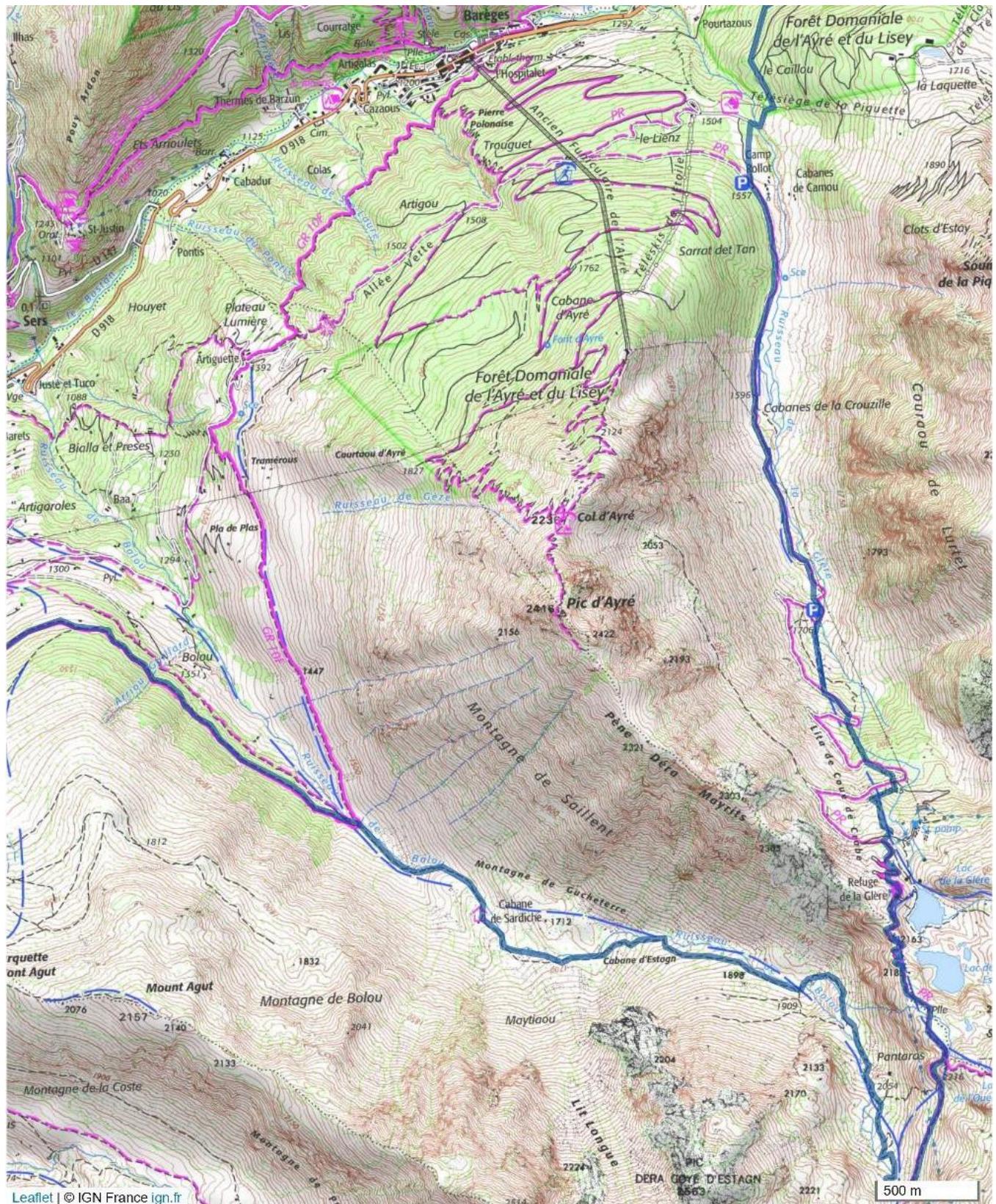
## Cabane de Boussu → Grust



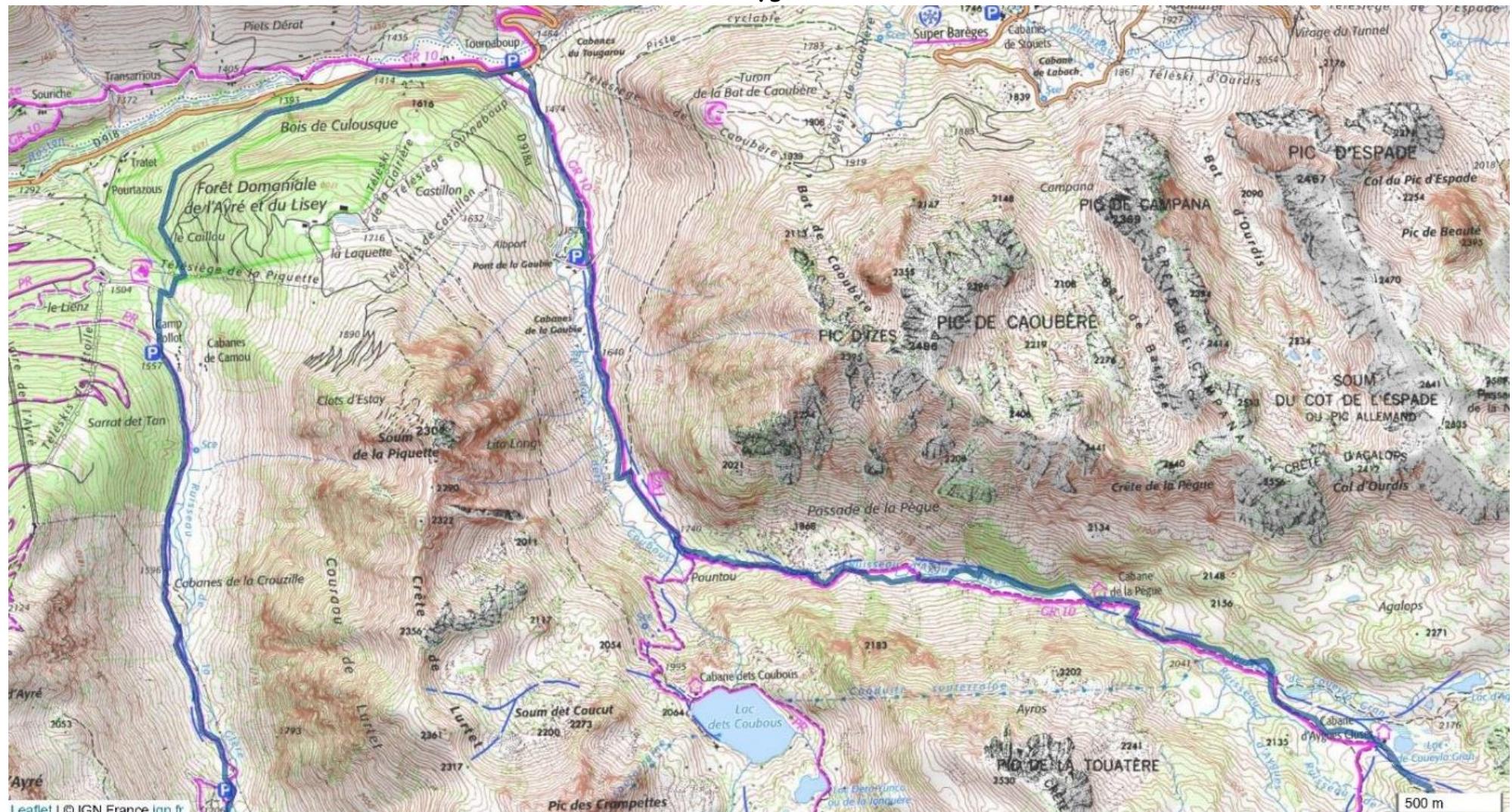
## Grust → Bolou



## Boulou → Lienz



## Lienz → Cabane d'Aygues-Cluses



## Cabane d'Ayges-Cluses → Cabane de Lude

