

GUIDE COUREUR

TRAIL

DES PASSERELLES
DU MONTEYNARD

DU 6 AU 14 JUILLET 2024
8 TRAILS DE 13 À 63 KM

Trièves
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Matheysine
communauté de communes

www.trail-passerelles-monteynard.fr

Le Trail à l'état pur !



SOMMAIRE

Editos	1 à 4
Un rendez-vous incontournable en Isère	5
Un trait d'union entre deux territoires.....	6
Programme	7
Vue d'ensemble des parcours.....	8
Services aux coureurs.....	9
Village exposants	11
Courses enfants	12
Trail du Drac 13 km.....	15
Petit Train 28 km.....	16
Mine Express 13 km.....	17
Le Petit Train de La Mure	18
Le 3 ^{ème} Poste 17 km	19
Rando des Passerelles 12 km	20
Trail de Côte Rouge 26 km.....	21
Trail de l'Ebron 16 km.....	22
Maratrail 42 km.....	23
La Grande Course 63 km	24
Des bénévoles en or.....	25-26

Crédits photos
Lionel MONTICO - Christophe STAGNETTO
Philippe DURBET - WOUJOW - Idée Alpe



Eric LE PALLEMEC
Gérant d'Idée Alpe

C'est avec un immense plaisir que nous vous retrouvons, ici, en Isère, pour cette 13^{ème} édition du Trail des Passerelles du Monteynard !

Cette année revêt une importance particulière : les Jeux Olympiques de Paris 2024 se profilent à l'horizon, insufflant un esprit de compétition et de solidarité, résonnant jusqu'ici, au cœur des montagnes iséroises.

Pour cette édition 2024, je tiens à remercier une nouvelle fois EDF et le Sivom du Lac du Monteynard sans qui cette aventure exceptionnelle ne pourrait ni exister ni prospérer au fil du temps. Un grand merci à nos 450 bénévoles, de la Matheysine et du

Trièves. Chaque année, ils nous aident à accueillir et accompagner l'ensemble des traileurs de France et d'ailleurs, tout au long de cet éco-événement.

J'exprime également ma gratitude envers l'ensemble de nos partenaires qui nous soutiennent de nouveau en cette année olympique pour permettre à nos coureurs impatients de découvrir et de se surpasser au cœur des paysages d'exception du sud Isère.

Que le TPM 2024 soit synonyme de plaisir, de dépassement de soi, et de respect de notre belle planète !

Londres 2012-Paris 2024, c'est le temps écoulé depuis la création du TPM. Le temps passe vite mais la popularité de cet événement ne se dément pas. Merci aux créateurs : EDF et Idée Alpe.

Il faut reconnaître que ces territoires du Trièves et de la Matheysine sont incroyables pour la pratique du trail running. Des ambiances méditerranéennes en bordure du lac du Monteynard-Avignonnet aux paysages alpins du Sénépy en passant par les hêtraies sapinières, c'est un voyage dépaysant à portée de baskets.

Au-delà de cet écrin, je salue et remercie encore une fois les acteurs les plus importants de cet événement : les coureurs évidemment mais aussi et surtout nos incroyables bénévoles. Merci à eux !

Au plaisir de vous accueillir du 6 au 14 juillet 2024



Nicolas MARTIN
Champion de trail
Parrain de l'événement



62 ans que le barrage de Monteynard-Avignonet a donné naissance au lac emblématique que vous contournez lors du trail !

L'électricité produite y est 100% renouvelable, 100% propre.

Pour cette 13e édition,
**EDF vous souhaite une épreuve
100% inoubliable !**





PARTENAIRE MAJEUR ET FONDATEUR



EDF Hydro Alpes est dans la course du Trail des Passerelles du Monteynard en tant que partenaire fondateur de l'évènement en 2012 à l'occasion des 50 ans du barrage EDF. Le lac de Monteynard dessine le paysage de la vallée du Drac avec les autres lacs en amont et en aval et, ensemble, ils valorisent l'eau de la rivière comme source d'énergie électrique 100 % renouvelable.

Tout au long de l'année, quelles que soient les saisons, nos exploitants pratiquent aussi le même "terrain" que les coureurs du Trail, même si chacun a son parcours et ses dénivelés ! C'est très enthousiasmant d'accompagner cette nouvelle édition 2024 du Trail car nous partageons le même attachement au territoire, à la préservation et la valorisation de cet environnement exceptionnel et aux valeurs de l'esprit d'équipe qui nous enrichissent !

Nous souhaitons une belle aventure collective à tous les coureurs et à tous les bénévoles, en cette année particulière pour le sport et la France avec les Jeux de Paris 2024, dont EDF est partenaire officiel. Alors tous nos encouragements aux coureurs du Trail des Passerelles de Monteynard pour cette édition 2024 et aussi aux athlètes de la Team EDF dans quelques semaines !

