

7ème édition

TRAIL du MÂCONNAIS

DIMANCHE 12 OCTOBRE 2025

📍 AIRE DES 4 SAISONS
Mâcon - Loché

inscriptions
en ligne

YAKA EVENTS
ou
scannez-ici



📈 230M

9,5 KM

DÉPART 10H

📈 430M

15 KM

DÉPART 9H30

📈 700M

25 KM

DÉPART 8H30

organisé par



Ne pas jeter sur la voie publique

Les données recueillies via l'inscription sont utilisées uniquement pour l'organisation de l'événement, conformément au RGPD.

Intermarché

DECATHLON

MAÇON
L'ÉNERGIE POUR VOUS, AVEC VOUS !

les grands crus blancs
POUILLY VINZELLES - POUILLY LOCHÉ - POUILLY FUITE



DELARTE



CAISSE D'ÉPARGNE
Bourgogne Franche-Comté

ROADBOOK PARTICIPANTS

TRAIL DU MACONNAIS 2025

Les 1000 Pattes de MACON te remercient pour ton inscription, toute l'équipe du TDM est ravie de t'accueillir pour cette 7^{ème} édition du TRAIL DU MACONNAIS !

Voici dans ce Roadbook quelques détails te permettant d'organiser au mieux cette journée.



SOMMAIRE

- LIEU DE LA MANIFESTATION Page 3
- PARKING Page 3
- RETRAIT DOSSARD Page 3
- HORAIRES Page 3
- PARCOURS & BALISAGE..... Page 4
- SÉCURITÉ Page 6
- RAVITAILLEMENTS Page 6
- MATERIEL Page 7
- ARRIVÉE Page 7
- PODIUMS Page 7

Règlement de course consultable sur le site internet 1000 Pattes MACON

<https://millepattesmacon.fr/storage/2025/07/TDM-2025-REGLEMENT-2.pdf>



https://www.facebook.com/traildumaconnais?locale=fr_E

LIEU DE LA MANIFESTATION

Aire de loisirs des 4 saisons

Mâcon Loché

Chemin des Bruyères

71000 Mâcon

<https://maps.app.goo.gl/2Z3s6iBpqGVXaQDHA>

PARKING



IMPORTANT : Les places de parking sur site étant restreintes, le covoiturage est vivement conseillé.

IMPORTANT : Une brocante se déroulera à LOCHE le même jour que notre manifestation, anticipe ta venue.

Des parkings sont à disposition :

- Sur site : Aire de loisir des 4 saisons
- Le long de la route sans gêner la circulation

RETRAIT DOSSARD

Tu peux retirer ton dossard (puces de chronométrage intégrées) sur site (Aire des 4 saisons) le dimanche matin à partir de 7h30 et jusqu'à 30 min avant le départ des courses.

Merci de préparer ton numéro de dossard que tu recevras par mail ainsi qu'une pièce d'identité. Pour les dossiers incomplets, n'oublie pas ton PPS (Parcours Prévention Santé).

Attention, pense à prendre des épingles à nourrice (pas d'épingles, ni de consignes de sacs au retrait des dossards).

HORAIRES

Lieu de départ et d'arrivée sur le site Aire des 4 saisons.

Départ du 25km → 8h30

Barrière Horaire sur le parcours du 25km : le coureur dépassant 2h15 de course au deuxième ravitaillement (16.20 Km) devra remettre son dossard au poste de ravitaillement mais aura la possibilité de courir sous sa propre responsabilité

Départ du 15km → 9h30

Départ du 9.5 km → 10h00

PARCOURS & BALISAGE

Parcours GPX **25km** → <https://www.openrunner.com/route-details/20778968>

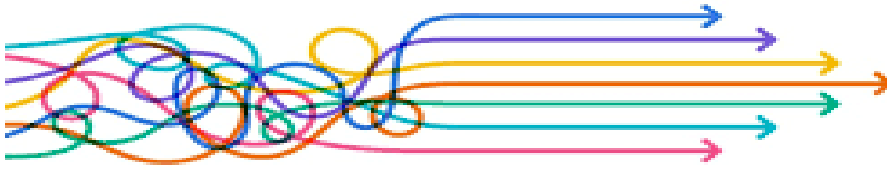


Parcours GPX **15km** → <https://www.openrunner.com/route-details/20425558>



Parcours GPX **9.5km** → <https://www.openrunner.com/route-details/21235215>





Le balisage sera matérialisé par de la rubalise bleue au couleur de Décathlon.



