

CAP FRÉHEL ► DINAN ► SAINT-MALO

Jeudi 6 mai 2027

170 km
EN SOLO

Plévenon
Cap Fréhel



Saint-Malo

Dinan

1^{ère}
EDITION

Informations / Inscriptions
sur nextron.fr



DOSSIER DE PRÉSENTATION

ENDU'RANCE TRAIL DES CORSAIRES 2027-170K

Édition 1



LE PROJET

L'association Intrail organise du **Jeudi 6 au samedi 8 mai 2027** une manifestation sportive de type course pédestre sur la voie publique ouverte à la circulation. Cette manifestation rassemblera au maximum 100 personnes (hommes et femmes) qui parcourront une distance d'environ **170 km à pied entre** la commune de **Plévenon** (département 22 – départ km00) et la commune de **Saint-Malo** (département 35 – arrivée km170) en passant par la ville de **Dinan** en suivant le sentier côtier GR34, dit sentier des douaniers, **sur sa « variante marée haute »** et le long de la Rance à l'aide d'une trace GPX fournie par l'organisation.

Notre équipe avait à coeur d'organiser cet ultra trail, et ainsi de réunir les traces qui ont fait l'histoire de l'ERTC. L'engagement individuel et collectif, le partage, la découverte, le respect de l'environnement et le dépassement de soi, sont les valeurs essentielles que nous cherchons à mettre en avant dans nos choix d'organisation.





LE CONCEPT

• LA DISTANCE À PARCOURIR :

170km en suivant en partie le sentier des douaniers GR34 sur sa variante marée haute et la trace GPX fournie. Un départ de la commune de Plévenon-Cap Fréhel (salle des fêtes). Une arrivée à St-Malo (Lieu à préciser).



• LA DATE ET HEURE DES DÉPARTS :

Au choix le Jeudi 6 mai 2027 : à 12h00 pour un temps de course de 48h max.
à 18h00 pour un temps de course de 42h max.

La manifestation sportive sera **sans chronométrage, sans classement**. Elle rassemblera au maximum 100 personnes invitées par l'organisation à partir de critères garantissant la mixité homme - femme, l'expérience du participant sur ce type d'effort et de parcours, sa bonne condition physique, le respect du règlement et de la Charte de participation.

Les participants à cette manifestation seront en **autonomie alimentaire complète** sur le parcours. Un ravitaillement à l'arrivée sera offert aux participants.

Le balisage qu'ils suivront sera celui du GR, déjà existant sur une partie du tracé. Aucun autre balisage directionnel ne sera mis en place par l'organisation en dehors de certaines intersection laissant un doute sur la direction.

Ils devront **respecter strictement le Code de la route** quand ils se trouveront sur la voie publique qui restera ouverte à la circulation les 06 et 07/05/2027.

La sécurité des participants sera assurée par des secouristes présents tout au long du parcours. **Un PC course sera mis en place** en cas de difficultés d'un des participants avec un numéro d'urgence unique.



ORGANISATION DE LA MANIFESTATION

• LES INSCRIPTIONS

Le montant de l'inscription est fixé à 60 euros.

Une fois l'inscription faite par le coureur sur la plateforme NEXTRUN, aucun remboursement ne sera possible pour le coureur, quel que soit le motif.

Le tarif est dû au fait que nous équipons chaque traileur avec une balise.

Celle-ci sera un atout pour être suivi en temps réel, aussi bien par vos familles que par le PC Course.



Balise pour le suivi

Les personnes intéressées par cette manifestation devront se faire connaître auprès de l'organisation en remplissant le formulaire d'inscription officiel disponible sur le site NextRun - ERTC2027.

L'organisation retiendra la candidature des participants selon plusieurs critères :

- Leur expérience dans ce type d'épreuve et d'effort.
- Leur approbation du règlement de l'épreuve sans exception.
- Leur engagement à aider l'organisation par la signature de la « Charte du participant ».

Les participants ainsi retenus, devront valider leur engagement en s'enregistrant sur la plateforme internet NEXTRUN à partir du 22 novembre 2026.

• LE DOSSARD – LE CHRONOMÉTRAGE ET CLASSEMENT

La manifestation ne donnera pas lieu à classement ni chronométrage. Les participants pourront, par eux-mêmes, avec leur propre dispositif, se chronométrer. Il n'y aura donc pas de remise de récompense à l'arrivée.

Un dossard et une balise seront attribués au participant pour des questions de sécurité et de suivi individuel pendant la manifestation. La remise se fera avant le départ le 06/05/2027 sur la commune de Plévenon entre 11h15 et 11h45.

• ALIMENTATION & RAVITAILLEMENTS

L'organisation retient le principe de l'**autonomie alimentaire complète** sur le parcours pour le participant. Néanmoins, 5 bases seront autorisées pour être ravitaillé.