Xavier HERVÉ, Directeur Environnement & Territoire



Le Trail des passerelles du lac de Monteynard-Avignonnet qui se déroule au cœur de la nature est bien plus qu'un défi sportif, c'est une célébration de notre lien avec l'environnement. Chaque foulée sur ces sentiers légendaires est une communion avec la terre, les arbres, l'air pur. Courir ici, c'est se mesurer à soi-même tout en respectant la majesté des paysages traversés. Cette course incarne l'esprit d'aventure et de découverte, rappelant l'importance de préserver ces espaces naturels. En participant, chaque coureur devient un ambassadeur de la nature, prouvant que le sport peut harmoniser la performance et le respect de l'environnement.

Chaleureux remerciements aux bénévoles, véritables piliers de cette aventure. Leur énergie, leur soutien et leur générosité illuminent chaque étape du parcours. Un immense merci à Idée Alpe, dont la vision et le dévouement ont permis de créer un évènement inoubliable. Merci aux collectivités locales pour leur précieuse collaboration et leur engagement. Ensemble, vous avez fait de cet évènement une véritable réussite. Bravo et merci à tous !

Laurent MALEVAL, Président du SIVOM d'aménagement du lac de Monteynard-Avignonnet

Le barrage EDF du Lac de Monteynard Avignonnet



Bienvenue en Isère !

Vous participez à l'une des compétitions au Top 10 des trails français. A coup sûr, le "TPM" a conquis ce niveau, grâce à la qualité de son organisation et au caractère insolite de son parcours qu'offre le passage sur les passerelles himalayennes.

Cette année encore, le "Trail des passerelles" tient sa promesse en faisant du lac du Monteynard, l'épicentre d'une grande fête sportive entre Matheysine et Trièves, avec 6000 compétiteurs attendus. Une chose est sûre : le TPM fait vibrer tout le territoire et son histoire, à l'instar de la course du 3^{ème} poste, en référence au passé minier de la Matheysine véhiculé par le musée Mine Image le long du circuit du Petit Train de La Mure. Fabuleux !

Merci aux organisateurs et tous mes encouragements aux 450 bénévoles indispensables au succès de cette édition, qui représente un rendez-vous incontournable de l'été en Isère.

Continuez à profiter de l'Isère au gré de notre application "Isère outdoor", avec des rendez-vous sportifs toute l'année et bien d'autres conseils édités par les équipes du Département. Bonne compétition à tous !

Jean-Pierre BARBIER, Président du Département de l'Isère

La Région Auvergne-Rhône-Alpes



Grande région du sport en pleine nature, Auvergne-Rhône-Alpes accueille chaque année des compétitions emblématiques qui animent et dynamisent notre territoire tout comme elles perpétuent cette longue tradition sportive qui fait notre fierté.

Le Trail des Passerelles du Monteynard en est la parfaite illustration. Compétition incontournable de notre région et véritable moment de partage entre les nombreux participants, les parcours proposés invitent à s'émerveiller devant la grandeur de la nature environnante. Les passerelles du lac de Monteynard, uniques en Europe, les sentiers escarpés, les forêts verdoyantes et les vallées majestueuses forment un environnement tout à fait remarquable. La force de cette compétition réside dans sa capacité à allier cette exigence sportive au cœur d'un cadre naturel d'exception. Pour pratiquer moi-même le trail, je sais à quel

point il s'agit d'une discipline exigeante sollicitant tant la résistance physique que la solidité mentale. Plus que l'accompagnement d'un rendez-vous sportif, ce partenariat est aussi une manière pour nous de mettre en avant des valeurs qui sont pour moi essentielles : le travail, le courage, le dépassement de soi et de ses limites. Une dimension symbolique que le Trail des Passerelles du Monteynard incarne à la perfection. Nous sommes fiers d'être partenaires du trail des Passerelles du Monteynard qui contribue au rayonnement de notre territoire et de nos sportifs. Je tiens à remercier les organisateurs et les bénévoles pour tout le travail mené, indispensable au succès de cet évènement.

Tous mes encouragements aux compétiteurs et excellent trail à tous !

