



TRAIL DES BALCONS D'AZUR

Samedi 11 avril 2026

CAPITOU TBA 14 km 400 D+



Retrait des dossards : 08h00-10h30 Parc familial Robinson Av de la Mer de Mandelieu la Napoule

Départ de la Course : 10h30 briefing, 10h45 départ

Pas des ravitaillements sur le parcours (trail en autonomie)

Arrivée : eau + eau gazeuse + boisson sucrée + nourriture salée, sucrée + fruits (Pas de gobelets au Ravito autonomie)

Sécurité numéros utiles (à garder sur soi) :

DIRECTION DE SECURITE : **06 50 01 68 75**

DIRECTION DE COURSE : 06 26 09 83 89

DIRECTION DE COURSE ADJOINT(AIRE D'ARRIVEE) : 06 61 68 44 48

PC COURSE MANDELIEU ARRIVEE : 06 08 82 91 44



Rappel du matériel obligatoire :

Aliments énergétiques

1,5 l d'eau ou de boisson énergétique dans le contenant au choix (porte bidon, poche à eau...),

gobelet ou bidon obligatoire PAS DE VERRES SUR LES RAVITOS

Dossard obligatoire à l'avant, visible dans sa totalité et en permanence.

Une couverture de survie, un sifflet, des vêtements étanches (veste type goretex)

Un **TÉLÉPHONE PORTABLE** (allumé et batterie rechargée afin de nous permettre de vous **SUIVRE EN LIVE** et de vous contacter en cas de problème) avec la liste des numéros de téléphones utiles enregistrée dans vos contacts.

Balisage : L'ensemble du parcours est balisé avec des flèches directionnelles, de la rubalise Conseil Départemental 06.

Barrière horaire :

La ligne d'arrivée sera fermée à 13h45.

Remise des prix : La remise des prix aura lieu à partir de 13h00 heures.



