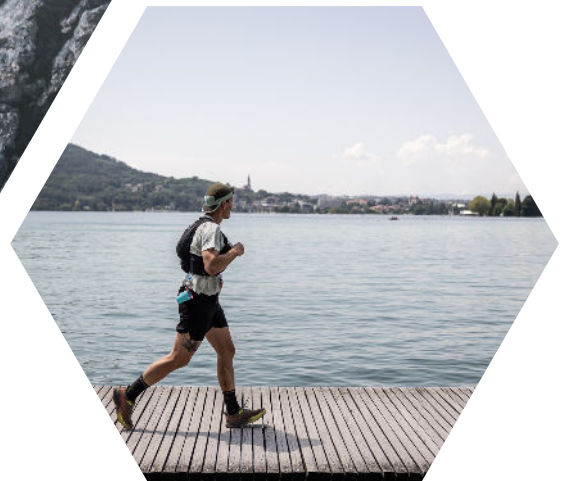


LIVRET COUREUR

adidas Terrex MaXi-Race



30, 31 mai et 1 juin 2025

le tOur du lac d'Annecy par les montagnes

Programme coureur

1. Réservation du créneau horaire pour retirer votre dossard

Du 2 mai au 22 mai

Opération obligatoire à faire sur votre espace personnel.

2. Retrait dossard

Samedi 31 mai de 10h à 21h au i-Run MaXi-Village

Je viens chercher mon dossard à l'heure à laquelle j'ai réservé mon créneau.

3. Bus obligatoire (compris dans le prix)

Dimanche 1er juin - départ à 3h d'Annecy ou à 3h25 de Doussard

Vous avez choisi un lieu de départ de bus lors de votre inscription (Un contrôle de dossard sera réalisé dans les bus).

4. SAS de départ

Dimanche 1er juin - départ du Stade Jean Carquex de Faverges

Les SAS sont constitués automatiquement 3 mois avant la date de l'évènement en se basant sur l'indice de performance que vous aurez à ce moment. L'information est à retrouver sur votre espace personnelle, dans l'onglet "carte retrait dossard : info". Votre temps de course débutera lorsque vous franchirez la ligne de départ. Les barrières horaires sont calculées sur l'heure de départ de la dernière vague.

Le non-respect du SAS et / ou vague de départ entraîne des sanctions et notamment une mise hors course comme indiqué dans le règlement.

5. Remise des prix

Dimanche 1er juin à 13h - i-Run MaXi-Village

Venir 10 minutes avant l'heure indiquée. Les 5 premiers Hommes et Femmes sont récompensés.

Shokz-Race

Retrait dossard

- Aucun dossard ne sera remis le jour de la course
- Le retrait de dossard se fait la veille de la course : **samedi 31 mai de 10h à 21h**
- Un mois avant la course, vous devez **obligatoirement réserver votre créneau horaire** sur votre espace personnel
- Obligation de présenter sa **pièce d'identité** et sa **carte de retrait** (dans votre espace)
- **Lieu du retrait** : i-Run MaXi-Village. Adresse : Parking du Petit-Port, 74940 Annecy
- [Lien googleMaps](#)

Horaires de départ

Départ du **Stade Jean Carquex de Faverges**

- 4h30 : Départ vague 1 + vague élite
- 4h35 : Départ vague 2
- 4h40 : Départ vague 3
- 4h45 : Départ vague 4

Lots par catégories

Pour les courses individuelles, les premiers Hommes et Femmes de chaque catégorie seront récompensés. Les vainqueurs des courses par catégories devront se présenter au point Info (à l'entrée du village), durant les horaires d'ouvertures, au plus tôt 2h00 après leur arrivée avec une preuve de leur classement afin de récupérer leur lot.

Podiums

- Dimanche 1 juin à 13h00
- 5 premiers Hommes et Femmes récompensés
- Venir 10 min avant l'heure indiquée

Matériels obligatoires

- Chaussures adaptées : type trail à crampons
- Couverture de survie : dans son emballage d'origine et non découpée
- Téléphone portable : chargé avec les numéros de secours enregistré
- Sifflet
- Dossard visible : à placer sur l'avant du coureur
- Nourriture : au minimum un encas type gel ou solide.
- Eau minimum : un récipient de 0,75 litre minimum ou 2 flasques de 0,5 litre. Il n'y a pas de point d'eau sur les secteurs montagnes, à chaque coureur d'anticiper.
- Bâtons autorisés
- Récipient d'eau en plus de votre réserve d'eau : type gobelet réutilisable.
- Selon la météo : veste à « forte imperméabilité et respirabilité »
- Lampe frontale

Bus obligatoire

Vous avez choisi un lieu de départ de bus lors de votre inscription (Un contrôle de dossard sera réalisé dans les bus).