*Laurent WAUQUIEZ
Président du Conseil régional d'Auvergne-Rhône-Alpes*



UN RENDEZ-VOUS INCONTOURNABLE DU SUD ISÈRE



CRÉÉ EN 2012 À L'INITIATIVE D'EDF POUR CÉLÉBRER LES 50 ANS DU BARRAGE DE MONTEYNARD AVIGNONET, LE TRAIL DES PASSERELLES DU MONTEYNARD A SU SE FAIRE UNE PLACE PARMIS LES TRAILS FRANÇAIS LES PLUS RÉPUTÉS

De 812 participants la 1^{ère} année, le TPM a su attirer jusqu'à + de 6 000 coureurs en 2019 sur 1 semaine entière d'épreuves. Pour arriver à ces chiffres, le TPM a diversifié ses épreuves en proposant toujours des distances accessibles à tous, avec pour leitmotiv de faire découvrir aux coureurs toutes les richesses des territoires du **Trièves et de la Matheysine**.

Parmi ces richesses, on peut évidemment citer **Le Petit Train de La Mure, la Pierre Percée, le musée de La Mine Image ou encore l'Alpage du Sénépi**.

Mais le TPM, depuis 12 ans, c'est aussi une richesse locale incarnée par les 450 bénévoles issus de ces territoires et qui aident à l'organisation sans faille de ce rendez-vous, devenu une vitrine incontournable du Sud-Isère.

Désormais, on vient donc de partout (21% d'Isérois seulement et 20 nationalités différentes représentées) pour participer à cette belle fête du sport, et goûter aux joies des passerelles himalayennes !



UN TRAIT D'UNION ENTRE 2 TERRITOIRES

LES PASSERELLES HIMALAYENNES
UNIQUES EN EUROPE !

En 2008, le **SIVOM** du lac de Monteynard Avignonet (avec le concours de l'Europe, de l'Etat et du FIBM de la région Rhône-Alpes et du Conseil Général de l'Isère) faisait entrer le site dans l'histoire en construisant des **passerelles himalayennes uniques sur le continent**.

Ces ponts suspendus au-dessus de l'eau turquoise permettent de franchir le **Drac et l'Ebron et, ainsi, de relier Trièves et Matheysine**. Ces passerelles revêtent un caractère tout simplement exceptionnel : leur longueur défie les lois de la pesanteur... et la propension au vertige !
La Passerelle du Drac mesure 220m de longueur et enjambe le lac de 45 à 85m selon la hauteur des eaux. **La Passerelle de l'Ebron s'étire sur 180m, également entre 45 et 85m** au-dessus de l'étendue scintillante au soleil.

UNE BASE NAUTIQUE SUR CHAQUE RIVE DU LAC

La réputation du lac de Monteynard s'est forgée au fil des années grâce à ses incontournables passerelles himalayennes du Drac et de l'Ebron qui permettent une liaison originale entre les territoires du Trièves et de la Matheysine.

Grâce à la constance de ses vents, le lac de Monteynard est le paradis des véliplanchistes et des kitesurfeurs. Il est considéré comme le second spot le plus venté d'Europe après le lac de Garde en Italie.

Randonneurs, vttistes, pêcheurs ou simples flâneurs profitent des 2 points d'accueil : **Treffort** et **Mayres-Savel** pour s'adonner à leurs activités favorites.

+ d'infos : lac-monteynard.com / 04 76 34 14 48



Lac
MONTEYNARD

LAC DE MONTEYNARD-AVIGNONET

Un Monde à part...

PROGRAMME DU 6 AU 14 JUILLET

SAMEDI 6



TRAIL DU DRAC 13km/700m D+

17h départ / arrivée
Mayres Savel Plage

DIMANCHE 7

LE PETIT TRAIN 28km/1350m D+

8h30 départ de Monteynard
arrivée La Mure

MINE EXPRESS 13km/700m D+

Par équipe de 2
9h15 départ La Mine Image
arrivée La Mure

MARDI 9

LE 3^{ÈME} POSTE 17km/800m D+

Solo et relais à 2
19h15 départ Prunières
arrivée la Mine Image

VENDREDI 12

Ouverture du village exposants
de 15h à 20h à Treffort

17h Testing chaussures
+ footing
SAUCONY

MINITRAIL ENFANTS
de 5 à 15 ans

18h Treffort

SAMEDI 13

Ouverture du village exposants
de 10h à 19h à Treffort



RANDO DES PASSERELLES
12km/500m D+

à partir de 9h30 départ Savel Plage
arrivée Treffort



TRAIL DE COTE ROUGE
26km/1200m D+

9h départ / arrivée Treffort



TRAIL DE L'EBRON 16km/750m D+

17h départ / arrivée Treffort

DIMANCHE 14

Ouverture du village exposants
de 10h à 17h à Treffort



LA GRANDE COURSE 63km/3100m D+

Solo et relais à 3
5h départ La Mure / arrivée Treffort



MARATRAIL DES PASSERELLES
42km/2200m D+

7h15 départ / arrivée Treffort



VUE D'ENSEMBLE DES PARCOURS

Matheysine
communauté de communes



COMMUNES MOBILISÉES

- Treffort
- Mayres Savel
- Prunières
- La Mure
- La Motte d'Aveillans
- Monestier de Clermont
- Susville
- La Motte Saint Martin
- Monteynard
- Pierre Chatel
- Prunières
- Cornillon en Trièves

