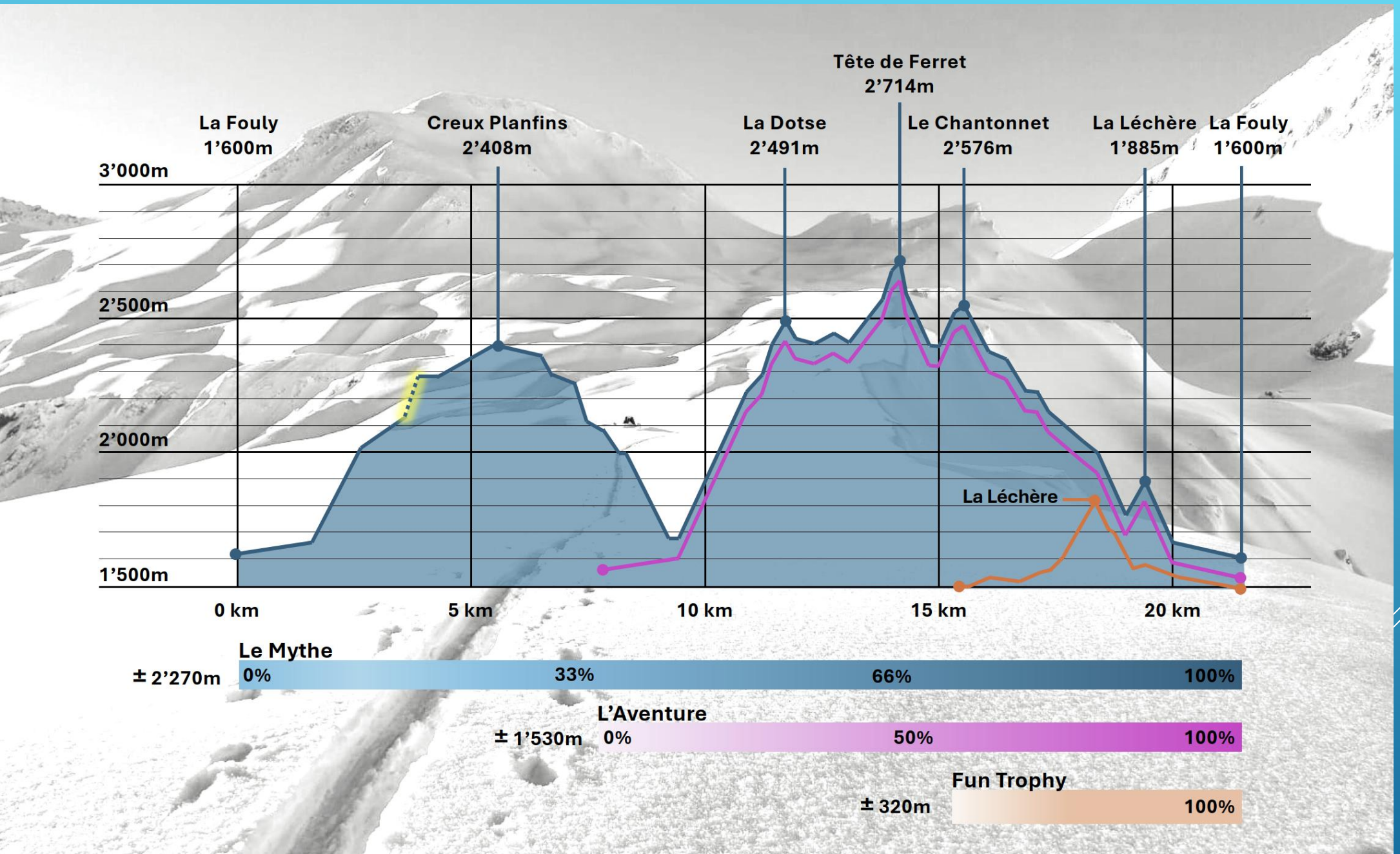
BRIEFING COUREURS

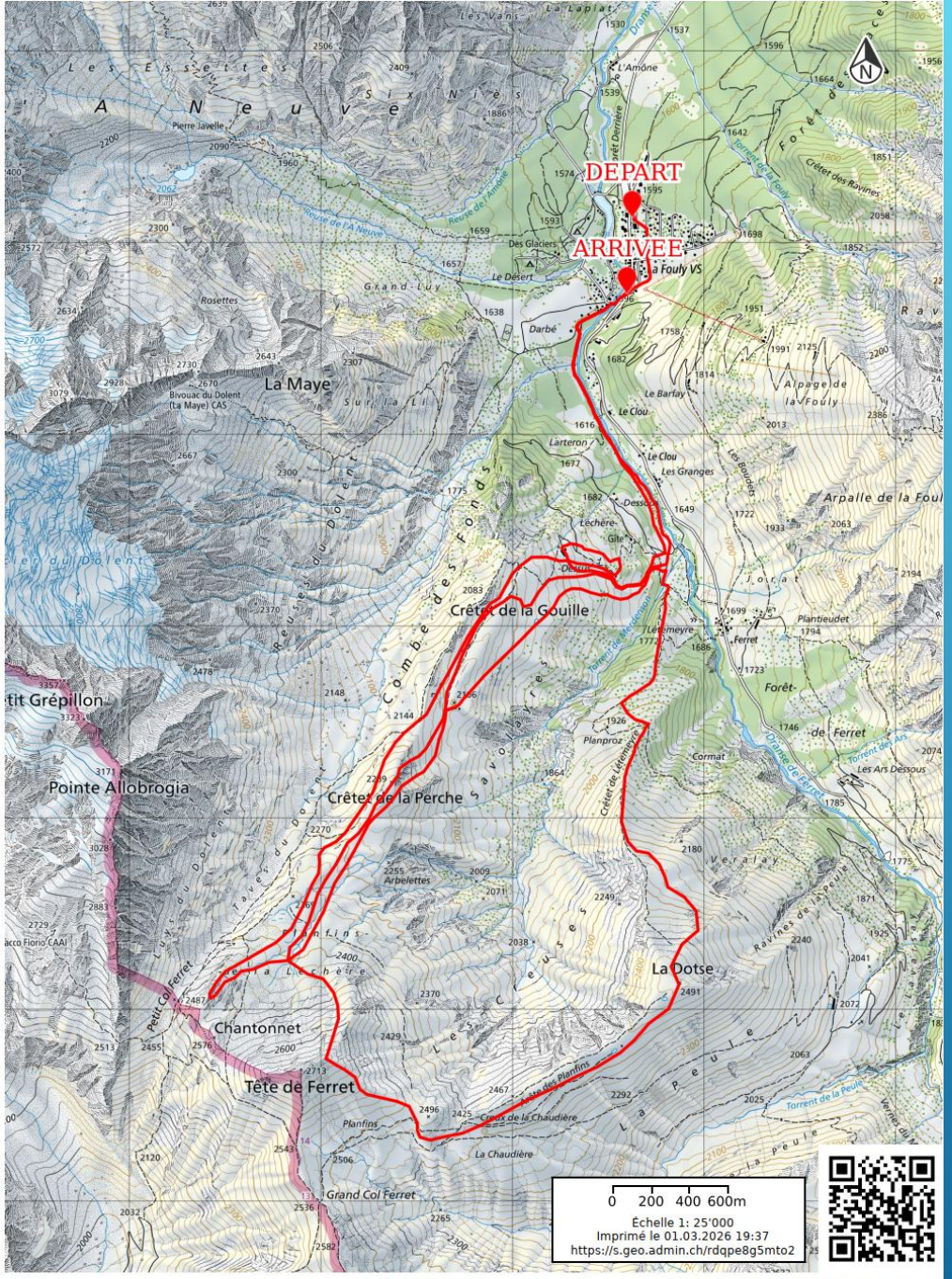
TROPHEE DU ST-BERNARD 2026

07.03.2026

Profils


Tête de Ferret
2’714m
La Fouly
1’600m
Creux Planfins
2’408m
La Dotse
2’491m
Le Chantonnet
2’576m
La Léchère
1’885m
La Fouly
1’600m
3’000m
2’500m
2’000m
1’500m
La Léchère
0 km
5 km
10 km
15 km
20 km
Le Mythe
± 2’270m
0%
33%
66%
100%
L’Aventure
± 1’530m
0%
50%
100%
Fun Trophy
± 320m
100%

