

BOUCLE 110KM • 6900m D+  
TRAVERSÉE 61KM • 4000m D+

3 - 4 JUILLET



# TRAIL VERBIER ST-BERNARD

## EDITION 2010

### RANDONNÉE ORGANISÉE DE LIDDES À LA CABANE DE MILLE

L'organisation vous propose une randonnée accompagnée et encadrée par des professionnels et amoureux de la montagne, pour vous immerger encore mieux dans le monde fascinant de notre région, tout en encourageant les coureurs.

Variante 1 Départ de Liddes à 10h pour voir le passage des premiers coureurs de la boucle vers 14h30. Montée à la cabane de Mille (+1120m, environ 3h de randonnée, ouvert à tous), sur le sentier des Eperviers, sentier didactique sur la faune et la flore de la région, avec explications et cueillette des plantes comestibles pour la soupe. Dîner en cabane, accueil et passage des premiers coureurs qui sont «en route» depuis 5h le matin... Retour sur Liddes vers 18h, par Le Cœur, sur le parcours du Trail face aux coureurs!

Variante 2 Départ de Liddes à 13h pour voir le passage des premiers coureurs de la Traversée vers 16h30 à la cabane de Mille. Nous montons ensemble sur le sentier des Eperviers, sentier didactique sur la faune et la flore de la région. Souper à la cabane de Mille, retour par Le Cœur avec les lampes frontales, encourageant les coureurs. Retour sur Liddes vers 21h30. (Possibilité de logement à la cabane de Mille, et retour le lendemain, individuelle, réservation obligatoire) Les deux randonnées sont encadrées par les Accompagnateurs en moyenne montagne de la région.

Encadrement gratuit, inscription à l'avance obligatoire à [organisation@trailvsb.com](mailto:organisation@trailvsb.com)

#### Ravitailer, encourager, animer...

Où?	Quand?	Comment?	Détails?
Verrier	5h	Véhicule	Parking Centre sportif, 10min à pied
Croix de cœur	6h - 7h15	Véhicule	Petit déjeuner à 2173m!
Sembrancher	7h30 - 12h	Véhicule	Animations garanties au cœur du vieux village
La Fouly	12h	Véhicule	Départ de la Traversée
Lacs de Fenêtre	11h - 19h30	Pied	Randonnée 2h depuis Les Ars, panorama exceptionnel sur le Mont Blanc et l'Aiguille d'Argentière. Ravitaillement - Spectato - Solidaire... à vous de prendre quelque chose pour les coureurs...
Col Fenêtre	11h10 - 20h30	Pied	Frontière entre la Suisse et l'Italie!
Col du Grand St-Bernard		Véhicule	Un lieu mythique, musée à visiter...
Bourg Saint-Pierre		Véhicule	Le passage clef de la course pour les coureurs, entre jour et nuit...
Cabane de Mille	14h30 - 5h30	Pied	2480m depuis Liddes +1120m, environ 3h de randonnée, possibilité de logement en cabane
Lourtier		Véhicule	Dernier village traversé. Ambiance garantie.

Le Trail Verbier Saint-Bernard, édition 2010: avec un itinéraire modifié par respect pour la nature et la faune de La Combe de L'A, le 1<sup>er</sup> trail suisse de plus de 100km s'internationalise avec un passage de 3km sur l'Italie et franchit le mythique Col du Grand St-Bernard. Le TVSB grandit aussi avec l'organisation d'un salon «outdoor» sur les sites de Verbier et la Fouly, salon sur lequel plus d'une quinzaine de partenaires et marques se présenteront. Une aubaine pour vous coureurs qui pourrez profiter des conseils avisés de professionnels!

2010 a vu la naissance de partenariats importants (Eco Trail de Paris, Patrouille des Glaciers). Le partage des expériences, les échanges de visibilité ou encore les interconnexions en terme de sécurité offrent des solutions d'avenir à l'organisation qui seront bénéfiques pour vous coureurs!

