MT82
MT62
MT40
MT22
MT12
Relais Bret&Zel

Munster 'Trail

road book 2024

Munster 'Trail

Sommaire

Règlement : Points importants

Retraits des dossards

Ou se loger ?

Ou se restaurer ?

Ou voir les coureurs ?

Courses enfants

Plan départ/arrivée

Profils des épreuves

Nos auberges/ravitaillements

Règlement
Points importants

Ravitaillements :

- Solide :
Bouillon de pates *(uniquement au Schnepfenried)* **/ Bananes / Pommes / Bonbons/ Saucisson / Fromage local**
- Liquide : **Sirop / Coca / Eaux gazeuse et eaux plates**

Ravitaillements d'arrivée :

- Un fromage blanc sur lit de confitures (Alsace Lait)
- Une tourtel Twist
- Jerrican d'eau à disposition
- Le bon tarte flambée avec votre dossard

Gobelet et/ou Bol :

Dans un souci éco responsable, chaque coureur du MT82 et MT62 devra se munir d'un gobelet, d'un contenant pour le bouillon de pates au Schnepfenried .
Si tu n'as pas prévu de manger du bouillon ce n'est pas obligatoire bien sûr.
Le gobelet servira par contre à tous les autres liquides.
Pas de gobelet plastique en distribution.
Il est également INTERDIT de boire à la bouteille.

Remise des prix :

Afin de s'assurer la présence de tous et ne pas faire durer le plaisir !
- Top 5 scratch femmes et hommes récompensés 20min après l'arrivée de la 5ème femme.
- Le premier de chaque catégorie se verra envoyé via son adresse mail un dossard gratuit pour l'édition 2025.

Munster Trail

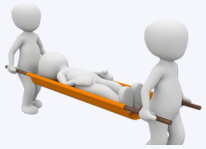
Barrières horaires :

- Elles sont calculées pour permettre aux participants de rallier l'arrivée dans le temps maximum imposé.
- Elles sont indiquées sur les différents documents mis à disposition.

L'heure annoncée par la barrière horaire est l'heure limite à laquelle les concurrents devront repartir du poste de contrôle.

- L'organisation peut si la sécurité l'impose, modifier les barrières horaires.
(Les barrières horaires sont consultables sur les profils de course.)

Abandons et Rapatriements :



Sauf blessure, vous ne devez pas abandonner ailleurs que sur un ravitaillement ou un point bénévole. Vous devez alors **IMPERATIVEMENT** prévenir le responsable de poste, qui récupère définitivement votre dossard et le rapatriement est possible lorsque la course entière est passé au poste.

En cas d'abandon avant un point de contrôle, il est impératif de revenir au point de contrôle précédent et de signaler son abandon au chef de poste.

Balisage :

Pour une meilleure vision de nuit, les balises sont dotées d'une partie réfléchissante.
Si vous ne voyez plus de balises, *rebroussez chemin* !

Pour éviter tout souci de débalisage sauvage nous conseillons aux coureurs du MT82 et MT62 de télécharger la trace GPX sur le site munstertrail.com

Le GRAND HÔTEL
résidence de tourisme ★★
Munster

gilg
sucré, salé et maison

Matériel Obligatoire :

Base commune MT82/MT62/MT40/MT20/MT12 :

- Couverture de survie + téléphone + numéro des secours : 0633902644

En supplément :

MT12 : Frontale

MT22 : Gobelet + Frontale pour le dernier tiers du peloton

MT40 : Veste imperméable + 1L de boisson + Gobelet

MT80km, MT60 et Bret&Zel :

Frontale / Veste imperméable / 1,5L de boisson / Gobelet / Bol personnel *pour que les bénévoles y déposent le bouillon du ravitaillement du Schnepfenried* / cuillère en bonus.

Pour Bret&zel : Une ceinture porte dossard *(1 seul dossard par équipe)* qui fait office de témoin de relais.

Assistance personnelle :

Une assistance personnelle est tolérée **exclusivement** sur une zone à proximité des points de ravitaillement *(50m après)*.
Vous ne pouvez donc assister une personne en dehors de ces points.
Des commissaires de courses pourront émettre des pénalités en temps réel en cas de non-respect du règlement.

la godille
sports de montagne

Munster Trail

Securité :

Les secours sont assurés par la croix rouge.
Les numéros de secours seront disponibles sur votre dossard.
En cas d'abandon il est **obligatoire** de le signifier soit à un bénévole sur le parcours soit au PC course.

