

TRAIL DES EAUX VIVES

8 Mai 2010

Seul et unique Trail dans MARSEILLE

avec des vues exceptionnelles!!!

sur 2 parcours dans des vallons paradisiaques, sauvages et grandioses aux portes
de la ville dans le

Domaine Départemental de La Barasse .

2 parcours de 30 km et 16 km

Marche de 8 km

Mini-trials Enfants



PARTENAIRE PRINCIPAL



**CONSEIL
GENERAL
BOUCHES-DU-RHÔNE**

DOSSIER DE PRESSE

LA BARASSE :

" Des vallons sauvages aux portes de la ville "



VESTIGES DES FOURS A CHAUX,
Entrée du Domaine Départemental de La Barasse

Sept cents hectares de collines en balcon, au dessus de la vallée de l'Huveaune, entre Marseille et Aubagne... La Barasse! Paradis du randonneur coriace. Paysage d'élection des amoureux du contraste, par sa nature sauvage et diversifiée, arborée puis sèche. Tôt le matin, on y surprend des perdreaux en goguette et toute la journée y jaccassent les pies tandis qu'en silence courent les lapins. C'est en 1992 que le Département a fait l'acquisition de ce splendide domaine peuplé de pins, de chênes et hanté de fiers vestiges : fours à chaux, carrière, bergeries sur les hauteurs. À ne pas rater, un endroit merveilleux : la source des Eaux Vives, véritable oasis en Provence

<http://www.cg13.fr/cadre-de-vie/environnement/les-domaines-departementaux/la-barasse.html>

KM 42.195 Marseille

L'Association loi 1901 créée en 2006 à l'initiative de 4 amoureux du marathon , déclarée à la Préfecture des Bouches du Rhône le 9 Janvier 2006 , parue au JO le 04 février 2006 sous le n° 20060005 (annonce n°218) affiliée à la Fédération Sportive Gymnique Travail (FSGT) sous le n° 21324053 compte actuellement 42 adhérents .

Bien entendu elle possède l'agrément Jeunesse et Sports 2439S06 depuis le 18/12/06 (n° déclaration ET003626) et son n° SIRET est 48941553900019 depuis le 04/04/06.

Trail des Eaux Vives

Pourquoi organiser un trail (course pédestre en milieu complètement naturel comportant des parties techniques) plutôt qu'un marathon?

Impossible pour une petite Association comme la nôtre du fait de la trop grosse organisation pour ce genre d'épreuve.

Une nouvelle discipline venant dans l'esprit des coureurs à pied « le Trail » nous avons entrepris de faire connaître cette nouvelle discipline aux coureurs Marseillais et régionaux .

Avec l'accord de la Direction de l'Environnement du Conseil Général et après entente avec le Service de Gestion des Espaces Naturels Départementaux nous avons décidé de faire découvrir ce site magnifique méconnu de Marseille aux amoureux de la nature et nous nous sommes lancés dans cette organisation du Trail des Eaux Vives en 2008 qui depuis devient incontournable pour tous les traileurs et marcheurs de France .

En 2010, les enfants pourront participer à l'événement et découvrir cette discipline et ce site puisque nous avons ajoutés 3 mini trails leur étant destinés .

PARTENAIRE PRINCIPAL



**CONSEIL
GENERAL**
BOUCHES-DU-RHÔNE



Chers Amis,

J'ai souhaité que la politique sportive de notre institution intègre aussi une dimension environnementale. C'est pourquoi plusieurs domaines départementaux gérés par le Conseil général accueillent des courses sportives, en VTT ou à pied.

Pour la troisième année consécutive, le "Trail des Eaux-Vives" investit le domaine départemental de la Barasse. Il permet aux coureurs et à leurs familles de découvrir un lieu exceptionnel.

Cette course s'impose désormais comme une épreuve incontournable pour les amoureux de ce sport dans le Département et même la France entière.

Faire du Trail n'est pas seulement avoir le goût de l'effort, c'est aussi être à l'écoute de la nature, être sensibilisé à sa protection et pratiquer son sport dans le respect de la préservation du site.

Je félicite toute l'équipe des organisateurs, véritables passionnés de la course à pied, dont le professionnalisme et l'enthousiasme ont permis au "Trail des Eaux-Vives" de voir le jour.

Je vous adresse à tous mes encouragements sportifs.

