

INFORMATIONS - XTTROGAINE 2025

Bonjour,

Vous participez **samedi 12 avril 2025** à la 2^{ème} édition de la XTTRogaine.

Pour une belle journée, sportive, ludique, conviviale, voici quelques infos pratiques

Accueil et départ

Lieu d'accueil : Site du Goulet (Eaux de Volvic) : [45.871097](tel:45.871097), [3.028146](tel:3.028146)

Un parking y est disponible.

Passage obligatoire à l'accueil en arrivant !

Vérification de votre inscription, à régulariser si besoin :

- Licence FFCO ou certificat médical/questionnaire de santé + pass'o journée (3€)
/!\ Licence FFCO uniquement sinon prendre pass'o journée (3€)
- Autorisation parentale pour les mineurs
- Paiement (prévoir 3€ si oubli de pass'o)
- Doigt électronique + Caution (50€ ou carte d'identité)
Attention sur le format 6h30 besoin d'un doigt 128 tps (en prêt si besoin)

Horaires

Prévoir d'arriver 30 mn minimum avant le départ de chaque course pour passer à l'accueil.

Le chrono démarrera exactement au top départ donné et non à l'heure indicative donnée ci-dessous.

XTTRogaine 6-3 pour 6h30 :

8h45 : ouverture de l'accueil

9h45 : briefing de course sur la ligne de départ

10h : ouverture des cartes & départ en mass start

Fin de parcours : la « spéciale du salut », aucune balise à pointer entre le départ et l'arrivée de cette section : il s'agira de parcourir le plus vite possible une boucle de 3,4 km (D- 210m D+ 205m). Votre performance vous permettra de cumuler des points supplémentaires. Gardez-en sous le pied !

L'arrivée est fixée au terme de cette spéciale. Vous rentrerez ensuite au site du Goulet par un itinéraire balisé.

XTTRogaine 3-6 pour 4h :

9h45 : ouverture de l'accueil

11h45 : briefing de course sur la ligne de départ

12h : ouverture des cartes & départ en mass start

Fin de parcours : la « spéciale du salut », aucune balise à pointer entre le départ et l'arrivée de cette section : il s'agira de parcourir le plus vite possible une boucle de 3,4 km (D- 210m D+ 205m). Votre performance vous permettra de cumuler des points supplémentaires. Gardez-en sous le pied !

L'arrivée est fixée au terme de cette spéciale. Vous rentrerez ensuite au site du Goulet par un itinéraire balisé.

Cartes

Chaque participant recevra **un jeu** de cartes imprimées sur papier indéchirable, ainsi que les **définitions** des postes sur la ligne de départ.

Les cartes devront restées « fermées » jusqu'au top départ.

Pour des raisons administratives, la partie urbaine qui avait été annoncée à l'origine a dû être annulée.

XTTRogaine 6-3 pour 6h30 :

63 balises réparties sur **3 cartes format A3**
(échelles 1/7500 et 1/10.000, équidistance 5m).

XTTRogaine 3-6 pour 4h :

36 balises réparties sur **2 cartes format A3**
(échelles 1/7500, équidistance 5m)

Points des balises et conseils d'orientation

De la ligne de départ au triangle de départ de la carte vous serez aiguillé par un balisage sur environ 1km. L'endroit sera matérialisé sur la carte par un triangle, sur le terrain par une toile (pas de boîtier à biper).

Le respect des règles énoncées dans le règlement est impératif notamment :

- **respect** des traversées obligatoires ;
- **respect** du code de la route ;
- **respect** des zones interdites (hachuré violine) et des propriétés privées (vert olive) ;
- **respect** de la nature ;
- groupement des **équipiers à portée de vue et de voix** (sécurité, sportivité) durant toute l'épreuve...
Tout manquement constaté pourra être sanctionné.

Le poids des balises varie de 3 à 6 points suivant leur technicité et leur accessibilité.

Au besoin, nos petits tutoriels vidéo vous permettront de réviser un peu ([ici](#) et [là](#))

A vous de voir si vous partez tout schuss, ou si vous prenez un temps, avant de partir, pour réfléchir à votre stratégie de déplacement, dans laquelle il faudra tenir compte du dénivelé, du poids des balises, de votre condition physique et de vos aptitudes en CO.

Parfois, rien ne sert de courir il vaut mieux partir... dans la bonne direction !

Pendant la course, s'il vous semble qu'une balise a été enlevée ou se trouve à un endroit différent de celui indiqué sur la carte, appelez le responsable course dont le numéro est sur les cartes et prenez une photo témoin de l'endroit où vous vous trouvez.

Matériel obligatoire

Vous devez à tout moment être en possession de votre matériel obligatoire, à savoir par équipe :

- 1 réserve d'eau et des vivres de course pour chaque équipier,
- 1 boussole,
- 1 sifflet,
- 1 téléphone portable,
- 1 couverture de survie.

Matériel recommandé :

- chaussettes longues ou guêtres pour vous protéger les jambes,
- stylo/fluoré (pour cocher les balises récupérées ou tracer votre itinéraire),
- montre.

Bonus de la « spéciale du salut »

Dernière friandise de la journée, la spéciale « du salut » représente 3,8km et 220m de D+. Pensez donc à prévoir un temps suffisant pour les parcourir.

Un bonus sera attribué à votre équipe en fonction de votre temps d'ascension :

- Si vous mettez **moins de 27'** = un bonus de **20 points**
- A partir de 27' = le bonus de 20 points sera dégrégé d'un point par minute (29'01" = 17pts)

Chronométrage et classements

Votre temps de course correspond au **temps écoulé entre le départ mass start** et le **bip d'arrivée** situé au terme de la spéciale du « Salut ».

Au-delà du temps de course (6h30 ou 4h00), vous écoperez d'une pénalité de :

- **1 point** par minute entamée **dans les 5 premières** minutes ;
- **5 points** par minute entamée **au-delà de la 5^{ème}** minute .

Le classement est établi au score (somme des points des balises) puis au temps en cas d'égalité.

Ravitaillements

Sur la course, vous devez être autonomes en denrées alimentaires.

Un **point d'eau** sera disposé sur le parcours pour vous ravitailler en eau **jusqu'à 15h15** : nous comptons sur votre civisme pour laisser cet endroit propre. Pensez à prendre une **ecocup** pour pouvoir en profiter !

Un ravitaillement amélioré vous sera proposé à votre retour sur le site du Goulet.

Secours

En cas de blessure grave, appelez directement le **18** ou le **112**.

En cas de blessure bénigne, des trousse de secours seront disponibles après des bénévoles postés sur le parcours et au point d'eau. Vous pouvez contacter le numéro de notre responsable secours : 06 59 25 95 84

Récompenses

La remise des récompenses aura lieu à **17h30**, sur le site d'arrivée.

Les 3 premières équipes de chaque catégorie (masculin, féminin, mixte, jeunes) seront récompensées, quel que soit le nombre de coureurs, pour chacune des courses

Animation enfants

Une animation enfants est proposée dans le parc des Sources entre 13h et 15h.

Ouvertes aux enfants accompagnés à partir de 4 ans. Inscription : <https://forms.gle/ofKytDSWhU5oEY1e6>

Une info vous manque ?

Posez votre question à xttraidvaldallier@gmail.com

Le coin des merci

Nous remercions les Eaux de Volvic qui nous accueillent sur leur site et nous abreuvent.

Et merci à vous, participants, à qui nous souhaitons une très belle journée de sport et de convivialité !