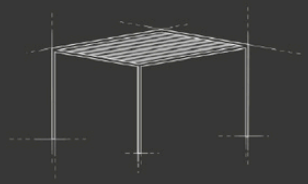
Respect du règlement :

Au moment de l'inscription, **chaque coureur** confirme avoir lu le règlement et à le respecter.
Celui-ci peut en tout temps être modifié et fait foi la dernière version de celui-ci.
Merci de prendre note des modifications et de les respecter pour le bien de la course.

Rib IMMOBILIER
l'agence du vignoble

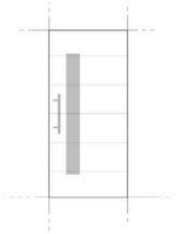
Munster Trail

Pergolas

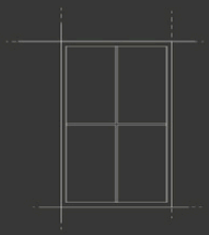


Brise-soleil

Portes d'entrée



Fenêtres



Volets battants et roulants

VOTRE SPÉCIALISTE FERMETURIER SUR LA RÉGION EST

2M FERMETURES
ALU - PVC - BOIS - BOIS/ALU

5 rue André Citroën 68127 Sainte-Croix-En-Plaine - 03 89 41 25 30 - contact@2m-fermetures.com

Méli melo d'infos !

Retraits des dossards :

- **Magasin Run aventures à Colmar (toutes les courses)**

Mardi 1er au Vendredi 4 Octobre (10h/19h)

- **Horaires au niveau du Parc de la Fecht/ Munster (départ/arrivée)**

Horaires au niveau du Parc de la Fecht le 5 Octobre

MT 82km et relais : 5h à 6h

MT62 : 6h à 8h

MT40 : 7h à 9h

MT22 : 14h à 16h

MT12 : 17h à 19h

Courses enfants : Pas d'inscriptions (Gratuit) / Possibilité que l'enfant **confectionne** *son dossard.*

LUNETTERIE
VIRGINIE SCHIVY

JM kempf
Literie
Déco
MUNSTER

RUNAVENTURE
SPÉCIALISTE RUNNING-TRAIL-TRI-OUTDOOR
COLMAR

COOPÉRATIVE
ALSACE LAIT
GOURMET DE TRADITION

- Ou se loger ?

Toutes les informations

sur https://www.vallee-munster.eu/fr/

Nos partenaires

Grand hôtel (Munster)

https://munster.brithotel.fr/

Auberge du Schantzwasen (Soultzeren)

https://www.auberge-schantzwasen.com/

- Ou se restaurer ?

Nos partenaires

Auberge du tanet (soultzeren)

https://www.aubergedutanet.com/

Auberge du Schantzwasen (Soultzeren)

https://www.auberge-schantzwasen.com/

Restaurant panoramic du Schnepfenried

https://fr.restaurant-le-panoramic.fr/

Restaurant le Grand hôtel (Munster)

https://munster.brithotel.fr/

Conseil en communication - Marquage Publicitaire
cultive votre image
06 74 61 59 10 www.compouss.fr

Christian KLINGER
Agent général exclusif MMA
c.klinger@mma.fr

NOTRE FORCE
la proximité
3 agences à votre service

Des collaboratrices spécialistes de l'assurance

COLMAR
14 A avenue de la Liberté
03 89 80 63 26
agence.mma.fr/colmar-pasteur

WINTZENHEIM
1 Place des Fêtes
03 89 27 15 40
mma-wintzenheim.fr

MUNSTER
26 rue de la République
03 89 77 88 99
mma-munster.fr

Séverine KLINGER
COLMAR

Stéphanie DARCQ
COLMAR

Aurélie TARTARIN
WINTZENHEIM

Sandrine GISSLER
MUNSTER

Laurine BIEGLE
COLMAR

Ysadora VERLASSEN
WINTZENHEIM

Anassa SCHILDKNECHT
MUNSTER

N° ORIAS : 07011521 - www.orias.fr

Lieu : Grand hotel

1 Rue de la Gare, 68140 Munster

Effiloché de volaille façon Gyros, Spätzles Maison, Poêlée de légumes : 14.5

Disponible du vendredi midi au samedi soir.