Jean-Noël Guérini
Président du Conseil général
Sénateur des Bouches-du-Rhône

AVEC L'AIDE DE
Région



Provence-Alpes-Côte d'Azur



Bienvenue à la 3^{ème} édition du Trail des Eaux Vives

Cette année, c'est pour moi un vrai plaisir de souligner l'ouverture du trail aux enfants. Aux parcours des 30 km et 16 km, viennent en effet s'ajouter 3 mini parcours. On peut donc venir courir dans la nature en famille. Ainsi, se développe une manifestation supplémentaire dans la droite ligne du « sport pour tous » que la ville de Marseille soutient avec beaucoup d'énergie.

Cette épreuve disputée sur le magnifique site des « vallons sauvages du domaine de la Barasse » se veut un témoignage de respect de la nature, une leçon de civisme et de protection de l'environnement, un élan de solidarité en faveur d'une œuvre caritative.

Je tiens à remercier très chaleureusement tous les bénévoles, qui, par leurs actions permanentes dans le cadre du sport, continuent à mobiliser le maximum de gens autour de valeurs simples mais essentielles pour préserver notre qualité de vie.

Richard MIRON
Adjoint au Maire délégué au Sport
aux Equipements Sportifs
au Développement du Sport pour Tous
Conseiller Général
Canton de la Pointe Rouge



Avec le soutien de la Mairie de Secteur des 11 et 12^{ème} Arrondissement



UNE PART DE LA RECETTE SERA REVERSEE A L'ASSOCIATION ELA: ASSOCIATION EUROPEENNE CONTRE LES LEUCODYSTROPHIES

Les leucodystrophies, c'est quoi ?

Mot d'origine grecque : leukos (blanc), dys- (trouble), trophê (nourriture).

Le terme de leucodystrophie se rapporte à un groupe de maladies d'origine génétique affectant la myéline du système nerveux central. La myéline constitue la substance blanche du cerveau et de la moelle épinière. Elle enveloppe la fibre nerveuse à la manière d'un câble électrique : c'est elle qui permet la bonne conduction des messages nerveux. Dans les leucodystrophies, cette myéline peut avoir des problèmes pour se former ou pour se maintenir. Parfois, on remarque au contraire une hypermyélinisation. **En France, les leucodystrophies concernent cent soixante naissances par an (trois par semaine).**

REGLEMENT

-Art 1 : Organisateur : KM 42.195 MARSEILLE

-Art 2 : Trail en semi autosuffisance sur pistes, sentiers, rivières asséchées, passages sur crêtes et terrains accidentés comptant pour le Super Challenge et la Coupe de Montagne FSGT

2 Parcours Trails et une Randonnée pédestre sont proposés

Le parcours découverte Trail d'environ 16 km (D+/-1900m) ouvert à partir de la catégorie Junior

Le parcours « habitués » d'environ 31 km (D+/- env 3500m) ouvert à partir de la catégorie Espoir

Ils comportent des passages techniques où les coureurs devront faire preuve de prudence et respecter les consignes de sécurité

Le balisage sera effectué avec de la rubalise et des fléchages fluo sur carton.

Les coureurs ne sont pas autorisés à sortir du tracé balisé, ne marchez pas sur la flore.

Des contrôles de passage seront effectués sur le parcours.

- Art 3 : Dossards sur place à partir de 7h30 le jour de la course

et à l'avance chez « Marathonien Sport » 44 Rue Fiolle 13006 Marseille

(si dossards disponibles majoration de 2 euros le jour de la course)

-Art 4 : Tarifs : **20 euros pour le 30 km ,15 euros pour le 16 km , marche 10 euros, courses enfants gratuites.**

Chèque à l'ordre de : KM 42.195 MARSEILLE

1 euro sera reversé par coureurs à ELA : L'Association Européenne contre les Leucodystrophies

-Art 5 : **Départs :**

Trail : Samedi 8 Mai 2010 à 9h00 (en cas de mauvais temps les organisateurs se réservent le droit d'annuler ou modifier le ou les parcours. Temps limites : 3h pour le 16 km et 6h pour le 30 km.

Barrière horaire: Passage au Col Galvaudan (1er passage, Ravito 4) avant 14h 00 , les coureurs au-delà de cet horaire seront détournés directement vers l'arrivée après s'être fait ôter leurs dossards

Départ Randonnée pédestre (non chronométrée, pas de classement, un souvenir à chaque participant): 8h 30

Départ courses enfants (tous récompensés) : 9h15

-Art 6 : **Ravitaillements Trail:** 3 sur le 16 km et 5 sur le 30 km

Malgré ceux-ci le port d'une ceinture porte bidon ou d'un sac à dos type Camel Back est recommandé ainsi que le port d'une casquette. Les marcheurs sont priés de laisser priorité aux coureurs lors des ravitaillement en course.