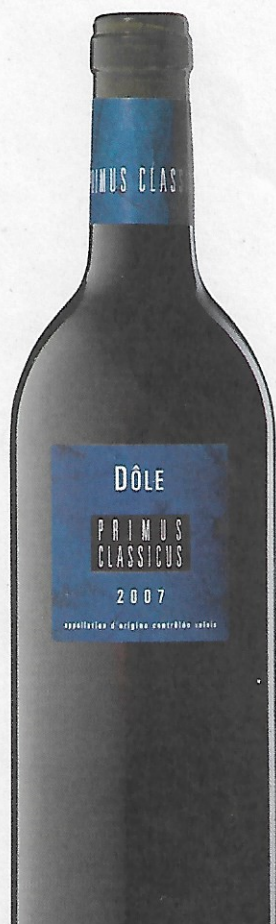
110km, 61km... 5 vallées, 8 communes traversées, 12 villages visités... 15 postes de contrôle ou ravitaillement, plus de 200 bénévoles et une ambiance exceptionnelle sur le parcours: le comité d'organisation se réjouit de la popularité régionale naissante du TVSB et remercie toutes les personnes qui œuvrent le long du parcours. Ne manquez pas à votre tour, coureurs, de saluer et remercier tous les bénévoles sans qui la course n'aurait pas pu se faire!

Sitôt l'édition 2009 terminée, le comité s'est retrouvé et s'est investi sans compter pour que votre séjour sur les sentiers de Verbier et du St-Bernard soit un souvenir indélébile, pour que l'envie de raconter votre aventure humaine soit transmise loin autour de vous dès les douleurs passées! Initiés ou débutants, vivez chaque kilomètre comme un moment de bonheur et une expérience personnelle riche. Lutte au bout de vos forces pour que, quel que soit votre résultat, la ligne d'arrivée soit franchie en vainqueur! Vous serez près de 1000 au départ représentants de 18 nationalités. Le comité du Trail Verbier Saint-Bernard et la région touristique se réjouissent de vous accueillir en Suisse, en Valais, en Entremont et vous dit un sincère: **MERCI!**



## SOMMAIRE

- 2 INITIATIVE DE LA COURSE
- 4 RETOUR SUR L'ÉDITION 2009
- 5 LES ORGANISATEURS
- 6 PROGRAMME DES JOURNÉES
- 8 TRAIL DÉCOUVERTE
- 9 LOGEMENT ET NAVETTES
- 11 INFORMATIONS COUREURS
- 13 DESCRIPTIONS, TABLEAUX ET CARTE DES PARCOURS
- 22 RECONNAÎTRE LE PARCOURS
- 25 PARTENARIAT PDG ET CATÉGORIE MILITARY
- 28 DESTINATION VERBIER SAINT-BERNARD
- 30 SPONSORS



Tout comme le Maître luthier Antonio Stradivarius, Primus Classicus et le StradivariQuartett partagent le goût de l'exception.

# TRANSPORTS EN COMMUN

L'organisation invite les coureurs à utiliser les transports en commun pour se rendre sur les départs de course ou rentrer vers les logements après la course. Les spectateurs pourront utiliser les transports prévus pour les coureurs mais la priorité sera donnée à ces derniers.

Il est indispensable pour les coureurs et spectateurs de réserver les billets soit à l'avance par mail à [organisation@trailvsb.com](mailto:organisation@trailvsb.com), soit au retrait des dossards à Verbier le vendredi 2 juillet ou à La Fouly le samedi 3 juillet.

## Rallier les départs

**Du Châble à Verbier le samedi 3 juillet à 03h45 à la Gare du Châble. (Navette gratuite)**

Nous recommandons toutes les personnes se rendant au départ le matin (soit en logeant au Châble, soit en venant de l'extérieur) d'utiliser les transports publics car les places de parking seront limitées à Verbier en raison de travaux importants sur les différents parkings.