1- BUS au départ de ANNECY

- Heure de départ : 3h00 – Dimanche 1 juin 2025
- Lieu de départ : Collège les Barattes – 2 avenue de Montfleury 74940 Annecy ou Doussard

2- BUS au départ de DOUSSARD (attention pas de bus après la course pour revenir à Doussard)

- Heure de départ : 3h25 – Dimanche 1 juin 2025
- Lieu de départ : Salle polyvalente de Doussard 859 Rte du Pont Monnet, 74210 Doussard

Pour les **habitants du secteur Faverges, Albertville et Ugine** : possibilité de demander une dérogation exceptionnelle si vous habitez à Faverges ou que vous venez à pied.



TABLEAU DE COURSE

Shokz-Race

Dimanche 1er juin - Sunday, June 1st - 2025

LIEU	KM	D+ D-	HEURE DE PASSAGE DU 1 ^{ER} homme 930 pts	HEURE DE PASSAGE DU 1 ^{ERE} femme 820 pts	PASSAGE 500 pts	BARRIÈRES HORAIRES environ 450 pts	INFORMATIONS
Départ – Start	0	0 0	4h30	4h30	4h40	4h45	
Rav 1	14,23	841 836	5h39	5h48	6h49	7h09*	
Montmin Eglise Montmin church	23,1	1571 1023	6h29	6h45	8h21	8h50	
Chalet de l'Aulp	27,44	1974 1059	6h55	7h15	9h11	9h55	Pas d'eau disponible No water
Col des Nantets	28,94	2080 1166	7h04	7h25	9h28		
Villard Dessus	36,09	2339 2083	7h44	8h10	10h41	11h45	
Rav de Menthon Saint Bernard	41,74	2523 2533	8h12	8h42	11h34	12h30*	
Col des Contrebandiers Contrebandiers Peak	49,31	3196 2652	9h03	9h39	13h08	14h12	
Plateforme de l'ancien téléphérique	50,35	3403 2657	9h14	9h52	13h28		
Pré Vernet	53,13	3424 3012	9h28	10h08	13h54	15h00	
Arrivée - Annecy Finish line - Annecy	58,03	3442 3502	9h50	10h33	14h36	15h46	

*Barrières horaires situées à la sortie de la zone de ravitaillement *Time limits located at the end of the refreshment area

Ravitaillement
Refreshment point

Rampe d'eau
Water point

Assistance
Support

Poste de secours
Emergency station

Navette abandon
Abandonment Shuttle

Pas de public
No public

Bière finisher
Finisher Beer

Les barrières horaires sont identiques quel que soit le SAS de départ. Elles sont calculées pour qu'un coureur partant dans la dernière vague soit finisher
The time barriers are identical regardless of the starting SAS. They are calculated so that a runner starting in the last wave is a finisher



Pour vos déplacements optez pour une mobilité plus verte et facile sur l'adidas TERREX MaXi-Race !
Découvrez toutes les solutions pour vous rendre et vous déplacer lors de l'événement [ici](#).

Secours et Abandons

Le plan de secours est élaboré en concertation avec l'ensemble des entités spécialisées suivantes : SDIS, médecins, Association de Secours en Montagne, Croix Rouge...

Durant le week-end de la course ce sont plus de 120 personnels de secours qui sont mobilisés afin d'assurer votre sécurité : secouristes, guides de haute montagne, médecins, infirmier(e)s, régulateurs, ambulances...

Un PC course est mis en action afin de centraliser et réguler l'ensemble des appels.

Durant l'adidas TERREX MaXi-Race 2025, vous allez emprunter plusieurs portions de la voie verte du tour du Lac d'Annecy (parcours officiels ou de replis éventuels). Merci de prendre connaissance de la charte.

Déclenchements des secours

Si vous avez besoin de secours pendant la course ou si vous êtes témoin d'un accident :

- Vous trouverez tout au long du parcours des bénévoles qui sont en lien permanent avec le PC course. Si vous le pouvez, rapprochez-vous d'eux.
- Si vous souhaitez contacter par vous-même les secours : utilisez en priorité les numéros de téléphone du PC course : +33 7 66 33 33 65 ou +33 6 61 42 57 57

Ces numéros sont présents sur votre dossard, mais nous vous conseillons de les enregistrer dans votre téléphone.

- Si vous êtes dans une zone non couverte par le réseau et que vous n'avez pas d'autres moyen de prévenir les secours, vous pouvez utiliser, **en dernier recours**, le numéro d'urgence européen : 112
- Afin de vous localiser rapidement et précisément, le **PC Course** est susceptible d'utiliser la **solution X-Tract** :
 - > **1/** Vous recevez un SMS sur votre mobile (demande de localisation)
 - > **2/** Vous cliquez sur le lien du SMS envoyé
 - > **3/** le PC Course vous localise immédiatement
- Vous allez évoluer en montagne :

Selon les conditions météo, il est possible que les températures annoncées soient froides. Durant les heures précédant le départ, et sur les recommandations de la préfecture, l'organisation est susceptible d'activer le kit grand froid en plus du matériel obligatoire.