(sur réservation 03 89 77 30 37)

REPAS /ASSISTANCE AU PANORAMIC DU SCHNEPFENRIED

La Team Panoramic vous propose de la petite restauration

(grillades , frites)

COURSES ENFANTS

La course pour enfants est **gratuite** et se fait **sans inscriptions (et sans classements)**

Heure : 10h30 (On regroupera les enfants par classe d'age de 3ans)

4/6ans 400m

7/9ans : 800m

10/12ans : 1200m

La station familiale

SCHNEPFENRIED

leschnepf.com

Ou voir les coureurs ?

MT 80km/ Relais Bret&Zel

- Auberge du tanet et Auberge Schandtzwasen
- Parking du Gaschney
- Restaurant panoramic du schnepfenried
- Auberge du rothenbrunnen

MT60km

- Ferme auberge du glasborn
- Parking du Gaschney
- Restaurant panoramic du schnepfenried
- Auberge du rothenbrunnen

MT 40km

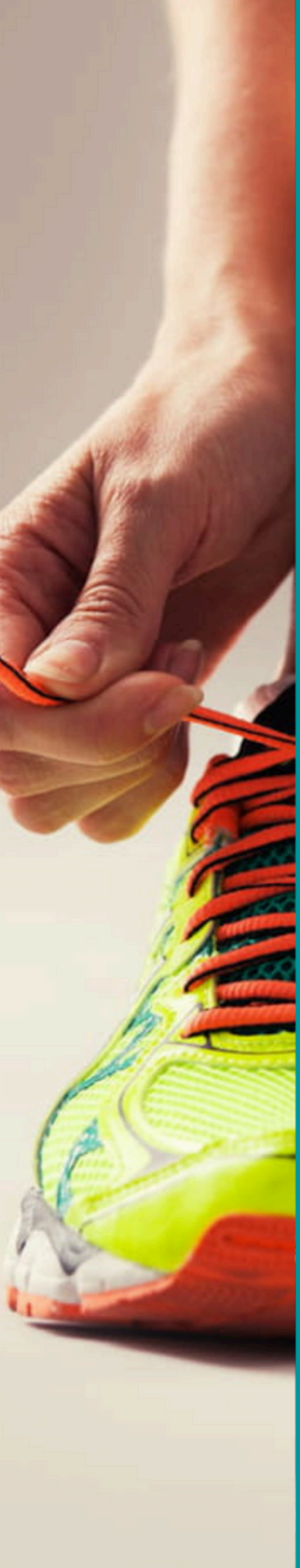
Auberge du tanet et Auberge Schandtzwasen

MT 22km

Ferme auberge du glasborn

Plan Départ/arrivée :

Le Tanet
www.letanet.fr
LE SKI A L'ÉTAT PUR



RÉFLEXOLOGIE ET SPORT

Une combinaison gagnante pour :

OPTIMISER
les performences physiques

PRÉSERVER
l'équilibre du corps

AMÉLIORER
la récupération après l'effort

Un accompagnement du sportif :