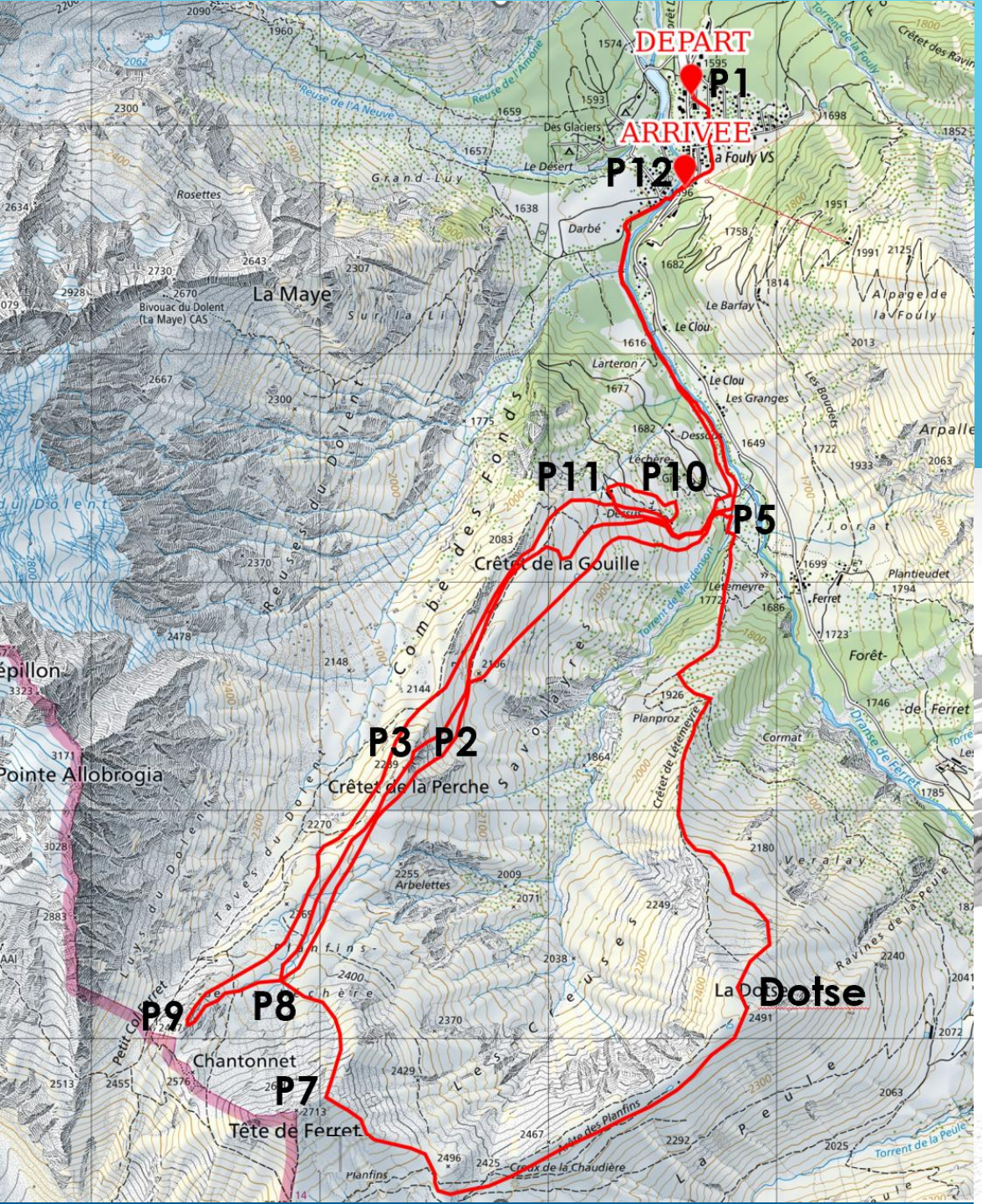
Carte du Tracé

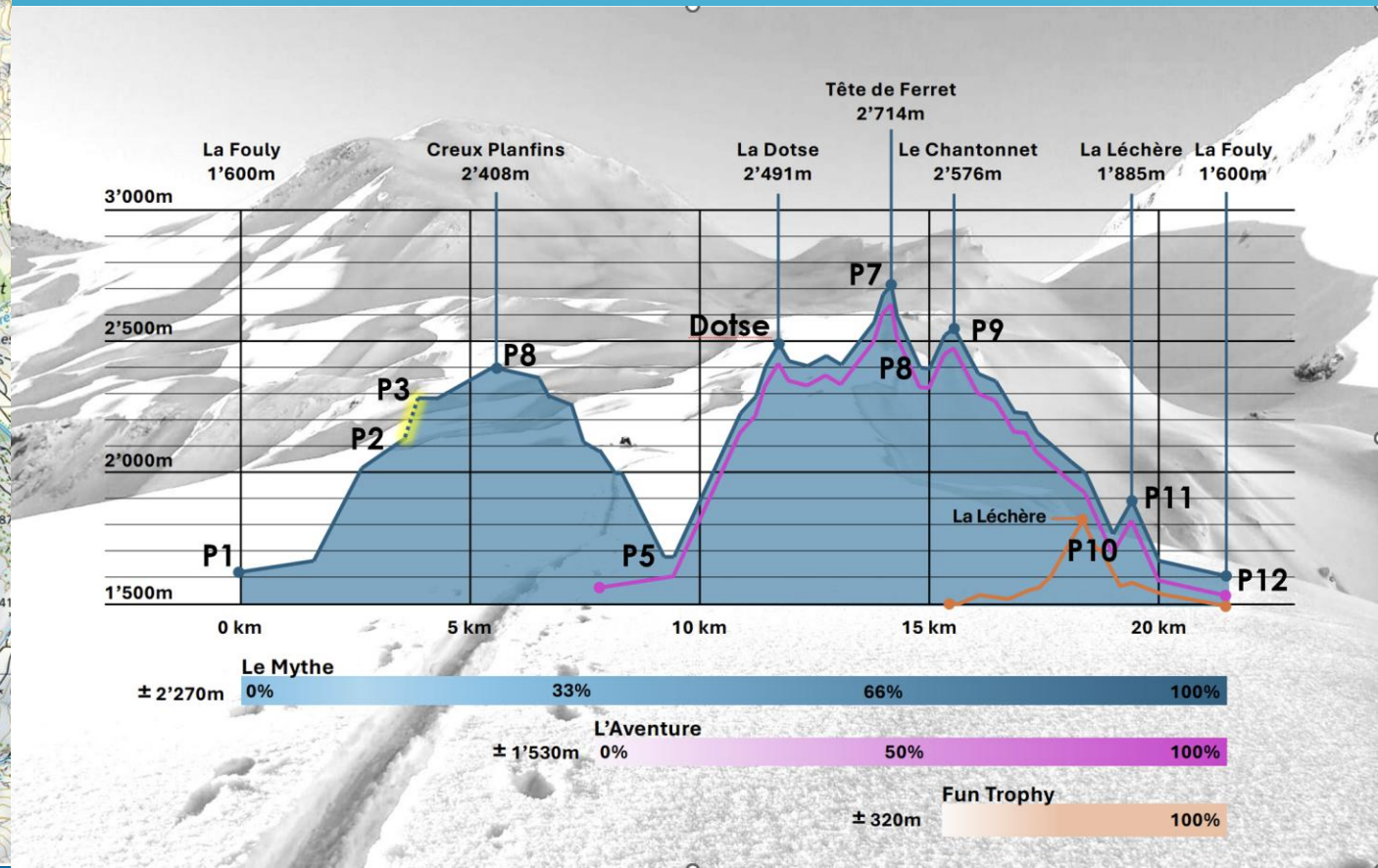


Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
In collaboration with the cantons

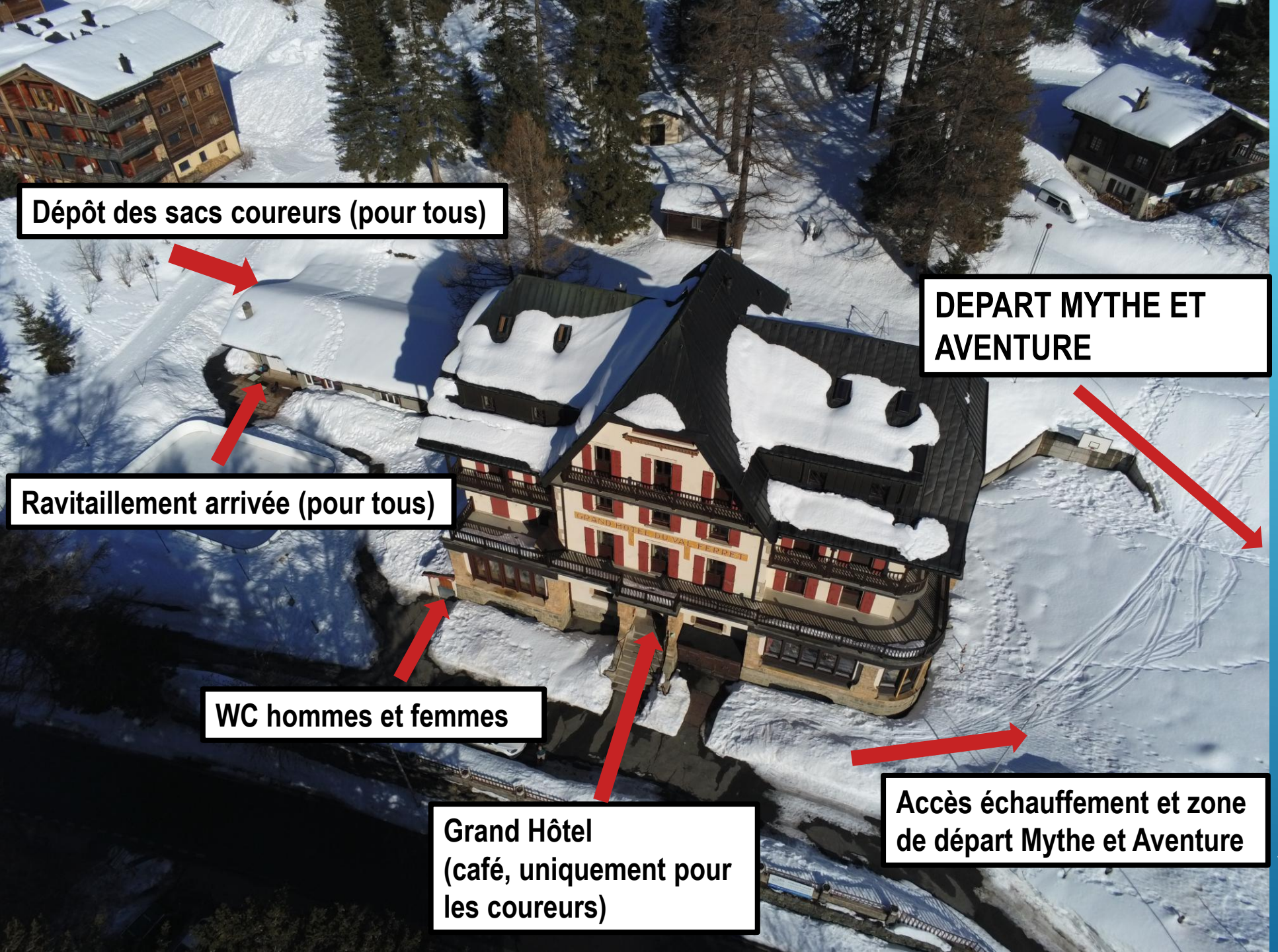
www.geo.admin.ch est un portail d'accès aux informations géolocalisées, données et services qui sont mis à disposition par l'administration fédérale Responsabilité: Malgré la grande attention qu'elles portent à la justesse des informations diffusées sur ce site, les autorités fédérales ne peuvent endosser aucune responsabilité quant à la fidélité, à l'exactitude, à l'actualité, à la fiabilité et à l'intégralité de ces informations. Droits d'auteur: autorités de la Confédération suisse. https://www.admin.ch/gov/fr/accueil/conditions-utilisation.html. Si des données de tiers sont représentées, leur disponibilité est garantie par le tiers fournisseur. Les conditions des détenteurs de données correspondants