Tu trouveras également sur ton parcours des fanions de couleurs Jaune, Bleu et Rouge.



Les changements de direction seront indiqués par des panneaux jaunes.

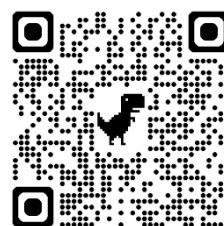


Sur la route, les fléchages et marquages au sol seront effectués avec de la bombe temporaire de couleur Jaune.

ATTENTION : En cas de force majeure, les organisateurs se réservent le droit de modifier les itinéraires.

Des WC seront à votre disposition sur le parcours à Chasselas pour les parcours 15km et 25km

- Pour le 15km au km 10.3
- Pour le 25km au km 20.1



SÉCURITÉ

Numéro à contacter en cas d'urgence : **06 15 31 78 46**

Afin de renforcer la sécurité et de retrouver plus facilement les personnes perdues ou blessées, nous utiliserons l'application X-tract. C'est un outil gratuit, fait par un traileur et secouriste. L'application envoie un SMS au numéro de la personne à localiser, un lien est à ouvrir dès réception qui permettra de géolocaliser le téléphone en question.

Vidéo explicative : <https://www.loom.com/share/07a79a1976844e0eac193422fa95bdff>



Sur les parties du parcours empruntant la voie publique, chaque participant doit obligatoirement se conformer au code de la route et sera seul responsable d'un éventuel manquement à cette règle. Vous n'êtes pas prioritaire et des signaleurs seront présents tout au long du parcours pour assurer votre sécurité.

ABANDON : Sauf blessure, un participant qui abandonne doit se rapprocher d'un signaleur et lui restituer son dossard.

RAVITAILLEMENTS

Sur le 9.5 km en autonomie

Sur le 15 km → 1 ravitaillement au 7.70km, solide et liquide

Sur le 25 km → 2 ravitaillements le premier au 7.70km, le second au 16.10km, les deux solides et liquides

Ravitaillement à l'arrivée pour l'ensemble des 3 courses.

Sur les ravitaillements course :

- Solide : Banane, Orange, Abricot sec, Chocolat, Tuc
- Liquide : Eau, Coca Cola, Sirop citron

ATTENTION : Il n'y aura pas de gobelet jetable sur les ravitaillements, Gobelet Personnel Obligatoire



MATERIEL

Les bâtons sont tolérés mais interdits sur le passage NATURA 2000 (Mont de Pouilly) pour les parcours 15km et 25km. Un affichage t'avertira de l'entrée dans cette zone.

Tu dois être équipé d'une réserve d'eau afin d'être en autonomie entre les ravitaillements. Chaque participant devra être équipé d'un téléphone et s'équipera en fonction de la météo (Casquette, veste imperméable, vêtements chauds, etc ...)

Merci de jeter tes déchets dans les poubelles prévues à chaque ravitaillement.

Aucun verre ne sera présent sur les différents ravitaillements, pense à prendre ton gobelet.

ARRIVÉE

Buvette sur place.

Tombola : Tirage au sort de 10 dossards

Il n'y aura pas de douche à l'arrivée.

PODIUMS

Les récompenses se feront vers 12h00 en fonction des arrivées.

Seront récompensés, les 3 premières femmes et les 3 premiers hommes au scratch de chaque course.



NOS BENEVOLES

Avec leur implication et leur bienveillance, les bénévoles sont l'un des piliers majeurs de notre événement.

Tout au long de ton parcours, nous comptons sur toi pour leur apporter un sourire ou un petit geste amical.

*Photo : Jean Noel CHARVET