dans sa
PRÉPARATION

et sa
RÉCUPÉRATION

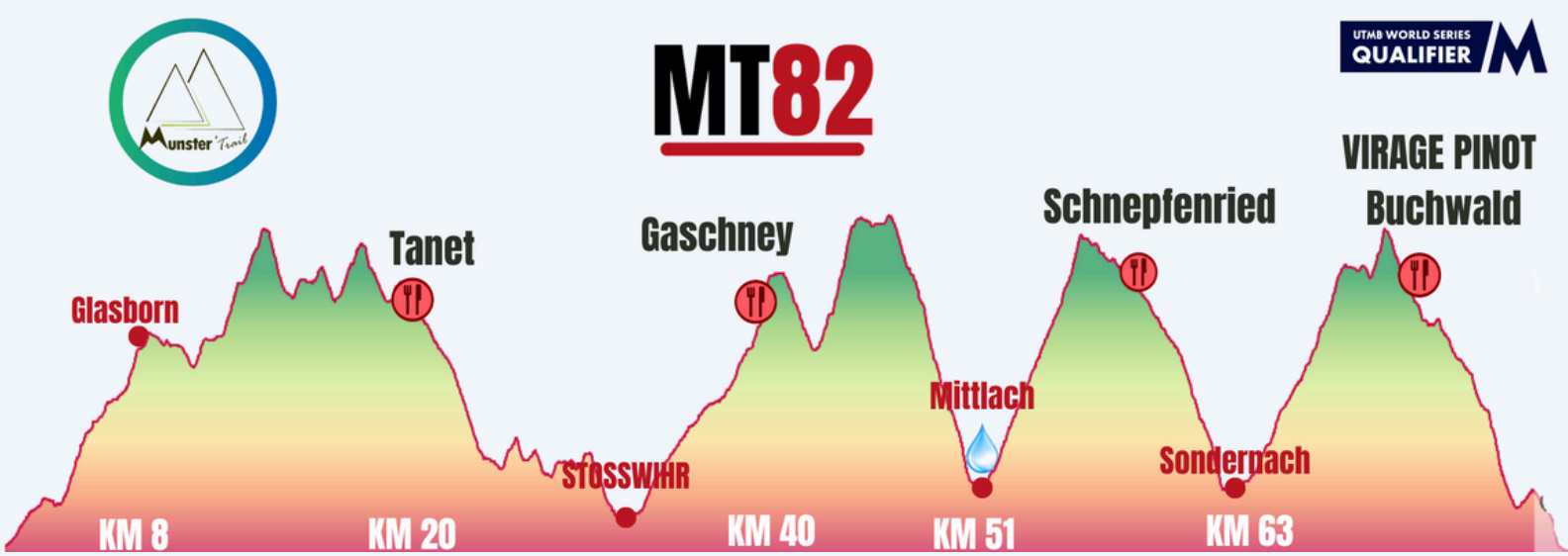
CÉDRIC HERZ

Réflexologue spécialisé dans le suivi du sportif

INGERSHEIM

06.95.68.80.56

Profils des épreuves :



Remise des dossards :
5h à 6h

Départ Samedi 5 Octobre 6h

Dernier arrivé :21h
Barrières horaires du 82km calculés sur une arrivée avec 5km/h de moyenne.

Ravitaillements :