Carte du Tracé et profils avec les postes





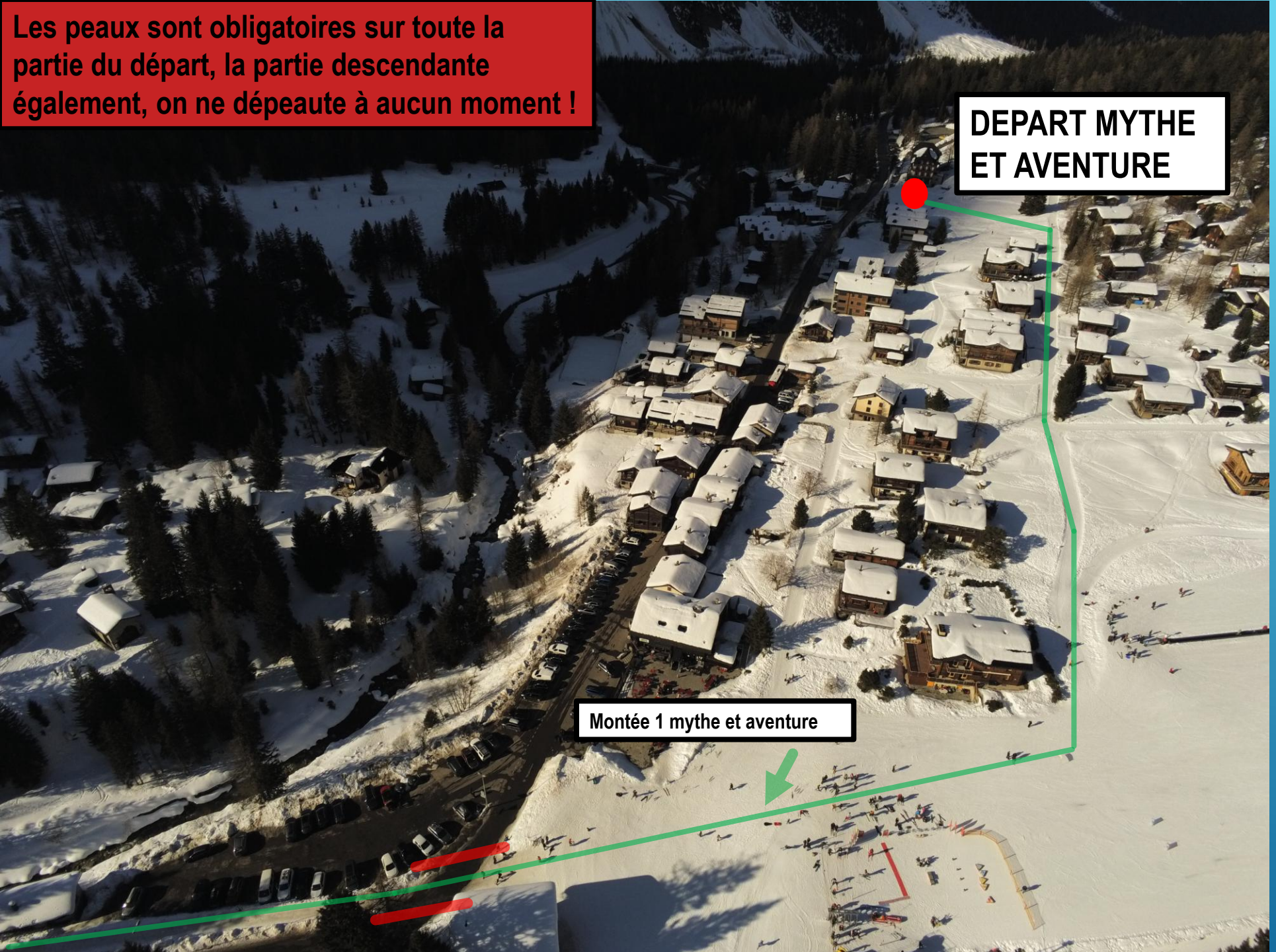
Aerial Photography
Frédéric Terrettaz
ARRIVEES DE TOUTES
LES COURSES



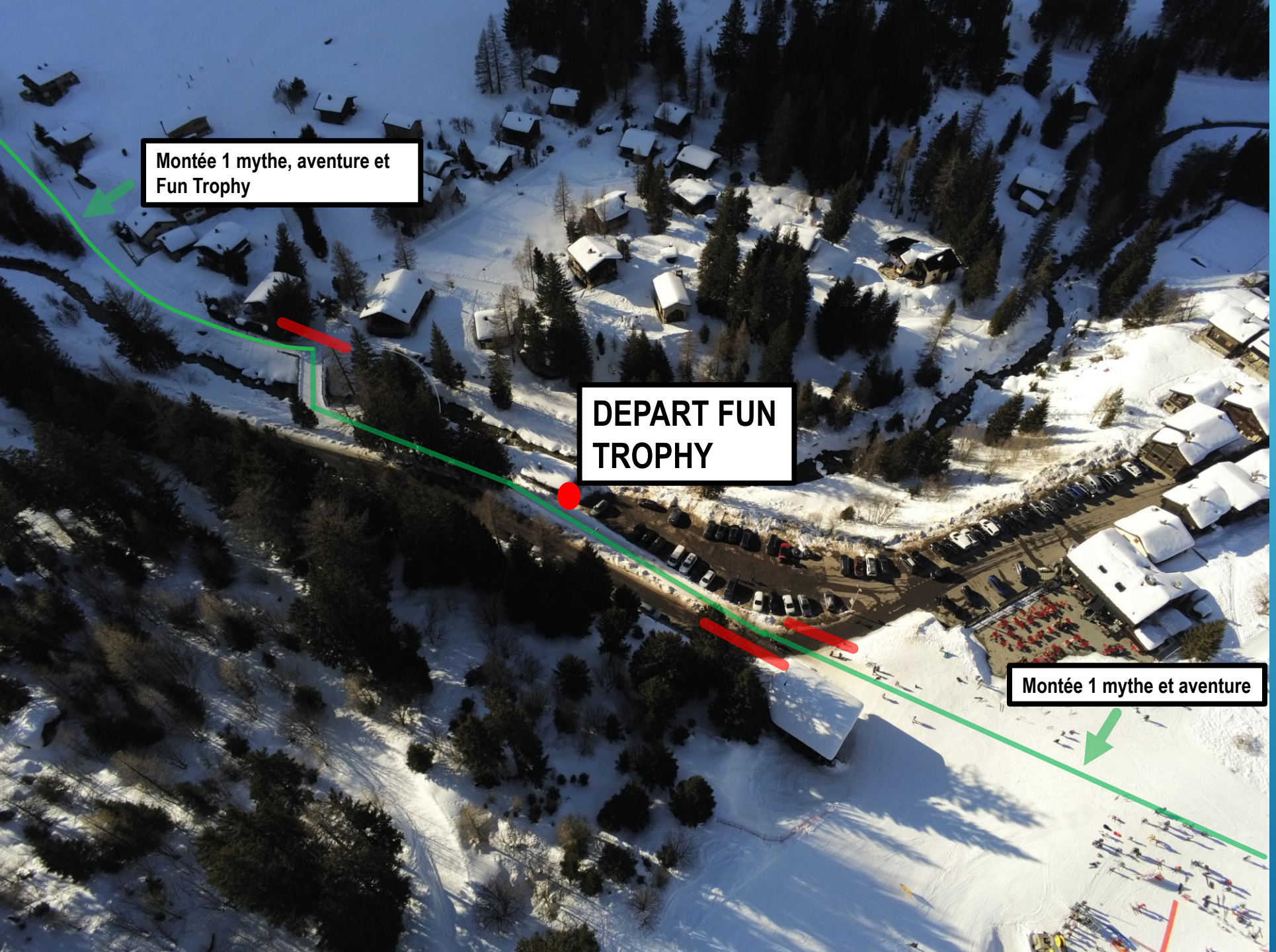
À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE

À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE

Les peaux sont obligatoires sur toute la partie du départ, la partie descendante également, on ne dépeaute à aucun moment !