• **5 « bases de vie »** sur le parcours permettront au participant de disposer d'une structure d'accueil « confortable » pour se reposer, se ravitailler, se changer, voir ses accompagnateurs, se soigner... avant de reprendre le parcours.

- **Base de vie 1 : KM36 - Saint-Cast**

Ouverte entre jeudi 16h et 20h30

- **Base de vie 2 : KM66- Lancieux**

Ouverte entre jeudi 20h et vendredi 5h

- **Base de vie 3 : KM93 - Langrolay-sur-Rance**

Ouverte entre jeudi 22h et vendredi 14h

- **Base de vie 4 : KM115 - Dinan**

Ouverte entre vendredi 1h30 et 20h45

- **Base de vie 5 : KM143 - La Ville Es Nonais**

Ouverte entre vendredi 5h et samedi 4h30



**ATTENTION À BIEN CALCULER
VOS PASSAGES AUX BASES DE VIE,
NE PASSER NI TROP TÔT...
NI TROP TARD.**

- **Saint-Malo ARRIVEE-**

Ouverte entre vendredi 7h30 et samedi 12h00

• **« Accompagnant coureur »** : C'est à partir de cette troisième base de vie que le coureur pourra se faire accompagner par un ou plusieurs autres ami(e)s coureurs pour finir son Ultra.

Les participants seront ainsi pleinement responsables de l'apport énergétique et des quantités adaptées qui leur permettront d'aller au bout du parcours.

L'organisation autorise ainsi **3 modalités de ravitaillement aux participants** :

• Le coureur **emporte avec lui**, dès le départ, la totalité des denrées alimentaires qu'il évalue nécessaire et suffisante pour parcourir les 170km sans subir de défaillance.

• Le coureur **prépare des « sacs ravitaillements »** qu'il retrouvera aux 5 bases de vie. Il déposera à l'organisation, avant le départ, un ou plusieurs sacs « ravitaillements ». Le ou les sacs ravitaillements déposés, seront identifiés et attribués au coureur. Ils seront ensuite acheminés par l'organisateur aux bases de vie selon le choix du coureur. Il retrouvera son sac à son passage dans la base de vie et pourra ainsi se ravitailler.

• Le coureur **est suivi par un ou plusieurs accompagnateurs** qui pourront le ravitailler sur les différentes bases du parcours autorisées par l'organisation.

Les 3 modalités peuvent également se combiner.

LE RAVITAILLEMENT LIQUIDE

Une réserve d'eau d'1.5L est obligatoire pour débuter le parcours (*contrôle par l'organisateur*).

L'organisation mettra à disposition du coureur, et seulement sur les 5 bases de vie, de l'**eau froide et chaude ainsi que de l'eau gazeuse** (pas de soda mis à disposition par l'organisation).

Pas de gobelet et ustensiles fournis par l'organisation. Chaque participant devra avoir en sa possession ses propres contenants nécessaires à son ravitaillement.

L'eau froide et gazeuse permettra au participant de s'hydrater et repartir avec une réserve d'eau suffisante.

L'eau chaude permettra au participant qui le souhaite d'y mélanger du café soluble, thé, soupe ou autre.... **(Attention : les denrées solides ne seront pas fournies par l'organisateur)**

En dehors des bases de vie, et sur le parcours, le participant pourra utiliser tous les points d'eau existants pour s'hydrater, se faire ravitailler en eau par un accompagnateur ou une tierce personne.

• BALISAGE ET TRACE

Le parcours suit le GR34 en grande partie – Sentier des douaniers sur sa variante marée haute. Les participants suivront le balisage officiel déjà existant, de type rouge et blanc, présent sur une grande partie du parcours côté mer. **Aucun autre balisage, pour indiquer la direction à suivre, ne sera mis en place par l'organisation à l'exception de certaines zones.**

Le balisage sur le reste du parcours sera de couleur jaune (PR) pour une grande partie. Le coureur aura à sa disposition la trace GPX pour suivre l'itinéraire.

- **Un Roadbook papier** (cartographie détaillée du parcours en format IGN) sera mis à disposition des participants qui le souhaitent. Il sera en **libre téléchargement sur le site internet de la manifestation**.

- **Un tracé numérique de type GPX** du parcours sera également à disposition des participants. Ils pourront télécharger le fichier sur leur smartphone ou montre connectée et ainsi avoir un visuel du tracé pour se repérer.

Pour s'assurer que chaque participant emprunte bien la totalité du parcours, des points de contrôle seront mis en place sur le parcours à des endroits stratégiques.

Les points de contrôle permettront également de sécuriser la course par un comptage.

Le participant s'engage à enregistrer son tracé et à partager celui-ci avec l'organisateur après course. Cet enregistrement permettra d'identifier les difficultés et les limites du non balisage du parcours par l'organisateur.

