



Roche d'Oëtre Ultra 100 miles (161km/5650d+)

Règlement spécifique à cette épreuve :

CONDITIONS DE PARTICIPATION

- La première partie du *Roche d'Oëtre Ultra 100 miles* est une randonnée/trail ouverte à toute personne en bonne santé, apte à la pratique de la course à pied d'ultra distance et en **quasi-autonomie** (gestion / orientation / alimentation)
- Chaque participant est considéré comme étant en excursion personnelle sous sa propre initiative. La deuxième partie se fera elle, avec et dans les mêmes conditions que les participants de l'épreuve 87km.

RÈGLES PREMIERE PARTIE (environ 74km/2550d+)

- Le départ sera donné à 10h00 depuis le site de la Roche d'Oëtre à Saint-Philbert-sur-Orne.
- Une trace GPX à suivre et une carte sera fournie aux participants. **Il n'y aura pas de balisage spécifique à cette première partie.** Une partie du parcours est commun avec le tracé du 87km mais en sens inverse. Il ne faudra tenir compte que de la trace GPX et de la carte.
- Un système de contrôle complet sera mis en place par l'organisateur afin de s'assurer du respect du parcours par les participants. Il pourra s'agir à la fois de poinçons mais aussi d'objets à récupérer.
De plus, les participants devront mettre à disposition de l'organisation leur trace GPS enregistrée sur la montre (Bien penser à prendre le câble spécifique à votre montre si cela est nécessaire)
- Sur les parties du parcours empruntant la voie publique, chaque participant devra se conformer au code de la route et sera seul responsable d'un éventuel manquement à ses règles.
- Les participants à l'épreuve devront rejoindre l'arrivée (sur le même site) dans le meilleur esprit au plus tard 1h00 avant le départ du 87km. Le temps imparti est de 16h00 pour boucler cette première partie, soit une allure de référence de 4,6km/h.



- 3 points d'eau officiels seront mis en place par l'organisation : Maison de la Rivière (km 23), Halles de la Forêt-Auvray (km 41), Lac de Rabodanges (km 54).
- Le 2ème point (km 41) sera également une base de vie (abri et WC) et un ravitaillement solide limité. Vous aurez la possibilité de retrouver un sac d'allègement personnel. Il est fortement conseillé de prévoir de quoi vous restaurer et des affaires chaudes dans ce sac.
- Chaque participant pourra à tout moment décider d'arrêter cette première partie avec la possibilité de prendre le départ du 87km comme un simple participant de cette l'épreuve.

CONDITIONS D'INSCRIPTIONS

- L'organisateur veillera à ce que les prétendants puissent justifier d'un niveau suffisant pour couvrir l'épreuve dans les meilleures conditions. Chaque participant doit s'assurer d'avoir les capacités physiques requises pour effectuer l'épreuve dans le temps imparti.
- A ce titre, tout prétendant devra pouvoir justifier : d'avoir terminé une édition du Trail de la Roche d'Oëtre (85, 87, 90 km ou grand défi)
OU
- D'être finisher d'une épreuve course à pied de 110km-effort (*)
(* *distance en km + (D+ en mètres/100)*)
(Exemple : distance 97 km avec 2800d+ = 97+28 = 120km-effort)
- Un justificatif de performance (diplôme, résultats ou autre) devra être envoyé par le prétendant à l'inscription par mail à activorne@gmail.com.



MATÉRIEL OBLIGATOIRE

Contrôle strict au départ et durant l'épreuve

- L'intégralité du matériel obligatoire du 87km
- **Une montre GPS permettant d'intégrer et de suivre la trace de l'épreuve pour la première partie du Roche d'Oëtre Ultra 100 miles**
- Un téléphone portable (batterie chargée) avec une application tracking compatible Android/Iphone soumis par l'organisation (selon les possibilités au jour de la course, plus d'info à venir par mail à l'approche de la course)
- Une powerbank (batterie externe)

SACS D'ALLÈGEMENT

- Un sac d'allègement sera prêté aux participants et pris en charge par l'organisation. Il sera acheminé jusqu'à la base de vie de La Forêt-Auvray. Après utilisation, il sera transporté sur le site de la Roche d'Oëtre à Saint-Philbert-sur-Orne et sera disponible dans l'espace dédié. Les organisateurs ne sont en rien responsables du matériel des participants. En cas de vol, accident, casse ou perte, la responsabilité des organisateurs ne saurait être engagée.

ENTRE LES DEUX PARTIES

- Les participants sont totalement libres et autonomes.
- Cependant, les participants auront si besoin accès à un espace réservé simple pour se poser à l'issue de la première partie.
- Les participants auront également accès à une douche.
- Les participants peuvent réserver un repas "Pasta Party" servi le samedi soir. Inscription à faire au préalable sur <https://TRO.123go.fr>. Pour les participants ayant réservé mais n'étant pas présent sur site à la fin du service, le repas sera mis de côté (possibilité de réchauffer au micro-onde).