Km 20: Auberge du Tanet BH 9h30

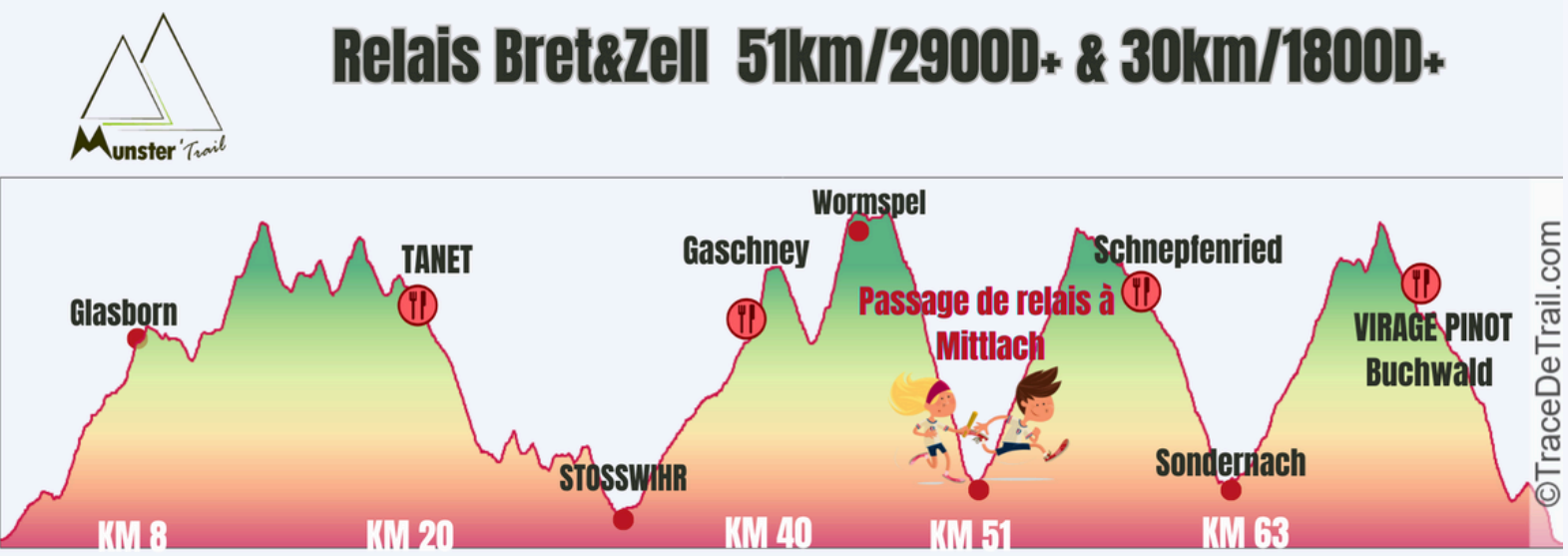
Km 40 : Gaschney BH 13h30

Km 51 : POINT EAU mittlach BH : 15h

km 58 : Restaurant le panoramic Schnepfenried 17

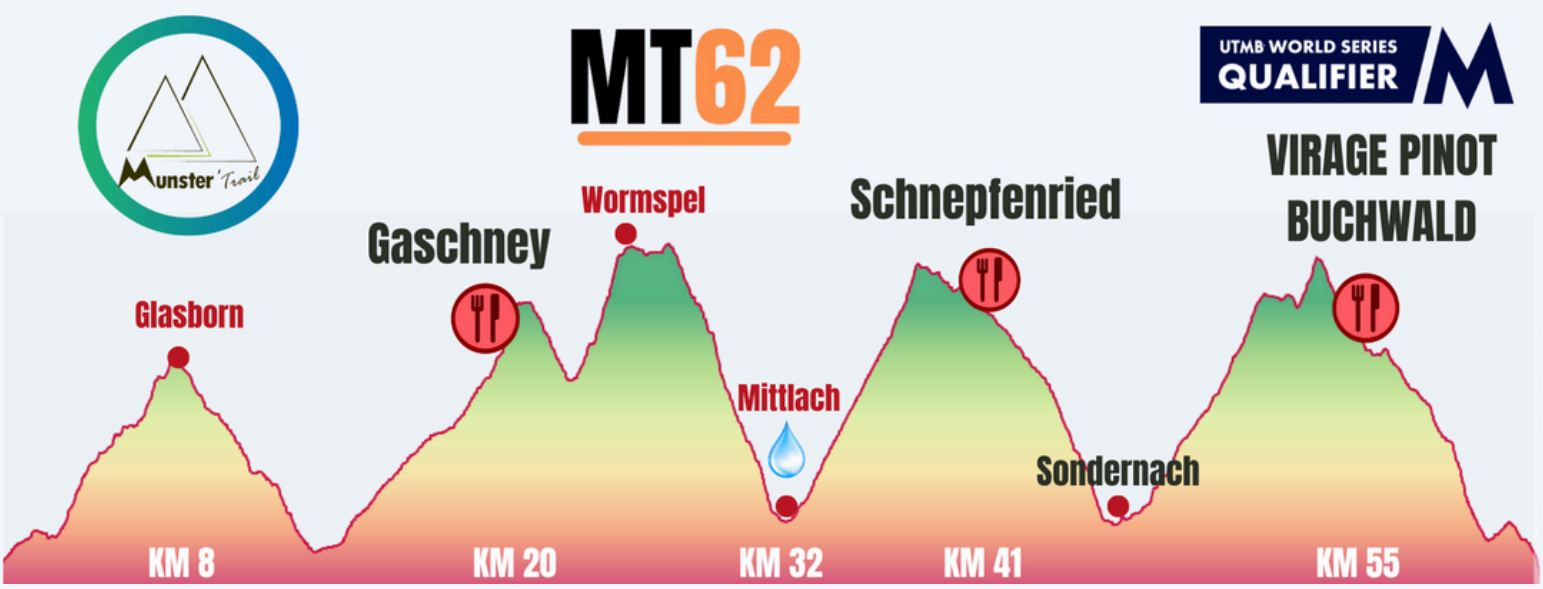
Km 73 : Ferme Auberge du Buchwald BH 19h15

Profils des épreuves



Même réglement que le MT80km
Seule particularité sur le matériel obligatoire
Une ceinture porte dossard (1 seul dossard par équipe) qui fait office de témoin de relais

Profils des épreuves



Remise des dossards :
Samedi 5 Octobre
6h à 8h
Départ 8h

Dernier arrivé : 21h
Barrières horaires du 62km calculés sur une arrivée avec 4,62km/h de moyenne.
Course plus accessible en terme de BH que le 82km.