Trièves
communauté de communes



SERVICES AUX COUREURS

38



RETRAIT DES DOSSARDS

Samedi 6	14h00 - 19h00	Mayres Savel base nautique	Drac / Petit Train / Mine Express / 3 ^e Poste
Dimanche 7	6h00 - 8h00	Gare de La Mure	Petit Train / Mine Express / 3 ^e Poste
Mardi 9	16h30 - 18h15	La Mine Image (Mte d'Aveillans)	3 ^e Poste
	18h30 - 19h15	Prunières	
Vendredi 12	15h00 - 20h00	Treffort, base nautique	Toutes courses
Samedi 13	7h00 - 19h00	Treffort, base nautique	Toutes courses
Dimanche 14	4h00 - 4h45	La Mure mairie	La Grande Course
	6h00 - 7h00	Treffort, base nautique	Maratrail

! Attention, aucun dossard ne sera distribué sur les sites de départ Petit Train (Monteynard), Mine Express (La Mine Image)



SUIVI LIVE - RÉSULTATS

Tous les résultats seront consultables en direct via un lien disponible sur le site du Trail des Passerelles du Monteynard, rubrique "Résultats".



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

**LA RÉGION PARTENAIRE
DU TRAIL DES PASSERELLES DU MONTEYNARD**

VILLAGE EXPOSANTS

SUR LE SITE DE TREFFORT
DU VENDREDI 12 AU DIMANCHE 14 JUILLET



Sur ce village, ouvert à tous et gratuit, vous pourrez retrouver certains partenaires de la manifestation avec notamment EDF ou Saucony. Vous pourrez également vous restaurer à notre buvette.

Retrouvez nos exposants à Treffort



COURSES ENFANTS



GRATUIT
PAS DE CLASSEMENT
PAS DE CHRONOMETRAGE

Le TPM est un événement pour tous, et c'est en ce sens que l'organisation proposera des courses **gratuites** à Treffort (base nautique) pour les enfants le **vendredi 12 juillet** à partir de 18h

PROGRAMME VENDREDI 12 JUILLET

À partir de 16h inscriptions sur place

18h00

Benjamins / Minimes - 1500m
nés en 2009 / 2010 / 2011 / 2012

18h20

Pupilles / Poussins - 1000m
nés en 2013 / 2014 / 2015 / 2016 / 2017

18h30

Mini Poussins - 500m
nés en 2018 et après

**TOUS LES ENFANTS
SONT RÉCOMPENSÉS !**



Teisseire
DEPUIS 1720

ZERO





Devenons l'énergie qui change tout.

VENEZ JOUER UN RÔLE DANS LE DÉVELOPPEMENT DE LA PREMIÈRE DES ÉNERGIES RENOUVELABLES

L'hydraulique recrute des femmes et des hommes dans votre région.
Et si c'était vous ?



edf.fr/edf-recrute

L'énergie est notre avenir, économisons-la !

TRIÈVES

Terre d'équilibre

www.trieves-vercors.fr

Le Parc
NATUREL
REGIONAL
du
VERCORS



@trieves.vercors

Office de tourisme du Trièves
04 82 62 63 50
contact@trieves-vercors.fr



Photo : JP Dordain

Au Sud de l'Isère, entre richesses
culturelles et naturelles...

découvrez :

LA MATHEYSINE

matheysine-tourisme.com



Matheysine
Communauté de communes

ALPES
ISÈRE
Société d'Économie

DRAC
13 km

DÉPART | Mayres Savel
ARRIVÉE | base nautique

SAMEDI 6 JUILLET 17H00

38

RETRAIT DES DOSSARDS
Mayres Savel base nautique
6/07 de 14h à 17h



REMISE DES PRIX
19h30 à Mayres Savel
base nautique



RAVITAILLEMENT
km 7,5 (Villard-Julien)
Arrivée



13 KM / 700 M D+

INTERSPORT

ÉQUIPEZ-VOUS DANS LES MAGASINS PRÈS DE CHEZ VOUS !

Comboire / Grand-Place / St-Martin-d'Hères / St-Egrève / La Mure



- Large choix d'articles de sport
- Présence des plus grandes marques
- Proposition de différents services : cordage raquette, marquage, atelier cycle, entretien ski...

