

Samedi 14
JANVIER 2023

Trail Nocturne

Sur les Traces de Vauban

A partir de cadet (2007)

- Briefing à 17h40
- Départ à 17h45 de la première vague
- Distance 15 km

Parcours

Moyen à difficile
Bitume / tracés très variés

Matos

Baskets avec accroche
Lampe Frontale / ventrale
Tenue adaptée à la météo
Gobelet souple ou flasque d'hydratation
(1 barre Nrij ou gel)




Gravelines

TRAIL 15 km

- Repas vers 12h
- Collation vers 16h30
- Rendez-vous sur site vers 15h00 pour avoir le temps de retirer le dossard, prendre des repères sur le site et déposer votre sac consigne.
- Tenue adaptée à la météo
- Echauffement recommandé
- Départ par vague (5 à 6' entre chaque vague)
- Course chronométrée avec classement et récompenses

**ATOUT
APRÊT**
GRAVELINES - SAINT OMER

BRICOMAT
CARRELAGE DES FLANDRES
GRAVELINES


Commerçants
autrement

LE COLLECTIF
DES LUNETIERS

SWIMRUNLAND
L'UNIVERS 100% SWIMRUN APPROUVÉ 1.COM


l'eau
du Dunkerquois


Gravelines
Triathlon

VA BENE
PIZZERIA
36 RUE GEORGES POMPIDOU, 59279 LOON-PLAGE
03.28.60.47.83

ADLER
LOCATION ECONOMIQUE DE VEHICULES TOURISME ET UTILITAIRES
Route de Dunkerque G.G.R.D
59820 GRAVELINES
Tél : 03.28.20.98.50 Fax: 03.28.51.49.23
adler.gravelines@orange.fr


SPORTICA
L'espace des grands moments

Nord
le Département est là →

**PRO
LIVE
SPORT** 

DECATHLON
CALAIS