- Art 7 : **Randonnée Pédestre des Eaux Vives (Non chronométrée, Pas de classement):** Départ 8h30

- Il est demandé aux marcheurs d'être pris en photos sur le lieu de la course et leurs divulgations dans la presse spécialisée régionale , nationale et sur le site www.km42195marseille.net .

-Présentation d'une licence de marche ou certificat médical autorisant la pratique sportive.

-Art 8 : **Course et marche propres.** Respecter la nature,

Tout concurrent surpris à jeter des déchets personnels à terre sera exclu immédiatement de l'épreuve.

-Art 9 : **Assurances Responsabilité Civile:** Les organisateurs sont couverts par une police d'assurance N°39165832 auprès de la compagnie Allianz IARD et déclinent toute responsabilité pour tout accident physique, psychique et/ou physiologique immédiat ou futur.

Individuelle Accident: Les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance de leur licence.

Les non licenciés doivent s'assurer personnellement et présenter un certificat datant de moins d'un an.

-Art 10: **Sécurité :** Elle est assurée par l'UNASS Provence Alpes (Union Nationale Sauveteurs Secouristes) , par de nombreux bénévoles et d'un médecin urgentiste de l'IMS (International Medical Support Organisation)

-Art 11 : **Résultats sur :** www.courirenfrance.com, et sur www.km42195marseille.net

-Art 12 : **Podiums :** à partir de 11h45 (produits de l'équipementier partenaire aux podiums, bons d'achat aux 3 premiers du Scratch des 2 parcours (H et F) et un cadeau commémoratif à tous les arrivants.

-Art 13 : Tout participant accepte d'être pris en photos sur le lieu de la course et leurs divulgations dans la presse spécialisée régionale , nationale et sur le site www.km42195marseille.net .

-Art 14 : Gardiennage des sacs vestiaires et par mesure d'hygiène les épingles ne seront pas fournies.

Parking possible sur le site du départ- arrivée.

-Art 15 : La participation à l'épreuve implique de faire preuve de fair play, de respecter les exigences du service d'ordre ainsi que l'acceptation du présent règlement sous peine de disqualification.

SECURITE-SECOURS-SANTE-

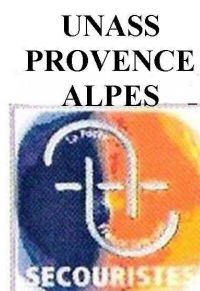
La sécurité des concurrents très importante sur ce parcours escarpé est assurée par:

- Des signaleurs appartenant au club **KM 42.195 Marseille**
- et ceux d'autres clubs amis habitués à ce genre d'épreuve .
- Les membres CCFF de la Penne / Huveaune
- Les membres de L'Association Communale Chasseurs Aubagne
- Les chasseurs de la société de chasse de La Barasse

Les secours seront assurés par:

-Les secouristes de l'**UNASS PROVENCE ALPES**

(Union Nationale Sauveteurs Secouristes Provence Alpes)



et



-Un médecin urgentiste de l'**IMS Organisation**

(International Medical Support Organisation) sur place pendant toute la manifestation