Si vous devez rester immobile durant un long moment, pensez à mettre des vêtements secs et chauds, ou sortir votre couverture de survie afin de vous prévenir contre une hypothermie.

Abandons

Il est **obligatoire de signaler son abandon**.

Si nous devons déclencher des recherches alors que vous êtes rentré chez vous sans nous prévenir, les frais engendrés vous seront facturés.

- Les abandons doivent se faire sur les ravitaillements ou auprès d'un jalonneur placé sur un axe routier.
- Tout coureur abandonnant doit en informer l'organisation de l'une des manières suivantes :

1	<p>En envoyant un SMS au numéro suivant : +33 6 68 69 77 53 en indiquant votre numéro de dossard, votre lieu d'abandon (le demander au jalonneur ou navette abandon) et le moyen que vous avez utilisé pour rentrer chez vous (navette organisation ou par vos propres moyens)</p>
----------	---

Assistance personnelle

Assistance personnelle interdite sur le parcours sauf sur cette zone : ravitaillements de Faverges et de Menthon-Saint-Bernard.

Les zones seront identifiées par des panneaux entrée et sortie des coureurs. **En dehors de ces zones les ravitaillements individuels sont interdits.** Des contrôles sur le parcours seront effectués et des sanctions seront prises contre les coureurs qui ne respectent pas le règlement.

PROGRAMME DE L'ÉVÉNEMENT



VENDREDI 30 mai 2025

i-Run MaXi-Village



- **10h00 – 21h30** : Ouverture globale de l'espace i-Run MaXi-Village
- **10h00 – 19h00** : Ouverture du i-Run MaXi-Village exposants
- **10h00 – 21h00** : tOur du lac et Quart de tOur – Retrait des dossards (sur réservation) au i-Run MaXi-Village
- **18h00 – 19h00** : Mini-Race – Récupération des dossards au i-Run MaXi-Village
- **18h30 – 20h30** : Ouverture de la restauration – i-Run MaXi-Village
- **19h00 – 20h00** : Mini-Race - Départs au i-Run MaXi-Village



PROGRAMME DE L'ÉVÉNEMENT

SAMEDI 31 mai 2025

Courses

- **2h00 – 2h50** : tOur du Lac 1 jour « MaXi-Race » et « Relais » et 2 jours « XL-Race » – départ par vagues du i-Run MaXi-Village
- **8h25 – 9h30** : départ course U18-Race, U16-Race et U14-Race
- **7h00 – 15h00** : tOur du Lac en 2 jours – arrivée à Doussard
- **9h30 – 9h40** : Quart de tOur Homme et Quart de tOur Femme – départ de Menthon-Saint-Bernard
- **10h40 – 12h45** : Quart de tOur Homme et Femme – arrivées des coureurs au i-Run MaXi-Village
- **12h40 – 2h00** (dimanche) : tOur du Lac en 1 jour MaXi-Race – arrivée des coureurs au i-Run MaXi-Village
- **12h40 – 12h55** : estimation arrivée 1er Homme tOur du Lac en 1 jour
- **14h00 – 14h40** : estimation arrivée 1ere Femme tOur du Lac en 1 jour

i-Run MaXi-Village

- **8h00 – 02h00** : Ouverture globale de l'espace i-Run MaXi-Village
- **9h30 – 19h00** : Ouverture du i-Run MaXi-Village exposants
- **10h00 – 21h00** : Demi tOur et Shokz-Race – Retrait des dossards (sur réservation) au i-Run MaXi-Village
- **14h00 – 19h00** : MaXi'O and Semi'O – Retrait lot accueil et doigt Sport Ident au i-Run MaXi-Village
- **12h00 – 23h59** : Ouverture de la restauration

PROGRAMME DE L'ÉVÉNEMENT

DIMANCHE 1 juin 2025

Courses

- **4h30 – 4h45** : Shokz-Race – Départ de Faverges
- **9h00** : départ de courses d'orientation MaXi'O et Semi'O
- **10h00 – 11h00** : Demi-tOur et tOur du Lac Jour 2 – Départ de Doussard
- **9h40 – 15h50** : Shokz-Race : arrivée des premiers coureurs – i-Run MaXi-Village
- **9h50 – 10h00** : estimation arrivée 1er homme – Shokz-Race
- **10h30 – 10h50** : estimation arrivée 1ere femme – Shokz-Race
- **13h45 – 20h10** : Demi-tOur et tOur du Lac Jour 2 : arrivée coureurs – i-Run MaXi-Village



i-Run MaXi-Village

- **8h45 – 20h00** : Ouverture globale du i-Run MaXi-Village
- **9h30 – 18h00** : Ouverture de l'i-Run MaXi-Village exposants
- **11h00 – 16h00** : Ouverture de la restauration
- **20h00** : Fermeture complète de l'i-Run MaXi-Village