Ravitaillements et Barrières horaires :

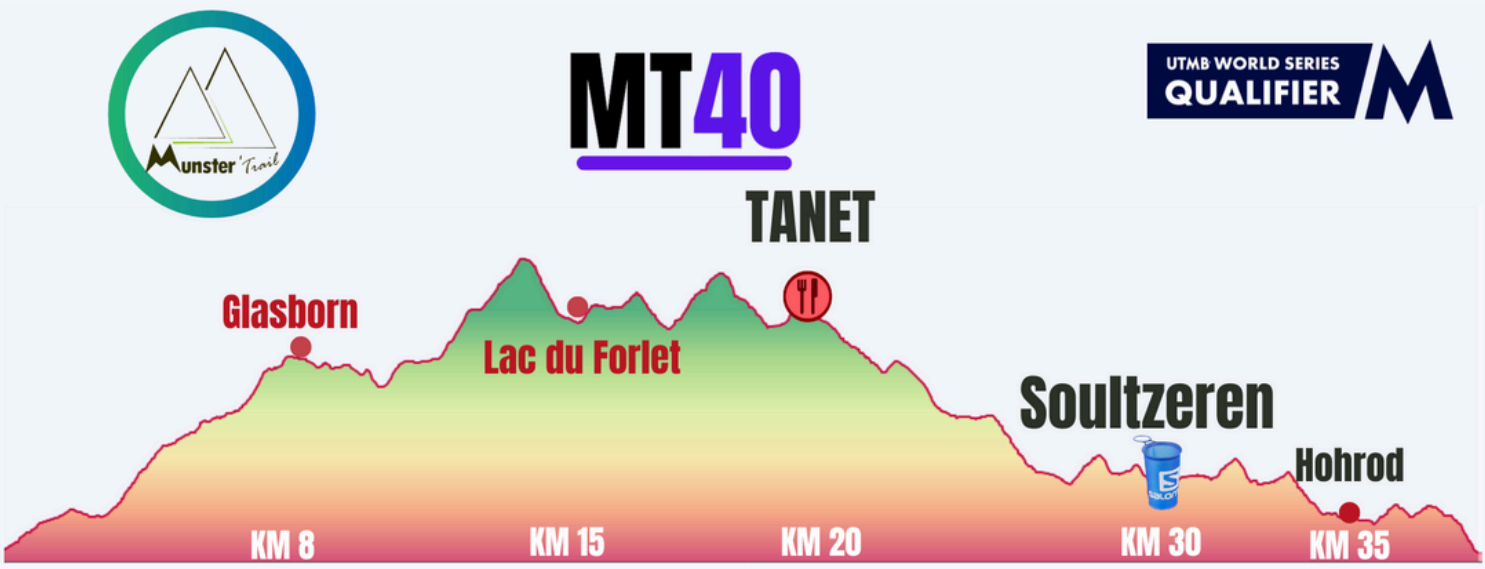
Km 20 : Gaschney BH : 13h30

Km 32 : POINT EAU Mittlach BH : 15h30

km 41 : Restaurant le Panoramic Schnepfenried : 17h15

Km 55 : Ferme auberge du Buchwald : 19h45

Profils des épreuves



Départ 9h
Remise des dossards:
Horaires au niveau du Parc de la Fecht
Samedi 5 octobre de 7h à 19h

Ravitaillement au Tanet km20
Point eau Km30

Barrières horaires calculées sur une moyenne de 4,71km/h à l'arrivée.