À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE

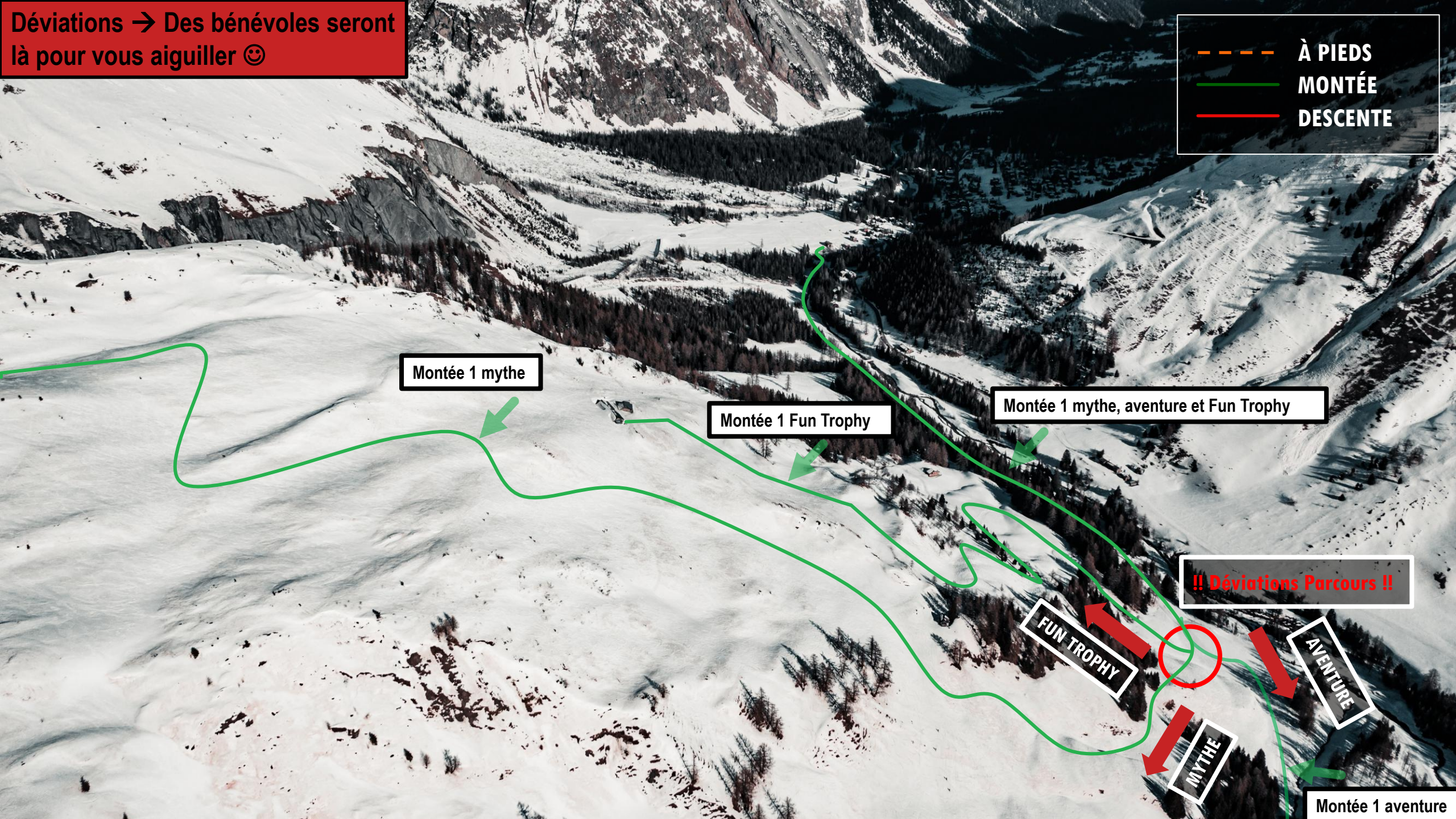


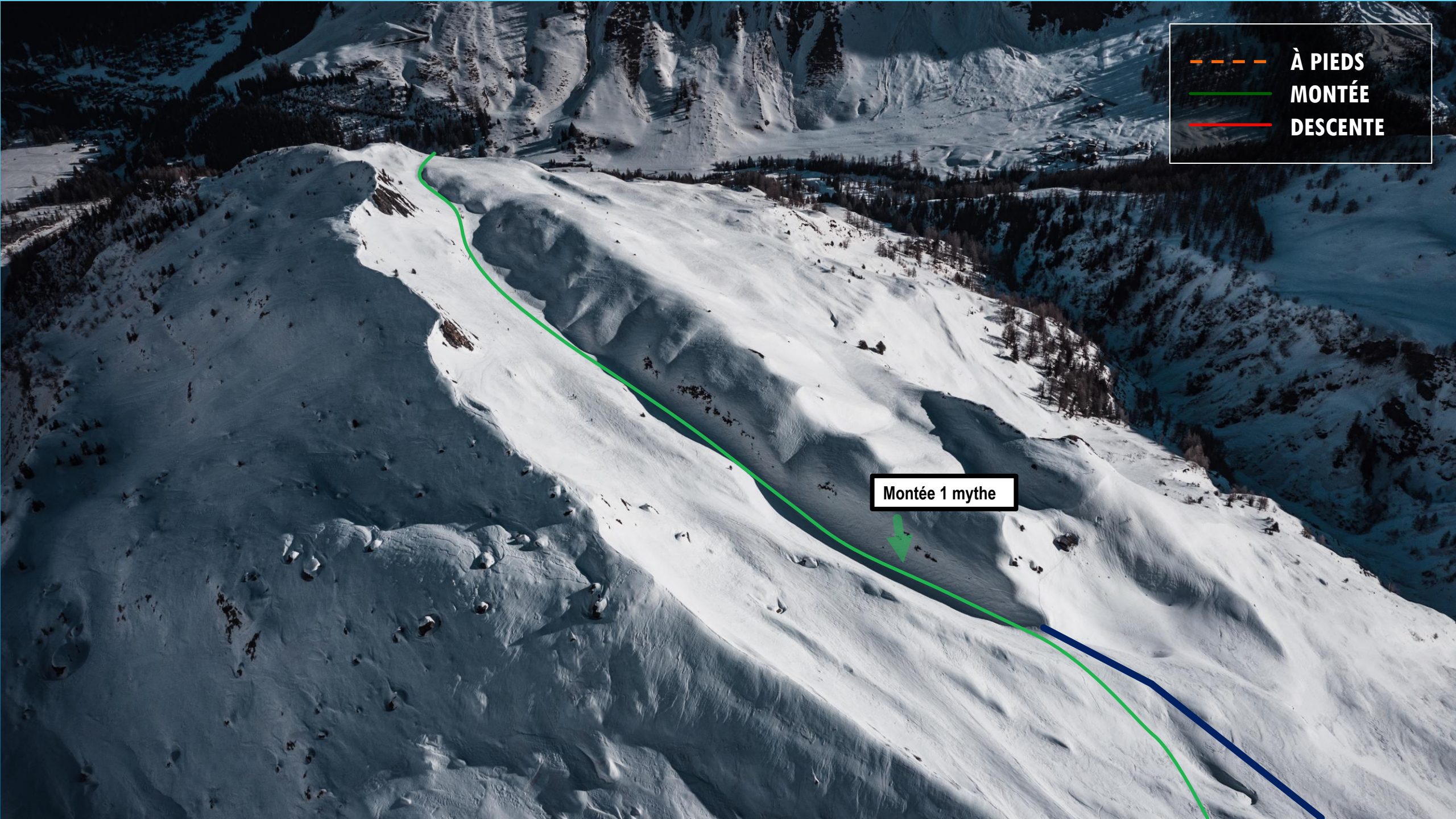
À PIEDS

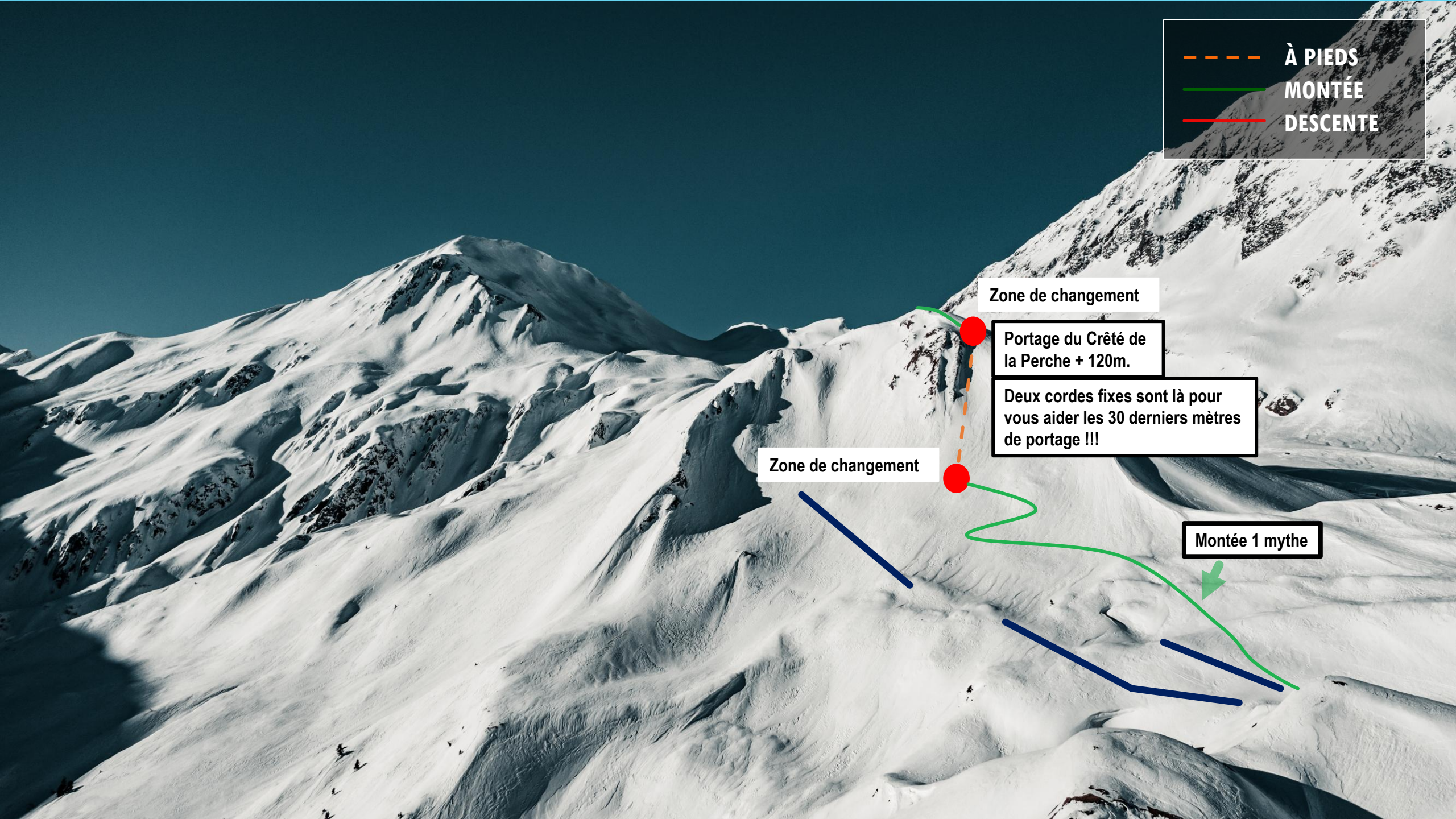
MONTÉE

DESCENTE

À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE


Déviations → Des bénévoles seront là pour vous aiguiller ☺
À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Montée 1 mythe
Montée 1 Fun Trophy
Montée 1 mythe, aventure et Fun Trophy
!! Déviations Parcours !!
FUN TROPHY
AVENTURE
MYTHE
Montée 1 aventure


À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Montée 1 mythe


À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Zone de changement
Portage du Crêté de la Perche + 120m.
Deux cordes fixes sont là pour vous aider les 30 derniers mètres de portage !!!
Zone de changement
Montée 1 mythe

Portage du Crêté de la Perche + 120m.
Montée 1 mythe

À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Zone de changement
Montée 1 mythe
Descente 1 mythe
Légère poussée (skating) sur 80 mètres
Zone de changement
Portage du Crêté de la Perche + 120 m.

Corniche sécurisée mais soyez vigilant !!!
Contournez bien les rubalises de sécurité par la gauche

Descente 1 mythe

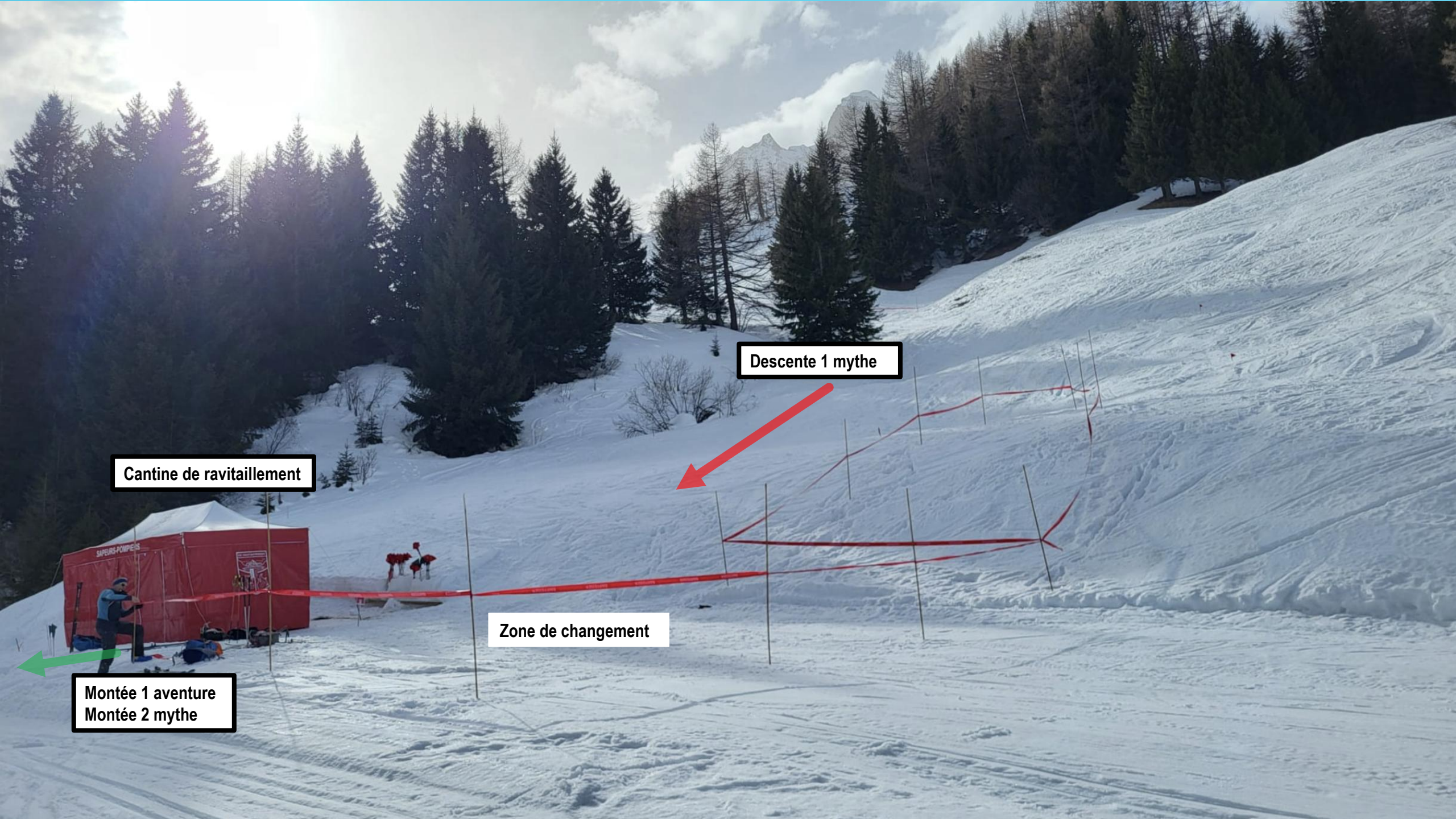
À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Zone de changement
Descente 1 mythe