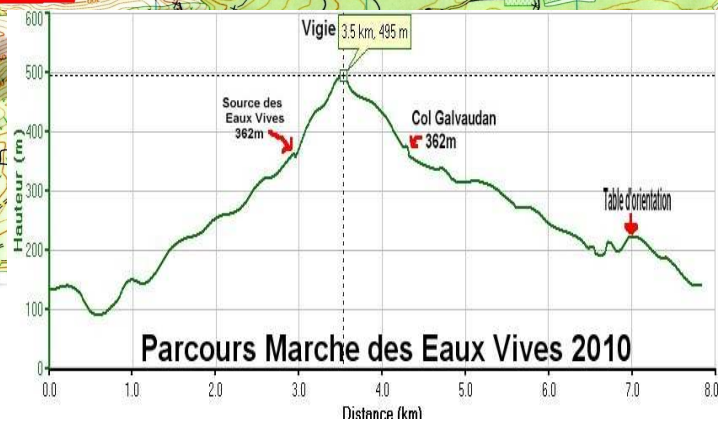
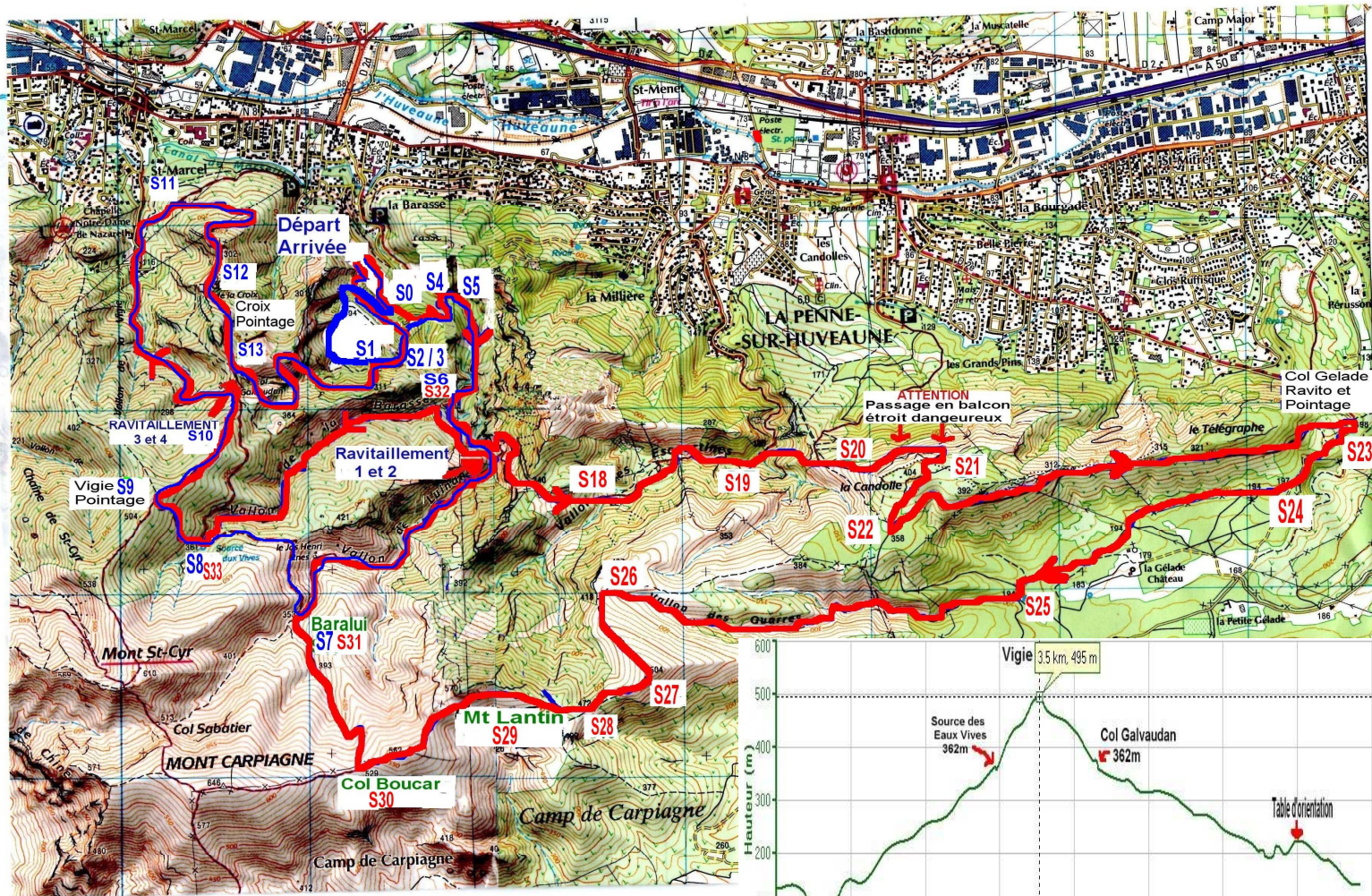
Le dernier concurrent de chaque parcours sera suivi par un coureur balai accompagné d'un secouriste qui fermeront la course.

Espace de soins (Podologie, Ostéopathie et Réflexologie plantaire)

A l'arrivée, pour votre bien être et votre confort un espace de soins sera tenu par:

- un podologue ,
- les élèves du Collège Ostéopathique de Provence
- un réflexologue (REFLEXO Antoine)

Profils –plans



ECOLOGIE - PROPRETE

1 COUREUR = 1 ARBRE

Une opération de reboisement est prévue en collaboration avec le Service de Gestion des Espaces Naturels Départementaux en novembre 2010.

La nature est belle respectons la , protégeons la et conservons la.

Soyons éco citoyens :

Pour respecter le plan Départemental des déchets, les indications directionnelles seront tracées sur des supports bois ou carton ou seront matérialisées à l'aide de ruralise .

En cas d'impossibilité des flèches tracées au sol seront effectués avec de la peinture biodégradable.