PETIT TRAIN
28 km

📍 DÉPART Monteynard
ARRIVÉE La Mure

DIMANCHE 7 JUILLET 8H30

38 RETRAIT DES DOSSARDS
6/07 de 14h à 19h Mayres Savel base nautique
7/07 de 6h à 7h30 à la Gare de La Mure

🏆 REMISE DES PRIX
13h à La Mure Gare



RAVITAILLEMENTS

km 15 (La Mine Image)
km 19 (Les Signaroux)
Arrivée



DÉCOUVREZ NOTRE UNIVERS
TRAIL SUR SAUCONY.COM

saucony

MINE EXPRESS

13 DUO
km

📍 DÉPART La Mine Image
ARRIVÉE La Mure

38

RETRAIT DES DOSSARDS

6/07 de 14h à 19h Mayres Savel base nautique
7/07 de 6h à 7h45 à la Gare de La Mure



REMISE DES PRIX

13h à La Mure Gare



RAVITAILLEMENTS

km 4 (Les Signaroux)
Arrivée

La Motte d'Aveillans



Les Signaroux

4



10h30



La Pierre Plantée

6

10

13 KM / 700 M D+

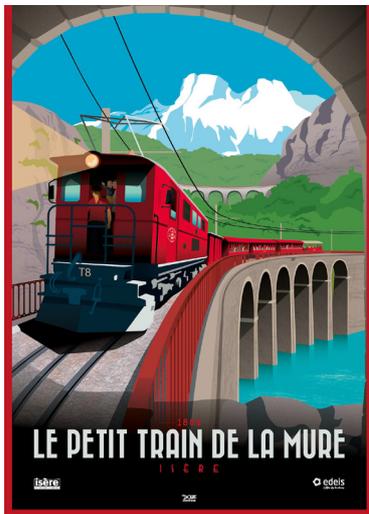
DIMANCHE 7 JUILLET 9H15



La ville de La Mure
aux côtés du Trail
des Passerelles

Départ de la Grande Course





Ouverte en 1888, la voie de chemin de fer du **Petit Train de la Mure** a été utilisée pour transporter l'antracite, les mineurs et les voyageurs entre **Grenoble** et le **plateau Matheysin**. Ses locomotives sont réputées parmi les passionnés car elles sont électrifiées grâce à l'hydroélectricité dès 1902 !

Depuis 2018, le **TPM** a toujours mis en valeur cette **voie ferrée mythique**

Le **Mine Express**, depuis 2021, qui emprunte **Le Petit Train de La Mure** à son départ.

Après un siècle de fonctionnement cette voie ferrée mythique, a été aménagée en attraction touristique en 1988, jusqu'à sa fermeture à cause d'un éboulement. En 2021, le Petit Train renaît, sous l'impulsion du Département de l'Isère, accompagné par EDEIS.

Pilier du patrimoine historique et culturel Matheysin, en faisant évoluer les coureurs sur des portions marquantes de cette voie ferrée lors de **La Grande Course**, puis du **3^e Poste** depuis 2017, puis de l'épreuve du **Petit Train** depuis 2019 et enfin avec



LE 3^{ÈME} POSTE

17 km

SOLO
RELAIS X2

📍 DÉPART Prunières
ARRIVÉE La Mine Image

38

RETRAIT DES DOSSARDS

6/07 de 14h à 19h

à Mayres Savel base nautique

7/07 de 6h à 8h30

à La Gare de La Mure

9/07 de 16h30 à 18h15

à La Motte d'Aveillans (La Mine Image)



REMISE DES PRIX

22h à La Motte d'Aveillans
(La Mine Image)



RAVITAILLEMENTS

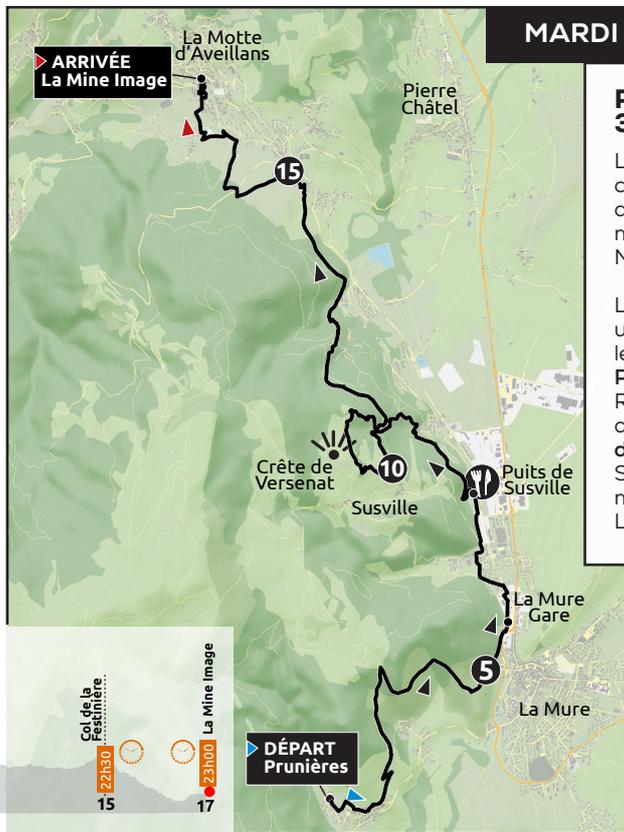
km 7 (Puits de Susville)

Arrivée

● Prunières



17 KM / 800 M D+



MARDI 9 JUILLET 19H15

Pourquoi le 3^e Poste ?