**De Verbier à La Fouly le samedi 3 juillet, comme suit:**

Verbier (Ermitage) 10h00 – Châble/ Gare 10h20 – Orsières 10h30 – La Fouly 11h00. Les personnes qui se rendent par bus à La Fouly le matin même devront nécessairement retirer le dossard le vendredi.

## Après la course

De Verbier à La Fouly le samedi 3 juillet et dimanche 4 juillet, aux horaires suivants avec arrêt au Châble et à Orsières. Départ de Verbier à 20h30, 23h00, 01h30, 04h00, 06h30.

## Tarifs

CHF 10.- par personne. Ce tarif vaut pour le week-end.

**Tickets à réserver obligatoirement.**

## Navettes en station

L'organisation propose une navette en station qui conduira les coureurs de l'arrivée vers les douches et la salle de repos avec arrêt possible chez les physiothérapeutes. Un vrai confort en plus!

## Abandons coureurs

Tous les coureurs qui abandonnent peuvent être ramenés à Verbier pour récupérer leur sac coureur. Les horaires figurent sur le site [www.trailvsb.com](http://www.trailvsb.com) et à chaque poste de ravitaillement.

## ECO-TRAIL

Le trail est un défi sportif relevé en pleine nature au cours duquel les coureurs se dépassent tout en ayant le devoir de respecter les sentiers qu'ils jalonnent. Le Trail Verbier St-Bernard s'engage à faire le maximum pour assurer la promotion des pratiques et attitudes les plus responsables en terme de respect de l'environnement.

Le Trail Verbier Saint-Bernard souhaite donner la priorité aux axes suivants:

**La préservation des sentiers;**

**La gestions des déchets;**

**La mobilité douce (voir navettes p. 7).**

## Le Ravito-Spectato-Solidaire ou... RSS

Nouveau concept de ravitaillement sur le TVSB, le RSS se veut solidaire et permet aux spectateurs de devenir acteurs de la course. L'idée est simple: un site dédié (cette année, les lacs de Fenêtre) où il est possible de ravitailler un coureur en dehors des points officiels.

Si vous décidez de venir ravitailler votre protégé à cet endroit, vous vous engagez aussi à penser aux autres, ceux non pas contre lesquels, mais avec lesquels il court. Au lieu de prendre un saucisson, vous en prenez plusieurs...

L'organisation balisera l'emplacement dédié à cet effet, mais c'est uniquement les spectateurs qui fournissent vivres et boissons. Il y a fort à parier que ce sera le meilleur ravitaillement de la course!

Nous vous encourageons à suivre les principes de la présente charte:

### **Préserver les sentiers et ne pas participer à l'érosion:**

- Ne couper les sentiers sous aucun prétexte (n'emprunter aucun raccourci);

### **Respecter l'environnement, sa faune et sa flore:**

- Ne rien jeter par terre;
- Etre attentif aux indications sur les sites pour le tri des déchets (PET, papier, verre, non-compostable/recyclable);
- Utiliser les toilettes mises à disposition sur les sites de ravitaillement;
- Si les piles ne sont pas rechargeables, jeter ses piles usagées dans les containers prévus à cet effet aux points de ravitaillement.

### **Réduire ses déchets et son empreinte écologique:**

- Etre attentif à la question des déchets générés lors de ses achats d'avant-course;
- Veiller à un usage responsable des ressources (énergie, eau, etc.)