De la vaisselle bio sera utilisée

Des conteneurs de tri sélectifs seront installés sur le lieu de la course.



Tout concurrent ayant jeté un papier ou tout autre emballage se verra immédiatement exclu de l'épreuve.

Le nettoyage de l'aire d'arrivée sera effectué après le buffet de ravitaillement offert à tous .

Les coureurs "balais " qui accompagneront les derniers concurrents seront équipés de sacs poubelles pour récupérer les détritits au maximum de leurs possibilités.

Les organisateurs feront un tour de parcours après la fin du rassemblement ou le lendemain pour contrôler la propreté du site et le laisser dans son état initial.

REMERCIEMENTS A NOS PARTENAIRES



Complémentaire
par excellence



Tunnel Prado Carénage

"LE RACCOURCI"



DIMOTRANS Group

Global Transport Overseas Logistics



COACH.HARMONIE



Patricia CASTANET
Coach de Vie
04 91 76 59 23
coaching-pcastanet.fr



JARDINERIE
MARIUS FERRAT



Statistiques éditions précédentes

Années	2008			2009		
Sexes	H	F		H	F	
16km	190	69	259	206	100	306
26km	100	16	116	100	14	114
Total 1(sexes)	290	85		306	114	
Total 2(coureurs)	375			420		
Marche	Non organisée			60		
Participants	375			480		
Départements	15			20		

Une partie de la logistique nécessaire pour vous satisfaire

8 véhicules 4x4 pour le transport des bénévoles dans le massif et du matériel des différents ravitaillements,

1 camion de 20m³, un camion de 14m³, un camion frigo de 12 m³ pour assurer le transport de tout le matériel et la nourriture sur le site.

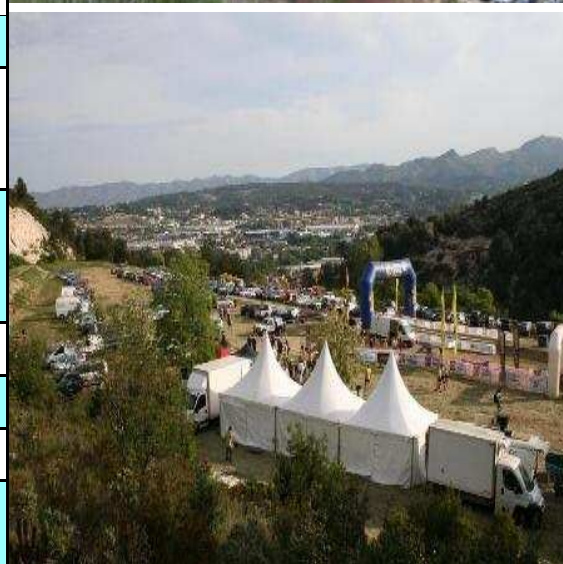
1 camion pizza ,2000 litres d'eau et de boisson rafraîchissantes.

120 kg de fruits et légumes, 20 kg de charcuteries.

250 baguettes de pain, 500 pains sportifs, 500 viennoiseries, etc....



Vainqueurs précédents		
	16 KM	26KM
2008	-	-
Garçons	Tisserand.1h03	Dirand .2h10
Filles	Dissler.1h15	Molle. 2h34
2009 (escaliers)	-	-
Garçons	Payet 1h07	Dirand 2h11
Filles	Moscatelli 1h24	Chu Quang.2h28
Dernier		
	16km	26km
2008	3h27	4h34
2009 (escaliers)	3h00	4h59



PROGRAMME DU TRAIL DES EAUX VIVES 2010

(Animation Kamel AMIRI)

- 7h30: Ouverture du stand inscriptions et remise des dossards
8h30: Départ de la marche
9h00: Départ du 30 et 16 km
9h15: Courses enfants
10h05 Arrivée du 1^{er} des 16km
11h15 Arrivée du 1^{er} des 30km
12h00 Arrivée des Personnalités
Remise des récompenses
Ouverture du buffet campagnard
12h00 Arrivée du dernier concurrent du 16
14h30 Arrivée du dernier concurrent du 30 km
14h30 Fin des récompenses

Photos

Les photos de l'événement seront disponibles gratuitement sur notre site Internet www.km42195marseille.net quelques jours après l'épreuve .




**KM 42.195
MARSEILLE**

KM 42.195 MARSEILLE
108 Bd Ste Marguerite
13009 Marseille
06.27.72.29.38
km42195marseille@gmail.com
www.km42195marseille.net

**Conception dossier de presse :
KM 42.195 MARSEILLE**