Barrière Horaire au Tanet : 13h
Barrière horaire à l'arrivée : 18h

Profils des épreuves

Remise des dossards
Horaires au niveau du Parc de la Fecht
Samedi 5 octobre de 14h à 16h

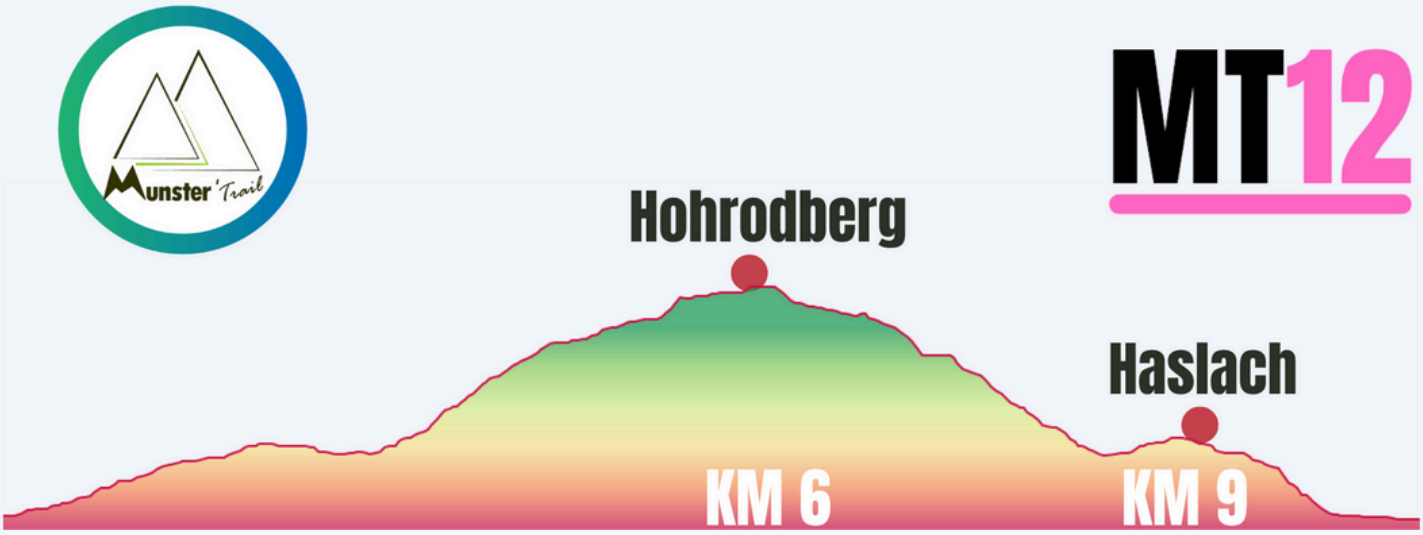
Départ : 16h30

Point eau à Soultzeren KM12

Barrières horaires calculées sur l'arrivée à 5,7km/h de moyenne

Barrière horaire Soultzeren km12 : 18h30
Arrivée : 20h15

Profils des épreuves



Infos utiles sur le 12km
Départ 19h

Remise des dossards :
Samedi 5 Octobre
Horaires au niveau du Parc de la Fecht (Munster) 17/19h

Pas de ravitaillement ni de barrières horaires

LE RAIDARD

PROFESSIONAL CYCLING XPERIENCE

LE RAIDARD, votre partenaire séjours cyclistes. Route, Gravel, en étoile ou en itinérance, en France ou partout en Europe. Découvrez notre catalogue séjours groupe ou demandez nous un séjour à la carte pour votre groupe sur www.leraidard.com

COREBAT

COUVERTURE
ETANCHEITE - PHOTOVOLTAIQUE

ENTZHEIM

XB MÉTAL

SUPER U
Munster

CD TOITURE

Nos auberges/Ravitaillements :

Le restaurant panoramic du Schnepfenried 🥨

Le chalet du ski club hohneck 🛷

L'auberge du Tanet 🍳

LES STATIONS
DE LA VALLÉE
DE MUNSTER

L'ÂME DU MASSIF DES VOSGES

GASCHNEY
360°

COMMUNAUTÉ
DE COMMUNES
DE LA VALLÉE
DE MUNSTER

Vallée de Munster
L'Alsace essentielle

VILLE DE MUNSTER
(HAUT-RHIN)

LA PISCINE bien plus qu'une piscine...

PROGRAMME
Quiétude attitude
SAUVAGEMENT RESPONSABLE
quietudeattitude.fr

AUBERGE DU
SCHANTZWASEN