Interférences du tracé de la course avec la circulation piétonne ou celle des véhicules à moteurs

Le GR34 passe parfois par des voies publiques ouvertes à la circulation. Sur l'ensemble du tracé (du départ à l'arrivée), **le participant s'engage à respecter strictement le code de la route qui s'applique aux piétons utilisant la voie publique ouverte à la circulation**. Aucune autorisation ou priorité de passage ne sera demandée par l'organisation les 06 et 07/05/2027 aux autorités com-

pétentes. En cas de non-respect strict du code de la route, le participant engagera sa propre responsabilité civile et pénale en cas d'accident ou d'infraction. Une décharge de responsabilité sur ce sujet devra être signée par le participant avant son départ. Aucun signaleur ne sera présent pour sécuriser la voie publique les 06 et 07/05/2027.



ASSURANCE ET SÉCURITÉ DES PARTICIPANTS

L'organisation souscrit auprès de la MAIF un contrat d'assurance en responsabilité civile – assurance multirisques – organisateur de manifestation sportive pour les 06 et 07/05/2027. Les participants et bénévoles bénéficieront de cette couverture d'assurance.

Il n'empêche que chaque participant doit avoir souscrit, en son nom propre, une assurance le couvrant contre les risques liés à ce type de manifestation sportive. La responsabilité civile et/ou pénale du participant sera obligatoirement engagée s'il cause un dommage par le non-respect du règlement, de la charte ou des décharges signées avant course.

Exemples : accident par non-respect du code de la route – accident ou dommage en dehors du tracé – accident corporel par défaut de ravitaillement en quantités suffisantes – non déclaration de problèmes physiques avant le départ sur le questionnaire « QS-Sport »

Des secouristes (3) et un infirmier seront présents en permanence sur le parcours et véhiculés pour intervenir. Une ambulance de type «VPSP» permettra d'évacuer le participant réclamant des soins sur la base de vie la plus proche.

Chaque participant ayant besoin d'aide sur le parcours pourra joindre par téléphone **le responsable secours** à un numéro unique. L'appel au 18 – 112 – 15 restera exceptionnel et à faire en cas d'urgence vitale uniquement.

Chaque participant devra indiquer le numéro de téléphone d'une personne à prévenir en cas d'accident. Cette personne à prévenir devra être joignable les 06 et 07/05/2027 pendant toute la durée de la manifestation.

Pour faciliter la localisation du participant et le suivi de son parcours par les secours et accompagnateurs, **une balise GPS individuelle sera fournie au coureur au moment du départ.**

Matériels et équipements de sécurité obligatoires : veste de pluie – bonnet – gant – tee-shirt manche longue ou manchons bras – lampe frontale (+recharge) – dispositif réfléchissant – sifflet – téléphone portable chargé à 100% – batterie externe de recharge fortement recommandée – réserve eau 1.5L et alimentaire – 1 couverture de survie – 1 bande « Elastoplast ».

ABANDONS – DÉLAIS

Pour participer à cette manifestation, le participant doit être capable de courir pendant 170km. Les temps de marche doivent être exceptionnels et limités.

L'organisateur n'impose pas de barrière horaire, ni de temps de course. En revanche le participant doit accepter et comprendre que passer un certain temps de course il n'est plus possible d'assurer sa sécurité ou son suivi. A ce titre, nous demandons aux participants de pouvoir se projeter sur un **temps de course de 48h00 (avec un départ à 12h) soit une moyenne de 3,8 km/h.**

Tenir cette moyenne n'est pas facile sur ce type de parcours et demande de l'expérience et de l'entraînement. Nous demandons aux participants pour lesquels cette moyenne semble difficile à tenir, de se faire obligatoirement accompagner sur les 15 derniers km par un proche pour assurer son suivi et sa sécurité.

A partir du km143 (distance à confirmer) l'organisation pourra mettre un participant hors course pour raisons de sécurité et d'arrivée estimée trop tardive.

Le participant devra signaler à l'organisateur, avant le départ, si une assistance personnelle est prévue en cas d'abandon. Si non prévue, l'organisateur assurera la logistique liée à cet abandon.

CADEAU PARTICIPANT – ANIMATION

Il n'est pas prévu de cadeau participant. L'organisateur pourra éventuellement remercier le participant si un partenaire se présente pour soutenir la manifestation.

Un ravitaillement à l'arrivée sera offert aux participants dans un endroit dédié et confortable.

IMPACT SUR L'ENVIRONNEMENT

La majorité du tracé se trouve en zone protégée Habitat – Oiseaux – Faune et Flore (Natura2000).

L'organisateur et le participant s'engagent, collectivement, à limiter leur impact et valoriser cet espace.