Le 3^e Poste correspond au Poste de Nuit dans l'histoire minière du plateau Matheysin.

Le parcours emprunte un itinéraire qui relie les 3 puits :

Prunières (puits des Rioux), **Susville** (puits du Villaret), **La Motte d'Aveillans** (le puits Sainte-Marie) au musée souterrain de La Mine Image.

LA MINE IMAGE

Découvrez un site minier authentique



Une visite guidée

Une aventure humaine

Une expérience souterraine

Ouvert toute l'année
sur réservation :
www.mine-image.com
ou au 04 76 30 68 74

La Mine Image - Les Quatres Galeries - 38770 La Motte d'Aveillans

RANDO

DÉPART Mayres Savel base nautique
ARRIVÉE Treffort base nautique

38

RETRAIT DES DOSSARDS à Treffort (base nautique)
12/07 de 15h à 20h
13/07 de 7h15 à 9h



NAVETTE BATEAU LA MIRA (réservation obligatoire)
8h00 départ de la navette Treffort → Mayres Savel
9h10 départ de la navette Treffort → Mayres Savel



RAVITAILLEMENTS

km 6 (Villarnet)
Arrivée



SAMEDI 13 JUILLET À PARTIR DE 9H30



la Mira

Réservation sur
www.la-mira.com



CÔTE ROUGE
26 km

📍 DÉPART | **Treffort**
ARRIVÉE | base nautique

CHALLENGE NATIONAL
TRAIL

SAMEDI 13 JUILLET 9H00

38 RETRAIT DES DOSSARDS à Treffort (base nautique)
12/07 de 15h à 20h
13/07 de 7h à 9h

🏆 REMISE DES PRIX
13h30 à Treffort (base nautique)

🍴 RAVITAILLEMENTS
km 8 (Hameau de Maissenas)
km 15 (Monestier de Clermont)
km 21 point d'eau
Arrivée


Passage des coureurs de 10h à 13h



DE CLERMONT c'est :

- Une marque fabricante française
- 100 ans de semelles
- Le maintien de l'emploi en local à Monestier-de-Clermont

www.declermont.fr



SEMELLE TREKKING

EBRON
16 km



DÉPART
ARRIVÉE

Treffort
base nautique

38

RETRAIT DES DOSSARDS à Treffort (base nautique)
12/07 de 15h à 20h
13/07 de 7h à 17h



REMISE DES PRIX
19h45 à Treffort (base nautique)

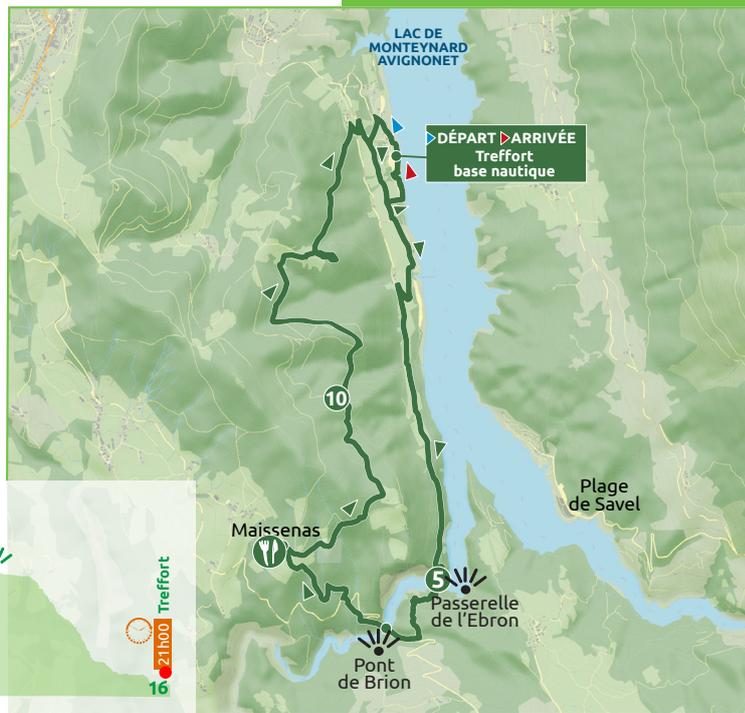


RAVITAILLEMENTS

km 8 (Hameau de Maissenas)
Arrivée



SAMEDI 13 JUILLET 17H00



PRÊT À NOUS REJOINDRE ?