CARTE

CAPITOU TBA 14 KM 400 D+



PC : poste de contrôle



: Barrière horaire



: poste de secours



: poste médical



: Ravitaillement liquide



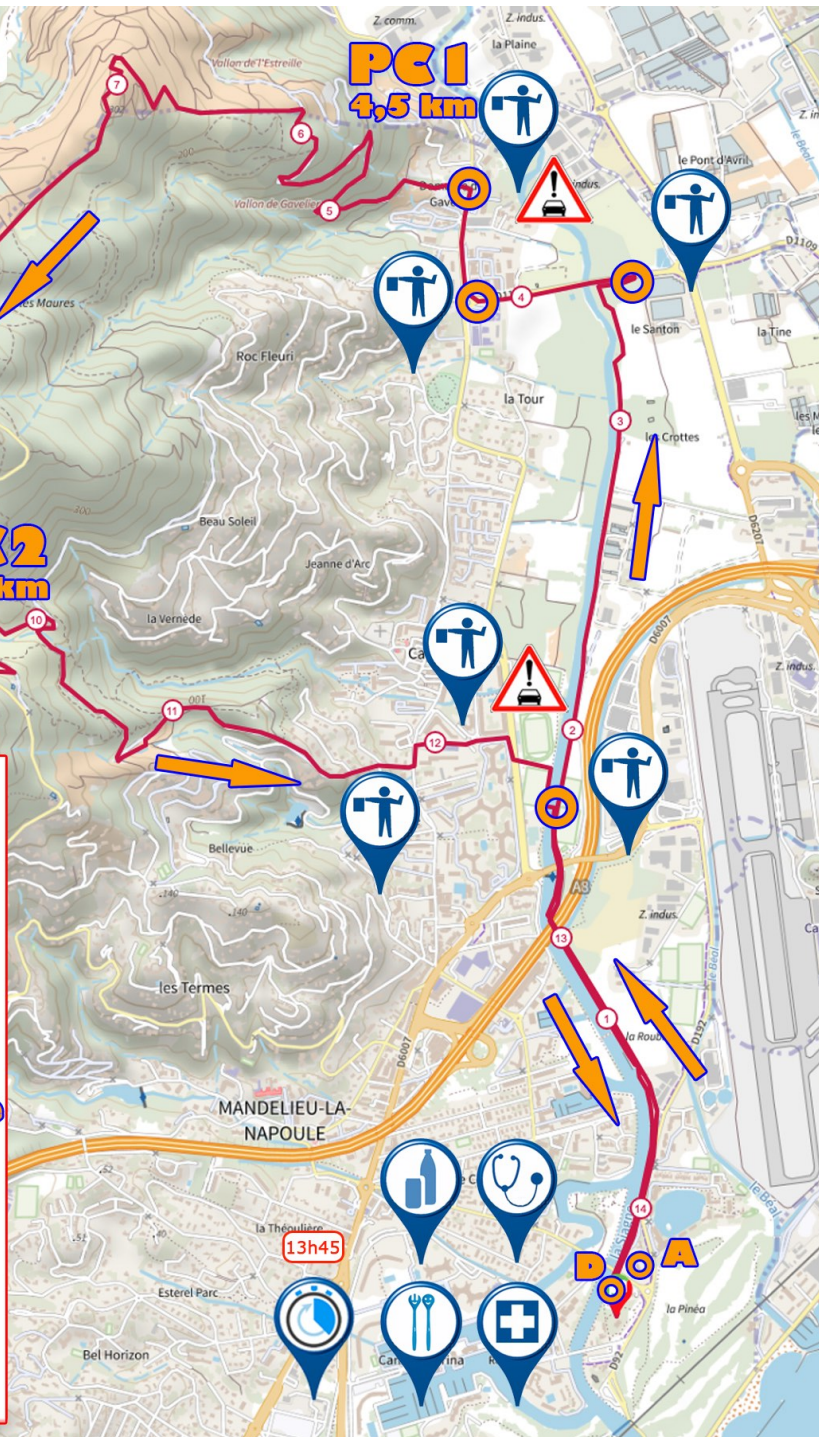
: Ravitaillement solide



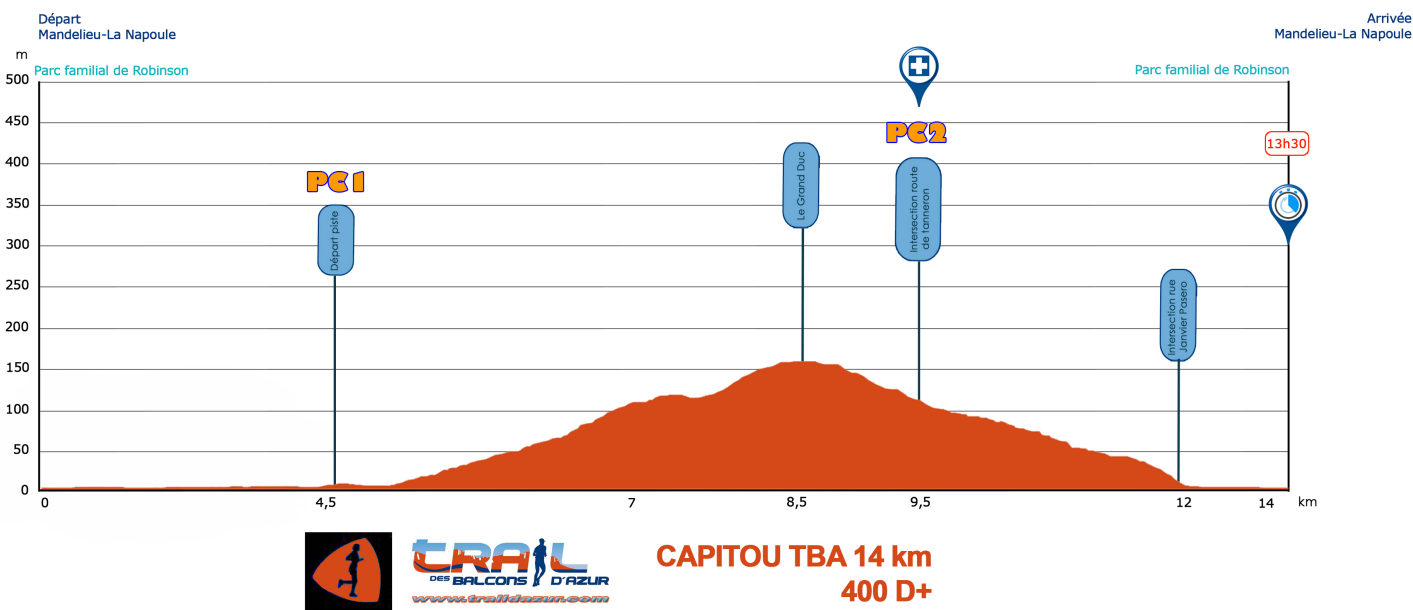
: Signaleur



: Danger route



PROFIL



Consignes de sécurité



Attention, la circulation n'est pas coupée au 19^{ème} km, vous allez traverser une route à circulation. Respectez le code de la route, stoppez votre course au niveau du panneau (ci-contre) et traversez aux ordres des signaleurs sur le passage piéton puis empruntez le trottoir.