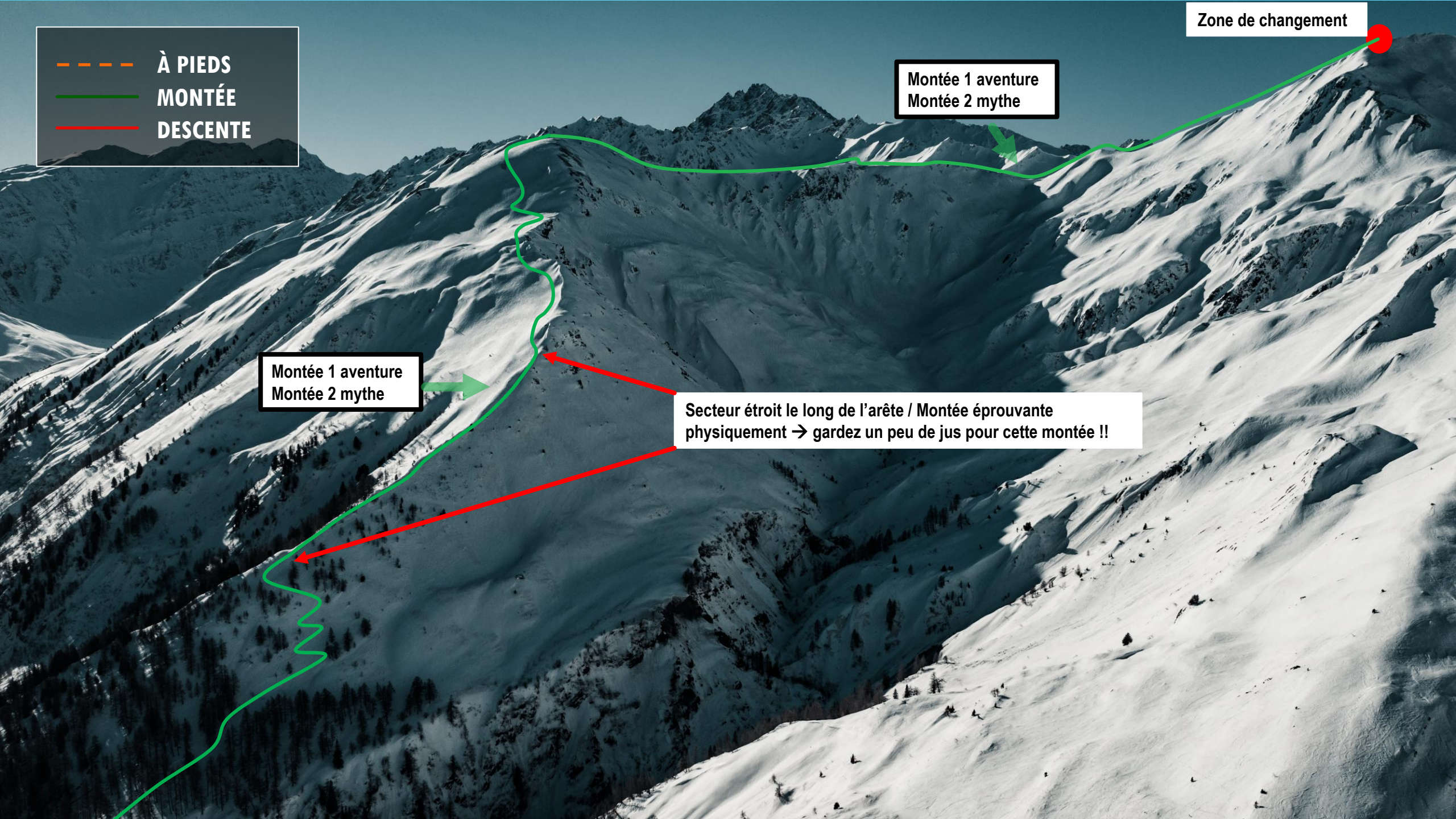
À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Zone de changement
et ravitaillement
Montée 1 aventure
Montée 2 mythe
Descente 1 mythe
Skating sur 15
mètres

Attention immense corniche en contre-bas et contour à 90 ° à la sortie de l'entonnoir rubalisé, réduisez votre vitesse. DANGER !!!
Descente 1 mythe

Sortie entonnoir, cassure de neige à la sortie, aucun problème à vitesse réduite mais n’arrivez pas sans freinage !!!

À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Montée 1 aventure
Montée 2 mythe
Descente 1 mythe
Zone de changement
et ravitaillement
Descente 1 Mythe → Passage à droite des banderoles !!!

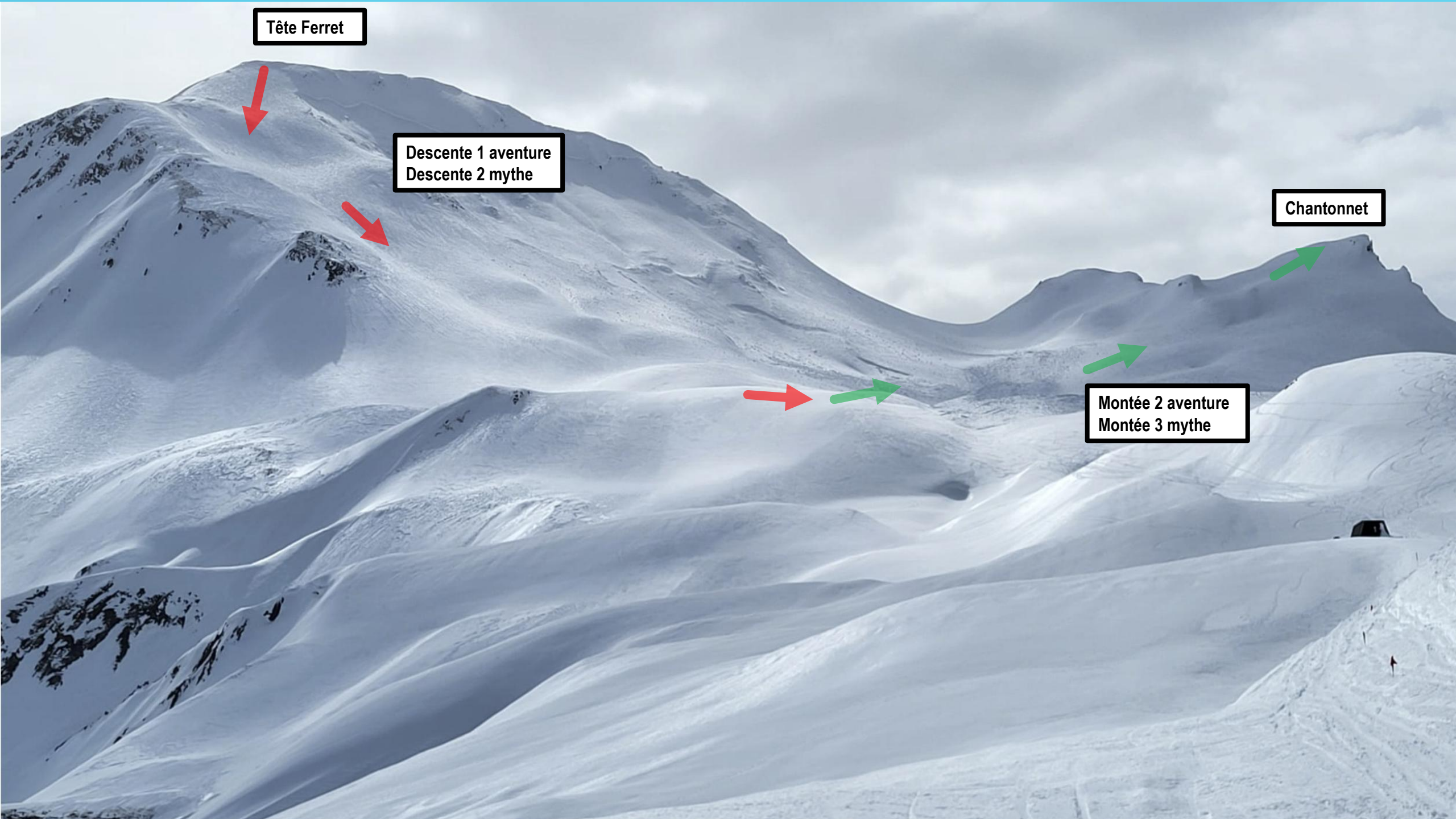

Descente 1 mythe
Cantine de ravitaillement
SAPEURS-POMPIERS
Zone de changement
Montée 1 aventure
Montée 2 mythe


À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Zone de changement
Montée 1 aventure
Montée 2 mythe
Montée 1 aventure
Montée 2 mythe
Secteur étroit le long de l'arête / Montée éprouvante physiquement → gardez un peu de jus pour cette montée !!