NÉGOCE DE MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION ET DE BRICOLAGE



SAMSE
MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION

**L'ENTREPÔT
DU BRICOLAGE**

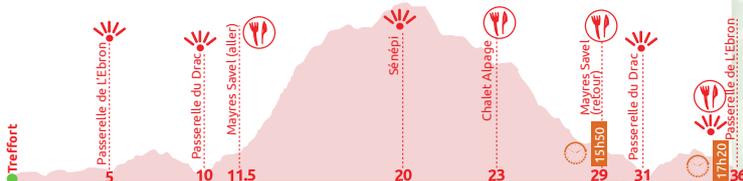
Rendez-vous sur
groupesamserecrite.fr



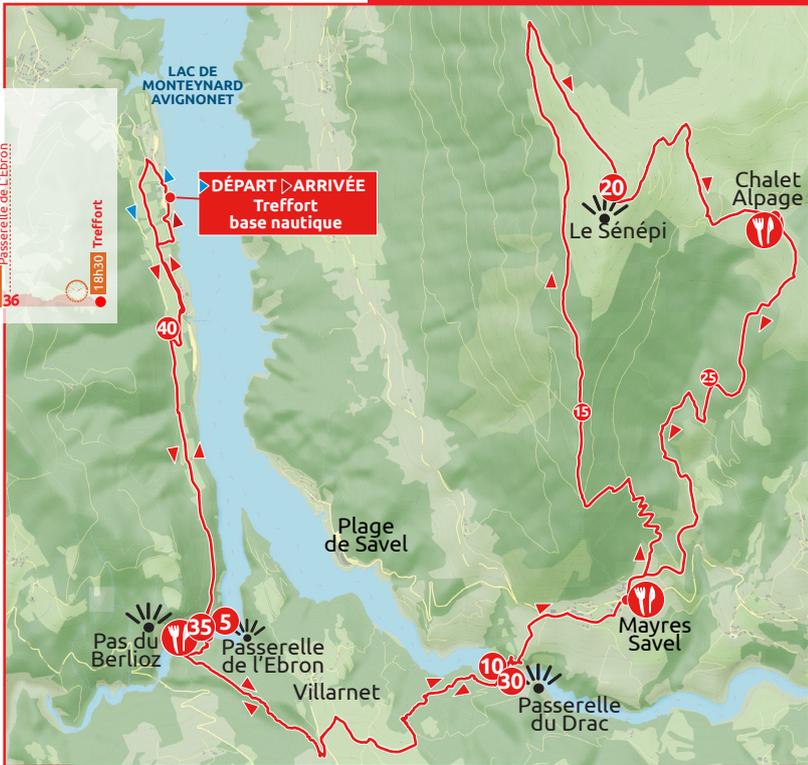
DÉPART
ARRIVÉE

Treffort
base nautique

DIMANCHE 14 JUILLET 7H15



42 KM / 2200 M D+



38 RETRAIT DES DOSSARDS à Treffort (base nautique)
 12/07 de 15h à 20h
 13/07 de 7h à 19h
 14/07 de 6h à 7h15

REMISE DES PRIX
 14h30 à Treffort (base nautique)

RAVITAILLEMENTS

km 11.5 (Mayres Savel Village)	km 29 (Mayres Savel village)
km 23 (Chalet Alpage)	km 36 (Passerelle de l'Ebron)
	Arrivée



LA GRANDE COURSE

63 km

SOLO
RELAIS X3



DÉPART La Mure

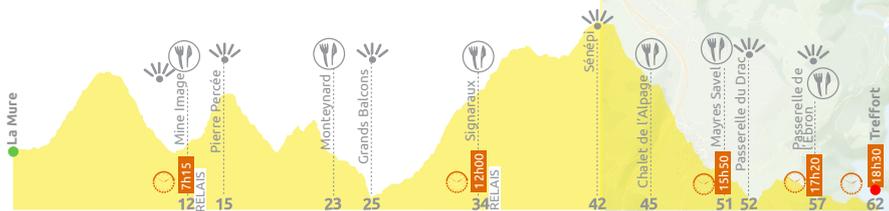
ARRIVÉE

Treffort base nautique

CHALLENGE
NATIONAL

TRAIL

DIMANCHE 14 JUILLET 5H00



63 KM / 3100 M D+

38

RETRAIT DES DOSSARDS

12/07 de 15h à 20h à Treffort (base nautique)