### **Jouer le jeu de la mobilité douce:**

- Utiliser les moyens de transport collectif mis à disposition des coureurs (navettes TMR)
- Adopter une conduite douce et souple si utilisation d'un véhicule personnel





950 KM DE DÉCOUVERTES



VERBIER St-Bernard transforme la randonnée en visite culturelle. Au cœur de la nature, ses chemins vous révèlent églises, coutumes et villages intemporels. Ils vous emmènent également à la rencontre de l'Hospice du Grand-St-Bernard, institution qui perpétue la tradition d'élevage de ces chiens légendaires. De quoi allier mouvement, culture... et souvenirs GRANDEUR NATURE!

verbier-st-bernard.ch

LA TZOUMAZ - VAL DE BAGNES



# TRAIL DÉCOUVERTE

4-14 ANS

Dimanche 4 juillet, place aux trailers en herbe! Un parcours en station et en forêt est proposé à tous les enfants de 4 à 14 ans. Le départ sera donné sous la grande arche du départ de La Boucle (place de l'Ermitage). Une première ascension mènera les enfants jusqu'à Médran puis à travers la forêt du parcours VITA avant de revenir par la rue de Médran fermée complètement à la circulation.



## Programme

- 8h00 - 10h00** Inscriptions sur place et retrait des dossards enfants
- 10h30 - 11h30** Départs échelonnés des différentes catégories
- 14h30** Remise des prix de toutes les catégories enfant et adultes.

Tous les enfants reçoivent un prix souvenir.

## Catégories

<b>Petit parcours</b>	
Poussins B	2005-2006
Poussins A	2003-2004
Ecoliers C	2001-2002
<b>Grand parcours</b>	
Ecoliers B	1999-2000
Ecoliers A	1996-1998

**Tarif**  
CHF 10.-

BOUCLE 110KM • 6900m D+  
TRAVERSÉE 61KM • 4000m D+

3 - 4 JUILLET



# TRAIL VERBIER ST-BERNARD

# EDITION 2010

## PARTENARIAT AVEC LA PATROUILLE DES GLACIERS CATEGORIE MILITARY

### Préambule

- Participation des équipes en civil
- Les participants ne peuvent pas obtenir de jours de service pour cette activité. Ils ne sont pas soldés et ne sont pas couverts par l'assurance militaire.
- Les coureurs de la catégorie MILITARY prennent part à cette course dans le cadre de leurs loisirs.
- Le Trail Verbier - St Bernard n'est pas une manifestation militaire et n'est pas soutenue financièrement ou logistiquement par l'armée suisse.

### Principe

Le Trail Verbier Saint-Bernard et la Patrouille des Glaciers s'unissent pour un partenariat. Pour cette seconde édition du TVSB, une catégorie MILITARY a été créée; concourent dans cette catégorie MILITARY des patrouilles militaires de trois personnes. Cette catégorie est ouverte aux patrouilles suisses ou étrangères. Il est possible pour les coureurs déjà inscrits en individuel de modifier leur inscription et de s'inscrire à trois coureurs en patrouille, transmettre un e-mail à [organisation@trailvsb.com](mailto:organisation@trailvsb.com).

### Règlement

Les coureurs de la catégorie MILITARY sont soumis aux mêmes règles que les individuels.

Les catégories de la patrouille militaire sont les suivantes et le classement est réalisé sur cette base:

- Militaires féminines: toutes les catégories d'âges.
- Militaires I: total des âges des 3 patrouilleurs inférieur ou égal à 102 ans.
- Militaires II: total des âges des 3 patrouilleurs de 103 à 132 ans (y compris).
- Militaires III: total des âges des 3 patrouilleurs est supérieur ou égal à 133 ans.

Aucun matériel particulier n'est requis pour la catégorie MILITARY. Les patrouilles militaires doivent passer les points de contrôle à 3. Si un des patrouilleurs abandonne, il est possible de finir la course à deux ou seul mais sans être classé. Tout abandon est à signaler à un point de contrôle.

Peuvent courir en catégorie MILITARY et sont donc couverts par l'assurance militaire tous les participants appartenant ou ayant appartenu à l'Armée suisse (au minimum 1 jour de service militaire), quel que soit leur âge.

Le concurrent qui a effectué son recrutement après le 01.01.2004 peut courir en catégorie MILITARY.