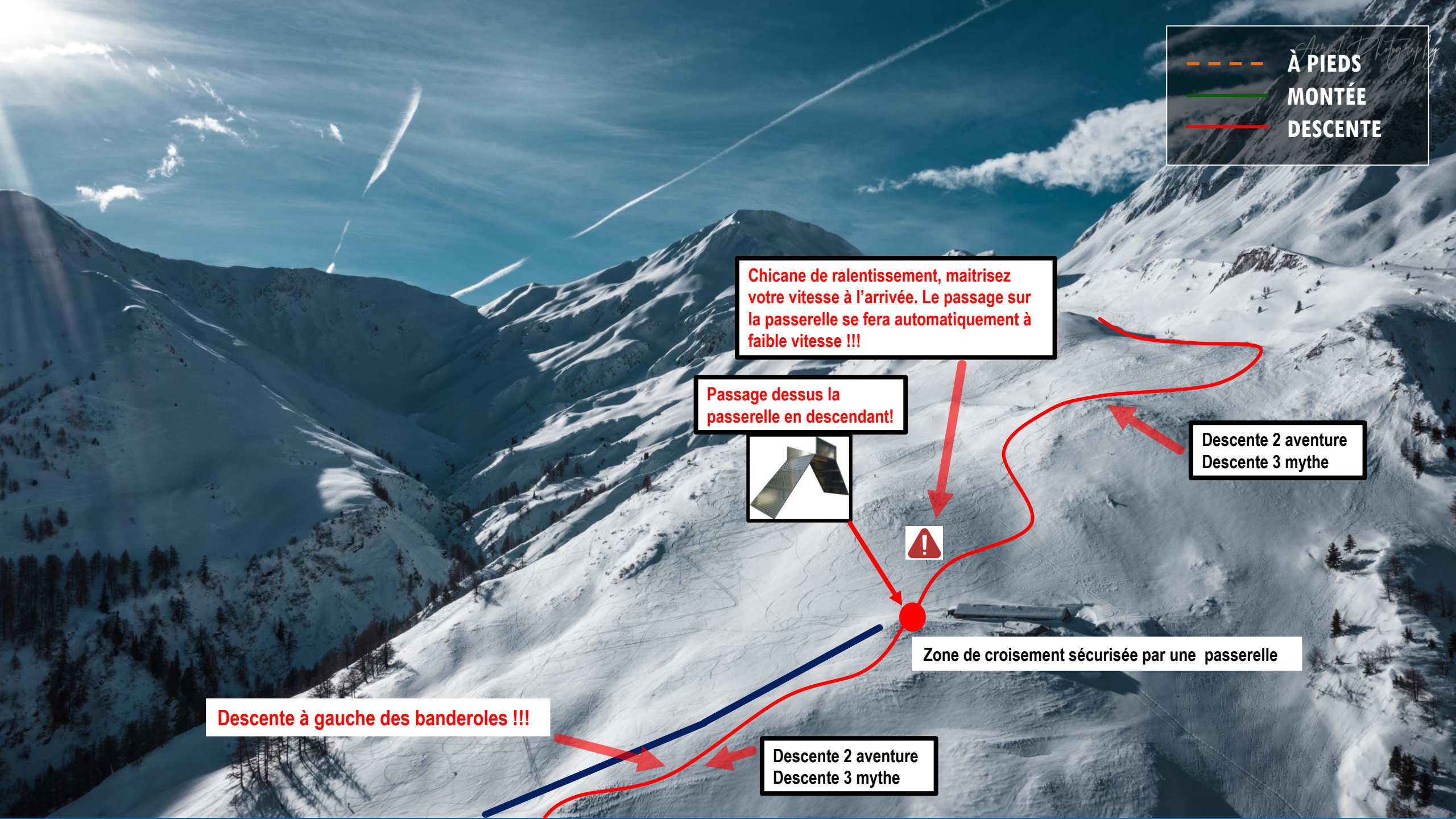
Laisser les peaux tout le long de l'arête, c'est obligatoire !! Cette traversée comporte deux parties descendantes mais laisser vous glisser tranquillement, aucune difficulté ! Suivez de près les balises vertes, ne vous écartez à aucun moment !!!

Tête Ferret
Montée 1 aventure
Montée 2 mythe

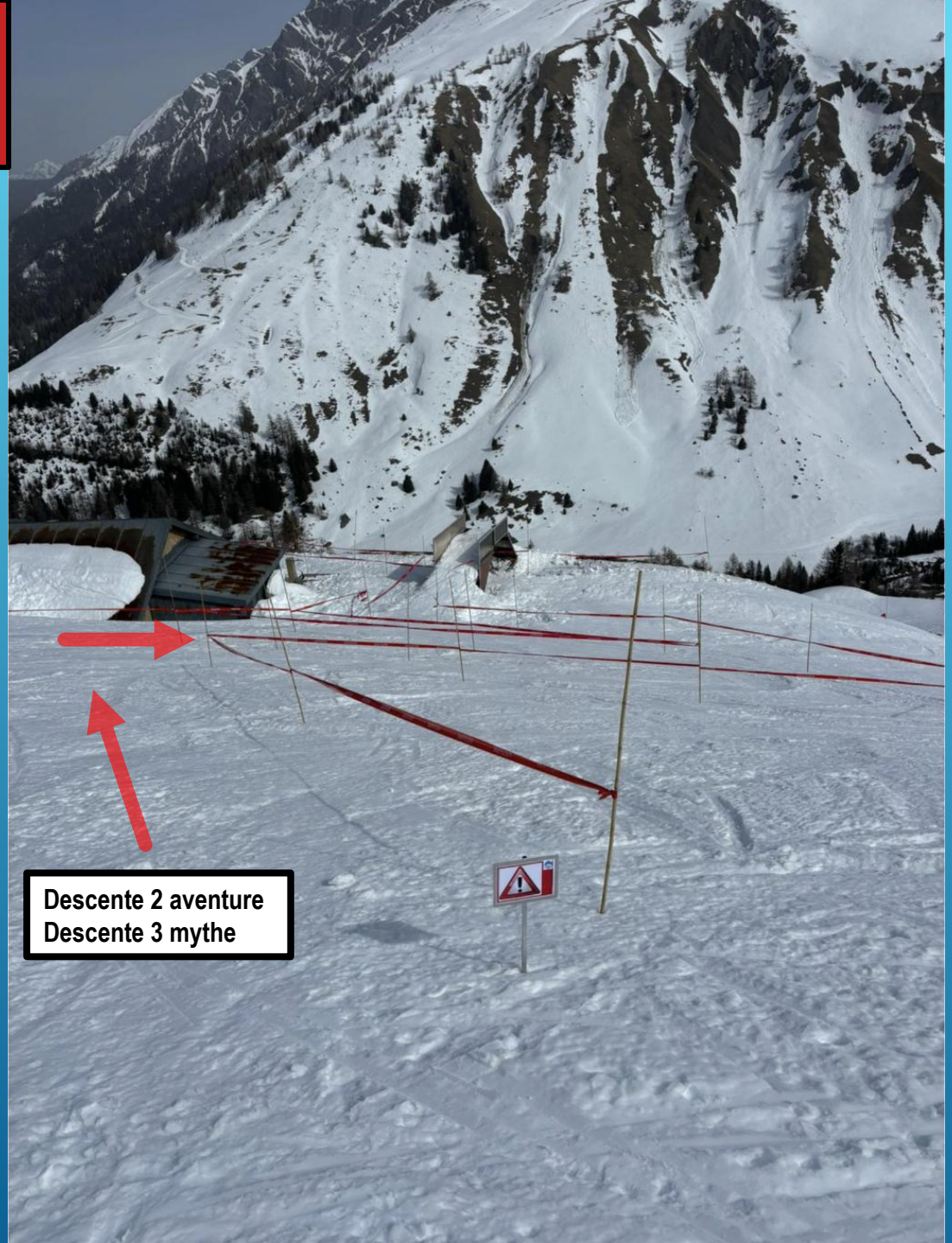
À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Montée 1 aventure
Montée 2 mythe
Zone de changement
Montée 2 aventure
Montée 3 mythe
Zone de changement
Descente 1 aventure
Descente 2 mythe
Zone de changement
Descente 2 aventure
Descente 3 mythe


Tête Ferret
Descente 1 aventure
Descente 2 mythe
Chantonnet
Montée 2 aventure
Montée 3 mythe

Restez toujours du côté droite des rubalises et suivez les drapeaux rouges

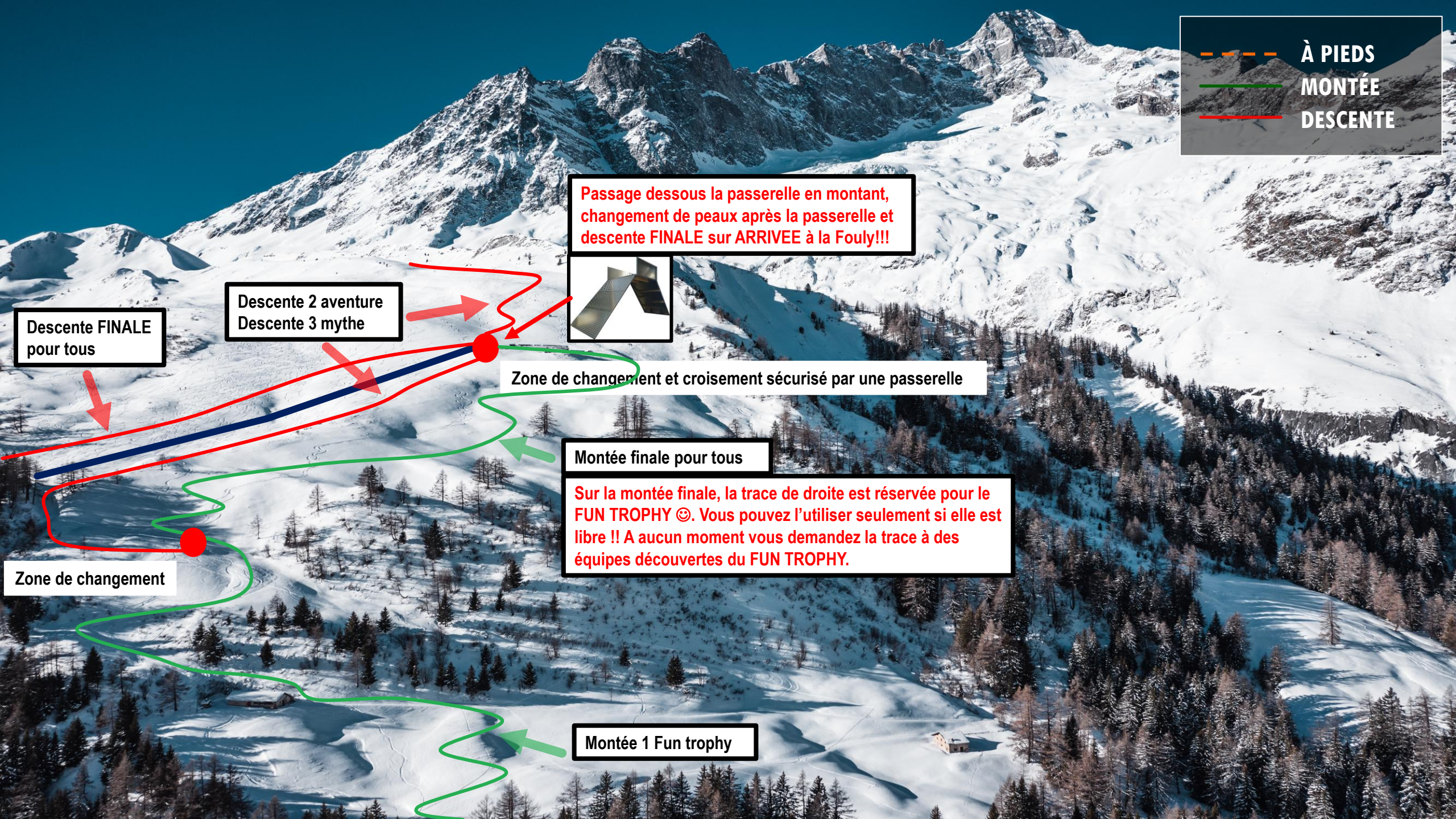

À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Chicane de ralentissement, maitrisez votre vitesse à l'arrivée. Le passage sur la passerelle se fera automatiquement à faible vitesse !!!
Passage dessus la passerelle en descendant!
Descente 2 aventure
Descente 3 mythe
Zone de croisement sécurisée par une passerelle
Descente à gauche des banderoles !!!
Descente 2 aventure
Descente 3 mythe

Entrée dans la chicane de ralentissement en amont de la passerelle, <u>Ralentissez</u> !!!