13/07 de 7h à 19h à Treffort (base nautique)

14/07 de 4h à 4h45 à la mairie de La Mure



DÉPART DE LA NAVETTE

3h00 Treffort → La Mure

(réservation obligatoire)



REMISE DES PRIX

14h30 à Treffort (base nautique)



RAVITAILLEMENTS

km 12 (La Mine Image)

km 23 (Monteynard)

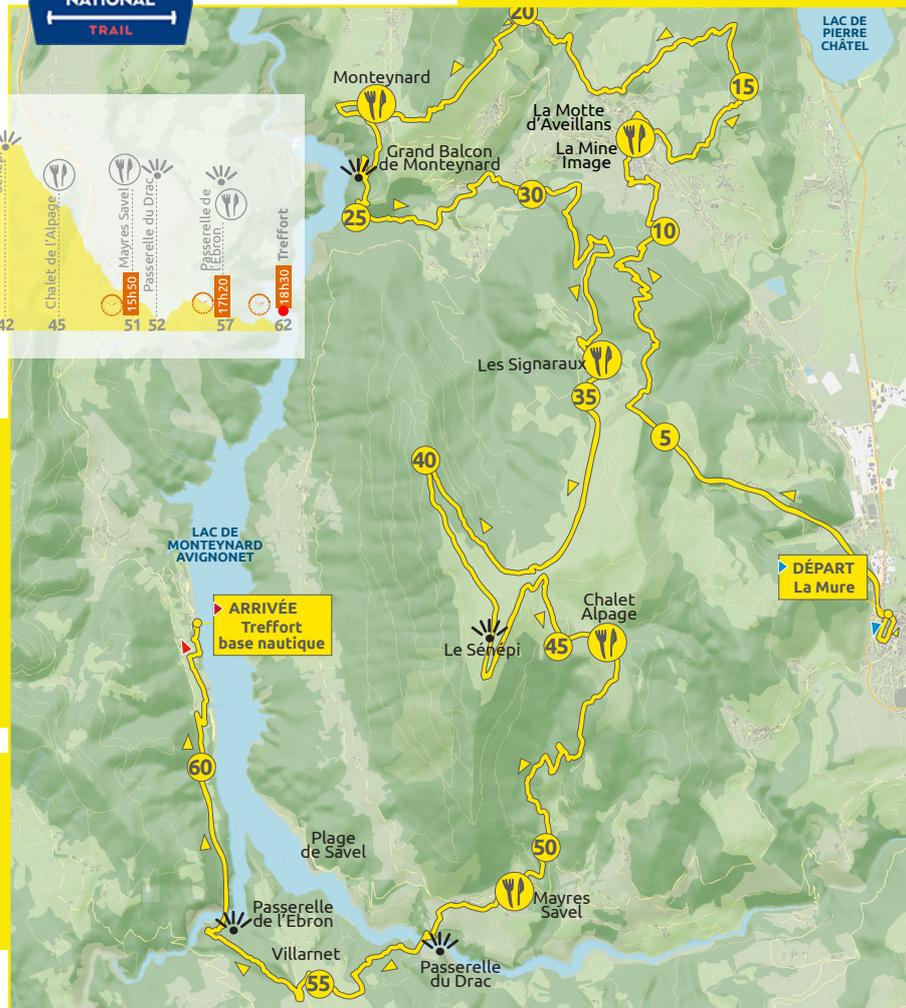
km 34 (Les Signaux)

km 45 (Chalet Alpage)

km 51 (Mayres Savel village)

km 57 (Passerelle de l'Ebron)

Arrivée



DES BÉNÉVOLES EN OR !



Alpage Sénépi



Centre équestre du Trièves



Alpage du Sénépi



Mayres Savel



Ski Club de Gresse en Vercors



Monestier de Clermont



Monteynard



La Mine Image



La Mure



Treffort et les Amis d'Idée Alpe



Susville



La Motte Saint Martin



Mayres Savet



Pierre Châtel



Prunières



Rugby Club Vif Monestier



Les Signaux



Taillefer Trail Team

DEPUIS 2012, EUX AUSSI PARTICIPENT AU SUCCÈS DU TPM




Pour le traçage et le balisage des parcours

Les secours et la sécurité de tous



Sécurité, Sauveteurs Secouristes Grenoblois et médecins



ISÈRE
OUTDOOR

Un concentré de sports de nature à portée de main : parmi plus de 80 itinéraires de trail, choisissez celui qui correspond à votre niveau et vos envies puis optez pour la géolocalisation ou le téléchargement des données et cartes. Retrouvez tous les itinéraires balisés dans la rubrique marcher/courir.