
Livret sportif

TRAIL

CHALLENGE

CENTRALE LYON

21 Mars 2026



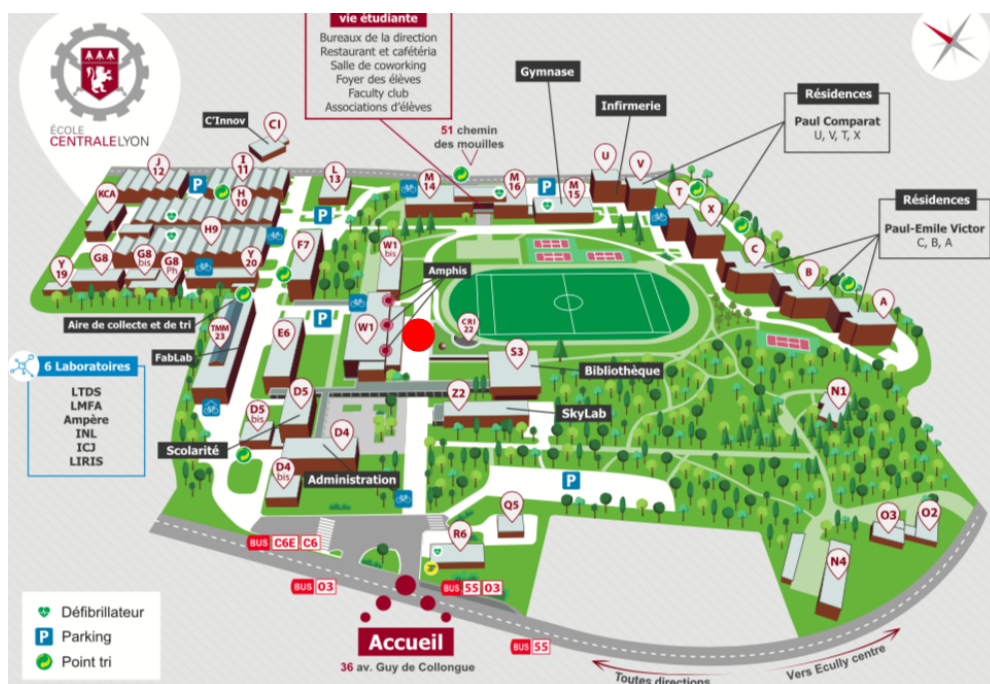
Lieu

La course aura lieu dans le **Bois de Serres**, à Écully. Le départ et l'arrivée de la course auront lieu sur le campus de Centrale Lyon.

Lieu de rendez-vous :

École Centrale Lyon
36 Avenue Guy de Collongue
69130 ÉCULLY

Le point de rendez-vous se trouve devant le bâtiment W1 (point rouge sur le plan) :



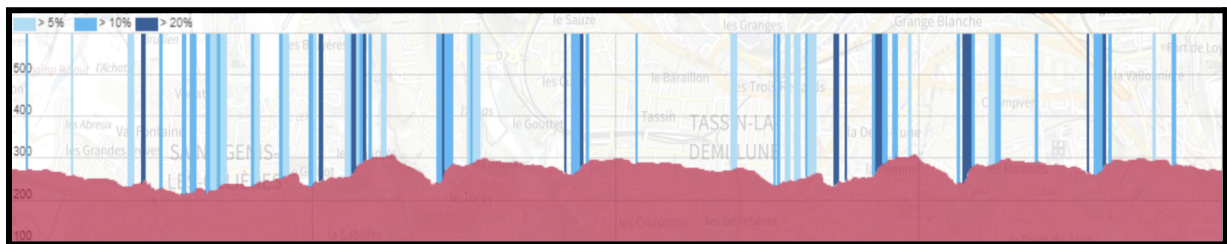
Heure de départ :

Le départ du trail est à 14h.

Arriver 1h30 avant l'heure du départ pour manger (le repas est fourni), récupérer les dossards et laisser les sacs si besoin.