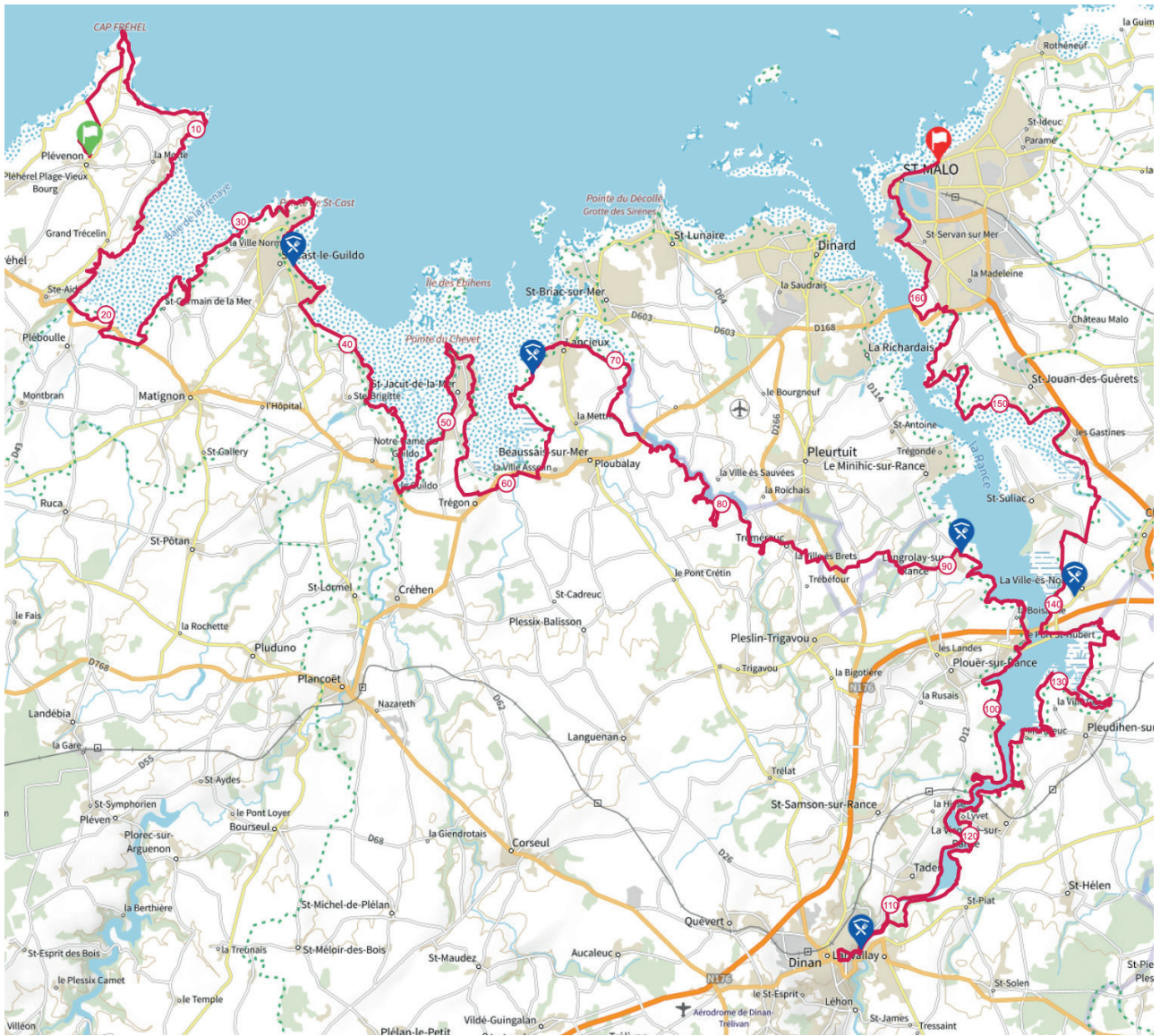
Les participants doivent **privilégier le covoiturage** au départ de Saint-Malo (Stade de Marville) avec, dans l'idéal, un accompagnateur pour conduire les participants au départ. Soit 4 participants par véhicule + 1 accompagnateur. L'organisateur mettra à disposition des participants une plateforme de communication au mois de Janvier. Cela permettra les échanges entre participants et la préparation des covoiturages.

ANNULATION

L'organisation se réserve le droit d'annuler la manifestation jusqu'au moment du départ ou à tout moment pour raisons de sécurité (météo – accident).

En cas de neutralisation et d'arrêt de la manifestation pour des raisons de sécurité, le participant recevra un message sur son téléphone. Il s'engage alors, dans la mesure du possible, à regagner l'arrivée par ses propres moyens. C'est pourquoi, le participant doit impérativement pouvoir compter sur une assistance personnelle les 06 et 07/05/2027 présente ou non pendant toute la durée de l'épreuve.





Tracé pouvant connaître des modifications jusqu'au dernier moment.