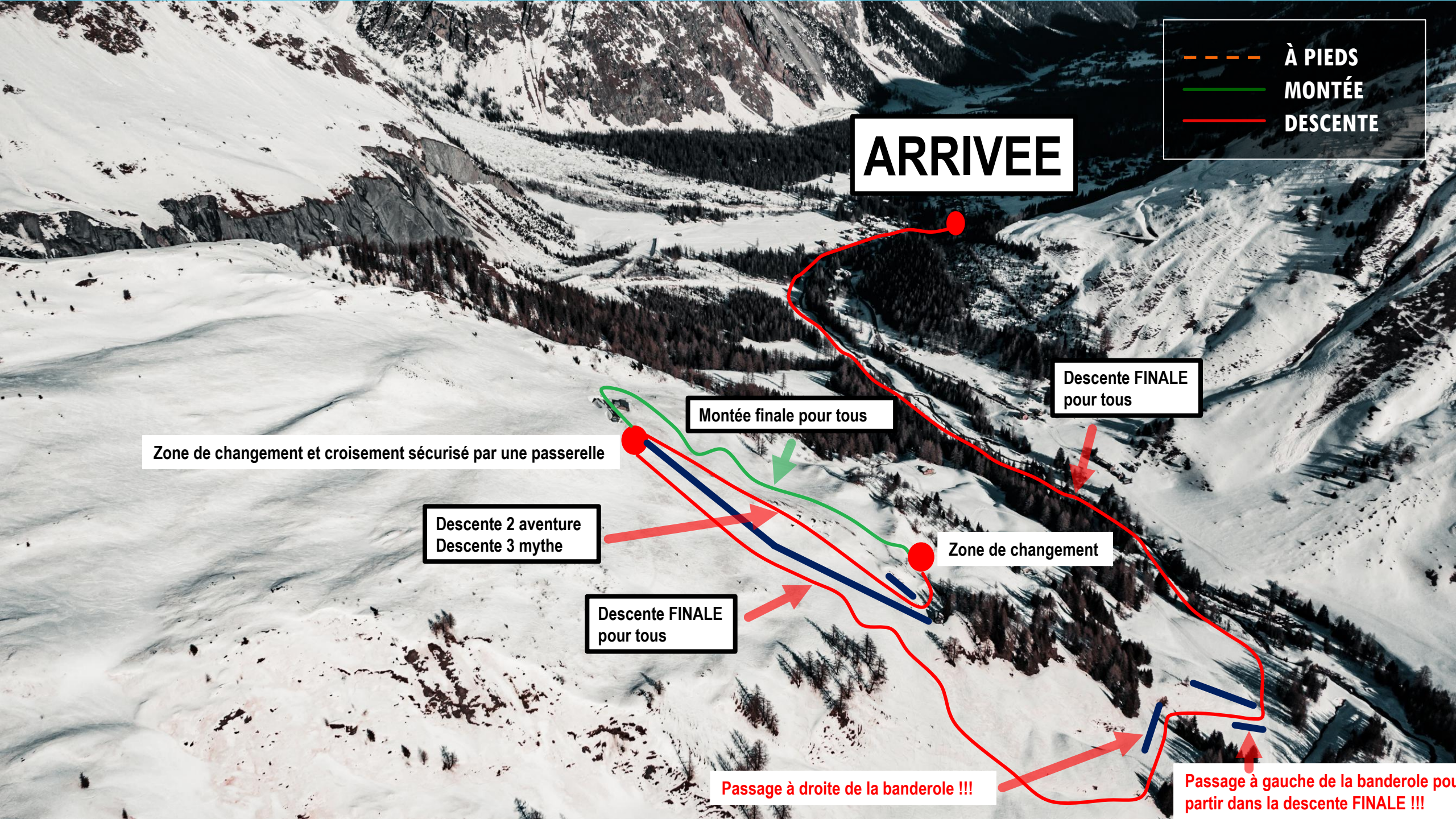


Entrée passerelle

Sortie passerelle, laissez vous glisser dans la pente et tourner sur la droite plus bas pour la suite de la descente


À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
Passage dessous la passerelle en montant, changement de peaux après la passerelle et descente FINALE sur ARRIVEE à la Fouly!!!
Descente 2 aventure
Descente 3 mythe
Descente FINALE pour tous
Zone de changement et croisement sécurisé par une passerelle
Montée finale pour tous
Sur la montée finale, la trace de droite est réservée pour le FUN TROPHY ☺. Vous pouvez l'utiliser seulement si elle est libre !! A aucun moment vous demandez la trace à des équipes découvertes du FUN TROPHY.
Zone de changement
Montée 1 Fun trophy

La délivrance !!! Arrivée de la montée finale, passage sous la passerelle et enlevez vos peaux après la passerelle puis GO GO GO sur L'ARRIVEE !!!


À PIEDS
MONTÉE
DESCENTE
ARRIVEE
Descente FINALE pour tous
Montée finale pour tous
Zone de changement et croisement sécurisé par une passerelle
Descente 2 aventure
Descente 3 mythe
Zone de changement
Descente FINALE pour tous
Passage à droite de la banderole !!!
Passage à gauche de la banderole pou
partir dans la descente FINALE !!!

Descente FINALE
SAPEURS-POMPIERS

- Durant toute la course, suivez les balises de près, ne vous en écartez jamais !!!

- Maitrisez votre vitesse dans les descentes, quelques secteurs avec de la neige cassante !!!

Tout simplement pour votre sécurité !!!
Merci

Si vous constatez une personne accidentée, vous êtes dans l'obligation de vous arrêter pour porter secours. On ne laisse jamais une personne blessée seule.

Vous avertissez par téléphone le responsable sécurité au 079.252.33.49 qui enverra un secouriste sur place. Vous pourrez ensuite, sur ordre du responsable sécurité, continuer votre course au moment venu ☺

Il s'agit d'une règle fondamentale du ski alpinisme !!!

En tout temps, pour le bien de tous, soyez Fair Play ☺

Lorsqu'une patrouille plus rapide demande la trace, laissez passer ☺

On ne demande pas la trace de droite sur la dernière montée, laissez monter les enfants tranquillement. La demande de trace sur ce secteur est interdite !!!

MATERIEL OBLIGATOIRE

Matériel de base

- Skis et fixations
- Chaussures
- Bâtons de ski
- Paires de peaux de phoque
  1 paire minimum + 1 paire en réserve par équipe
  Conseil → Prenez 2 paires par coureurs, neige changeante
- Casque / Gants
- Sac à dos
- Vêtement haut du corps (3 couches)
- Vêtement bas du corps (2 couches)
- Lunettes de soleil
- **Lampe frontale (seulement départ de 06h00)**

Papier

- Passeport ou carte d'identité

Matériel de sécurité

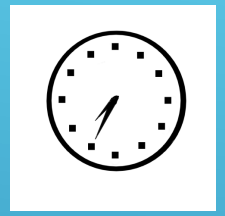
- DVA
- Pelle à neige
- Sonde
- Couverture de survie
- Téléphone portable
  Allumé durant toute la course et en très bon état de marche

Merci d'avoir tout le matériel demandé ; des contrôles aléatoires auront lieu.

RÈGLES A RETENIR

- Les bâtons doivent être posés au sol à chaque zone de changement
- Dans le portage, les skis doivent obligatoirement être attachés sur le sac
- Les patrouilles doivent arriver et repartir ensemble <u>sur chaque poste</u>
- Les patrouilles de 3 peuvent terminer la course à 2 en cas d'abandon d'un équipier mais ne seront pas classés
- Aucun coureur ne peut continuer la course seul
- **Le dossard doit être porté sur la cuisse droite**
- Il est strictement INTERDIT de laisser des déchets sur le parcours
- En cas de non respect d'un point du règlement ou d'une information, des pénalités vous seront infligées

QUELQUES HORAIRES A RETENIR

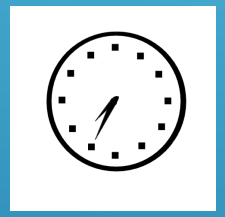


03h30-08h30 Remise des dossards à la salle polyvalente d'Orsières

04h15 – Départ de tous les bus Navette de la salle polyvalente d'Orsières pour la course Mythe départ 1

06h15 – Départ de tous les bus Navette de la salle polyvalente d'Orsières pour la course Mythe départ 2 et Aventure

09h00 – Départ de tous les bus Navette de la salle polyvalente d'Orsières pour la course Fun Trophy

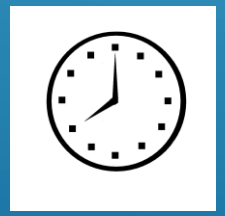


05h40 – Contrôle ARVA sur la zone de départ pour la course Mythe départ 1

07h40 – Contrôle ARVA sur la zone de départ pour la course Mythe départ 2

7h55 – Contrôle ARVA sur la zone de départ pour la course Aventure

10h20 – Contrôle ARVA sur la zone de départ pour la course Fun Trophy

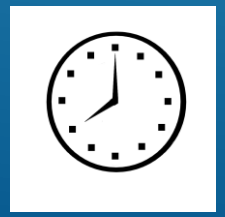


6h00 – DEPART de la course Mythe départ 1

8h00 – DEPART de la course Mythe départ 2

8h15 – DEPART du Parcours Aventure

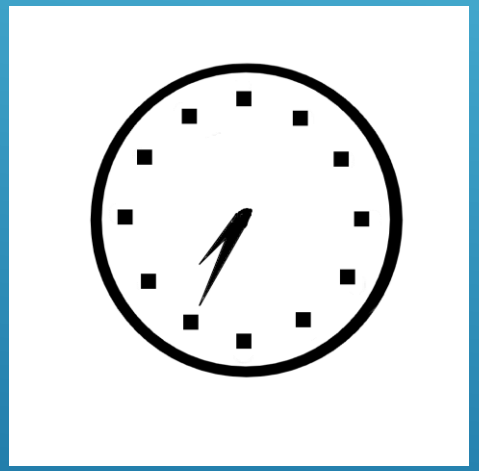
10h30 – DEPART du Parcours Fun Trophy



14H45 – Annonce des résultats à la salle polyvalente d'Orsières

Les lauréats du jour doivent être présents lors des résultats, aucun prix ne sera envoyé par la poste.