Épreuve : Trail

Distance (km)	D+ (m)	D- (m)
16 km	372 m	372 m



<https://tracedetrait.fr/fr/trace/331865>

Balisage du parcours :

Le parcours est matérialisé par des fanions de couleur orange, de la rubalise et de la bombe de craie. Des bénévoles seront présents à certaines intersections pour indiquer la direction à suivre.

Consignes de sécurité sur le parcours :

- Lorsque tu cours le long d'une route, veille à bien rester sur le trottoir.
- Lors d'un croisement, tu dois impérativement respecter les règles du code de la route. S'il y a un bénévole présent au croisement, tu dois suivre les instructions qu'il te donnera.

Ravitaillement :

Il y aura un ravitaillement prévu sur le parcours. Il se trouve au niveau des kilomètres 4 et 11. Lors de ton passage, tu peux prendre à boire et à manger si tu en as envie. Le chronométrage ne sera pas arrêté au moment du ravitaillement.

Matériel

- Téléphone portable chargé
- Deux épingles à nourrice pour accrocher le dossard
- Vêtements de sport pour la pluie selon la météo

Remarque :

L'alcool est strictement interdit sur tout le parcours

Douches

Des douches seront à disposition dans le gymnase de Centrale.

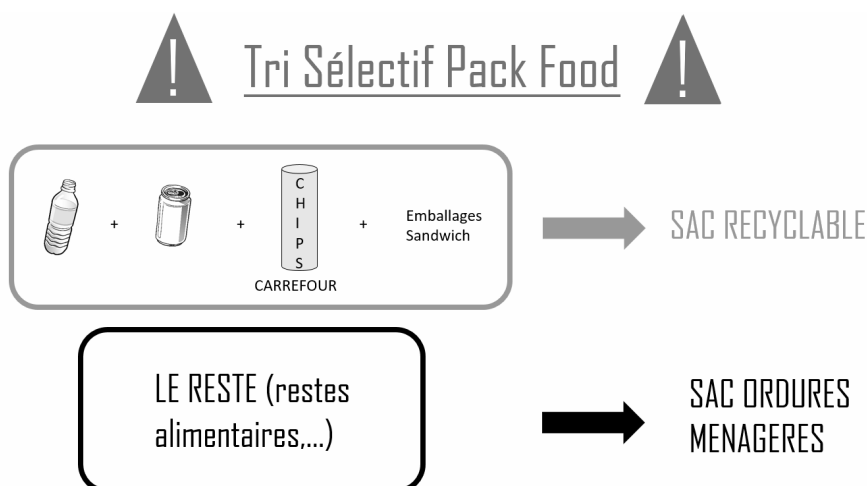
Il te suffit de préparer un sac avec toutes les affaires nécessaires pour te doucher que tu nous donneras avant de commencer le trail. Tu ne courras pas avec.

Pour les filles logées en résidence, vous aurez aussi une douche à disposition dans votre chambre.

Tri des packs food

Le Challenge se veut être un événement éco-responsable et veille à son impact sur l'environnement, pour cela nous te demandons de veiller au **tri de ton pack food**. Des sacs poubelles pour les ordures ménagères et pour le recyclage seront mis à disposition sur ton lieu sportif.

Pour faire simple, voici **les instructions** concernant le tri spécifique des aliments présents dans les packs food :



Application à télécharger

- Maps.me (pour avoir une carte de la région)

Contact

Questions avant l'événement :

Si tu as la moindre **question sur l'événement**, tu peux contacter :

Thomas RIU

07 78 82 72 25

thomas.riu@etu.ec-lyon.fr

Président du RAID Centrale Lyon

Questions pendant l'événement :

Les organisateurs seront reconnaissables par leur veste verte du RAID Centrale Lyon.

En cas d'urgence

- En cas d'urgence médicale, n'hésite pas à contacter la Croix Rouge, équipe de secourisme engagée pour l'évènement.
- Pour toute autre information d'ordre pratique, rends-toi au Point Info du campus dans le hall devant le foyer comme indiqué sur le plan du campus.