

## TRAIL SABLE ET FORET PATRICK FOUGERE

Trail organisé par l'Athlétique club St Palais. Épreuve en soutien à l'action du Téléthon.

Deux parcours sont proposés, 14km et 25km. Trails en autosuffisance, courus pour l'essentiel sur les sentiers et quelques monotraces de la forêt de la Coubre.

Le passage des crêtes, l'ascension de La Palombière nichée au sommet des dunes, le chemin des Combots-d'Ansoine, le détour par la plage de la Grande Côte pour le plaisir, avant de gravir de nouveau les dunes, font le succès et la renommée de cet événement. Chaque année, plus de 600 coureurs, amateurs et coureurs aguerris répondent présents au rendez-vous.

Attention : barrière horaire au km16 parking du Flandre: 11h. Les enfants ne sont pas oubliés. Une course Benjamins (2,2km) et une course Minimes (3,6km) auront lieu sur l'aire de départ/arrivée autour du Lac du parc Raymond Vignes.

Cette année encore, les deux épreuves compteront pour le Challenge Trail 17.

Départ à 9h: 25km - Départ à 9h30: 14.5km. Départ à 10h15: Benjamins: 2.2km - Minimes: 3.6km.

Réservation obligatoire jusqu'au 3 décembre 19h, nombre de places limité. Renseignements et inscriptions sur internet.

**Dimanche 4 décembre, 9h.**

**Lac du Parc, St Palais /Mer.**

**Contact, Résa: 06 45 50 24 25**

**Inscription: [acsaintpalaisurmer.com](http://acsaintpalaisurmer.com)**