BARRIÈRE HORAIRE



10H30 AU RAVITAILLEMENT

POSTE P5

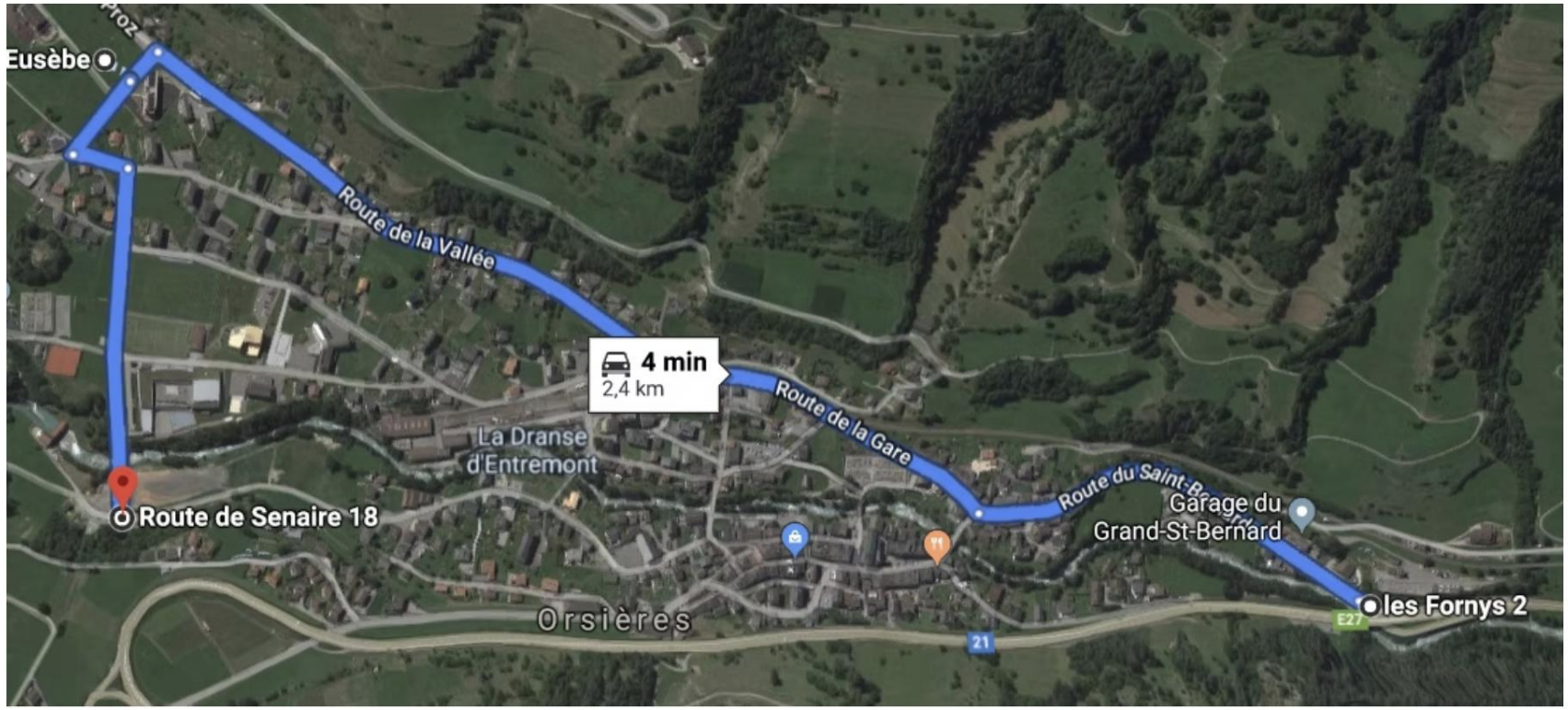
→ *CONCERNE LES COUREURS DU MYTHE*

INFOS PRATIQUES POUR LES COUREURS

- Le parking est prévu pour **tous les coureurs** aux Ides à Orsières, à proximité de la salle polyvalente (voir plan)
- Les navettes sont organisées pour les coureurs seulement
- Pour le retour, 5 minibus navettes circuleront en continu dès 11h30 depuis le Grand hôtel au départ de la course
- Les sacs personnels pourrons être déposés dans une salle sécurisée dans le grand hôtel
- Le café-restaurant des Glaciers, à proximité du départ, sera ouvert dès 04h45 pour vous accueillir
- Les bénévoles seront tous munis d'un gilet jaune et seront partout et à tout moment là pour répondre à vos questions et demandes particulières
- Des WC hommes et femmes seront disponibles sur la zone de départ, dans le grand hôtel

ACCÈS PARKING ORSIÈRES

Places des Ides, 1937 Orsières

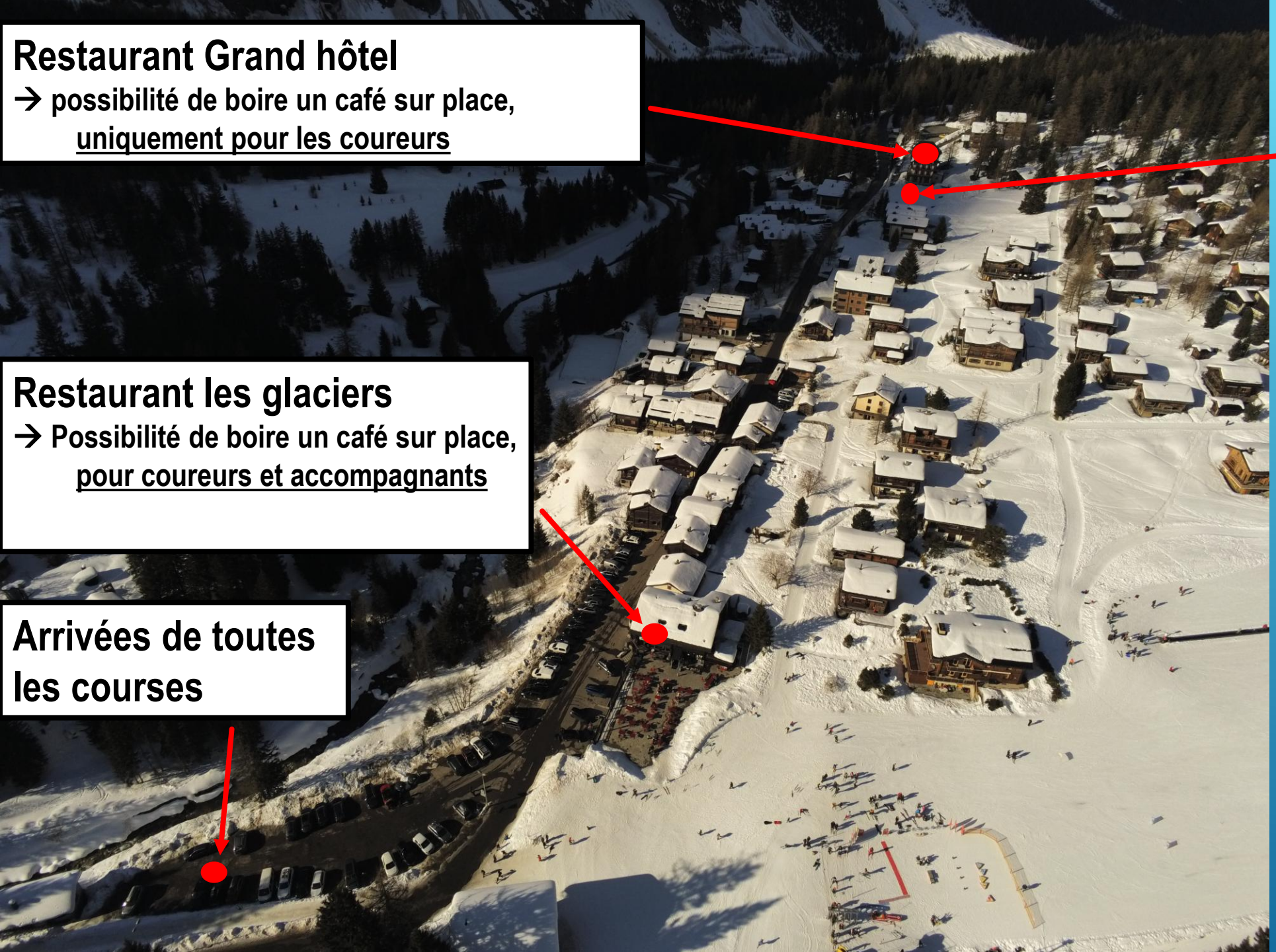


ACCÈS PARKING ACCOMPAGNANTS

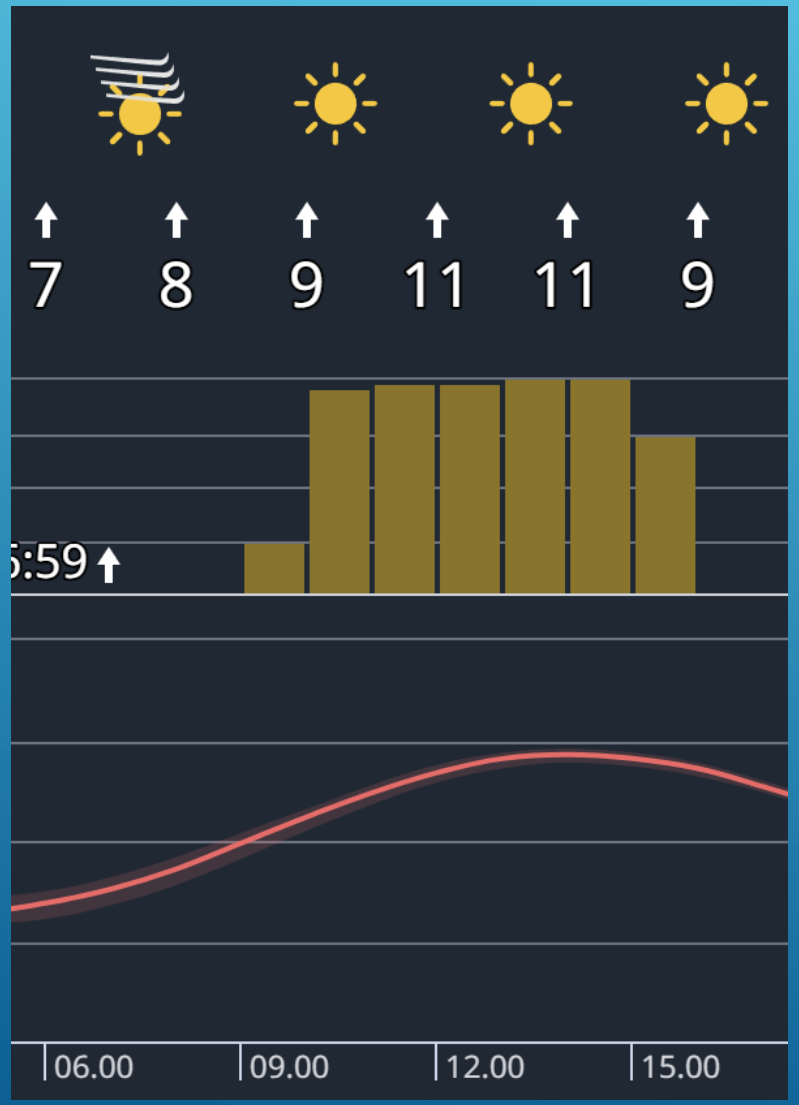
PARKING PRÉVU À L'ENTRÉE DE LA FOULY.

UNE SIGNALISATION A ÉTÉ MISE EN PLACE

AUCUNE VOITURE N'ENTRE DANS LA STATION !!!


Restaurant Grand hôtel
→ possibilité de boire un café sur place,
uniquement pour les coureurs
Départ des courses
Mythe et aventure
Restaurant les glaciers
→ Possibilité de boire un café sur place,
pour coureurs et accompagnants
Arrivées de toutes
les courses

METEO ANNONCEE



Journée ensoleillée

Visibilité :

- BONNE

Vent:

- Vent du sud, modéré sur les hauts

LE TEMPS DES QUESTIONS

Bonne course à tous !