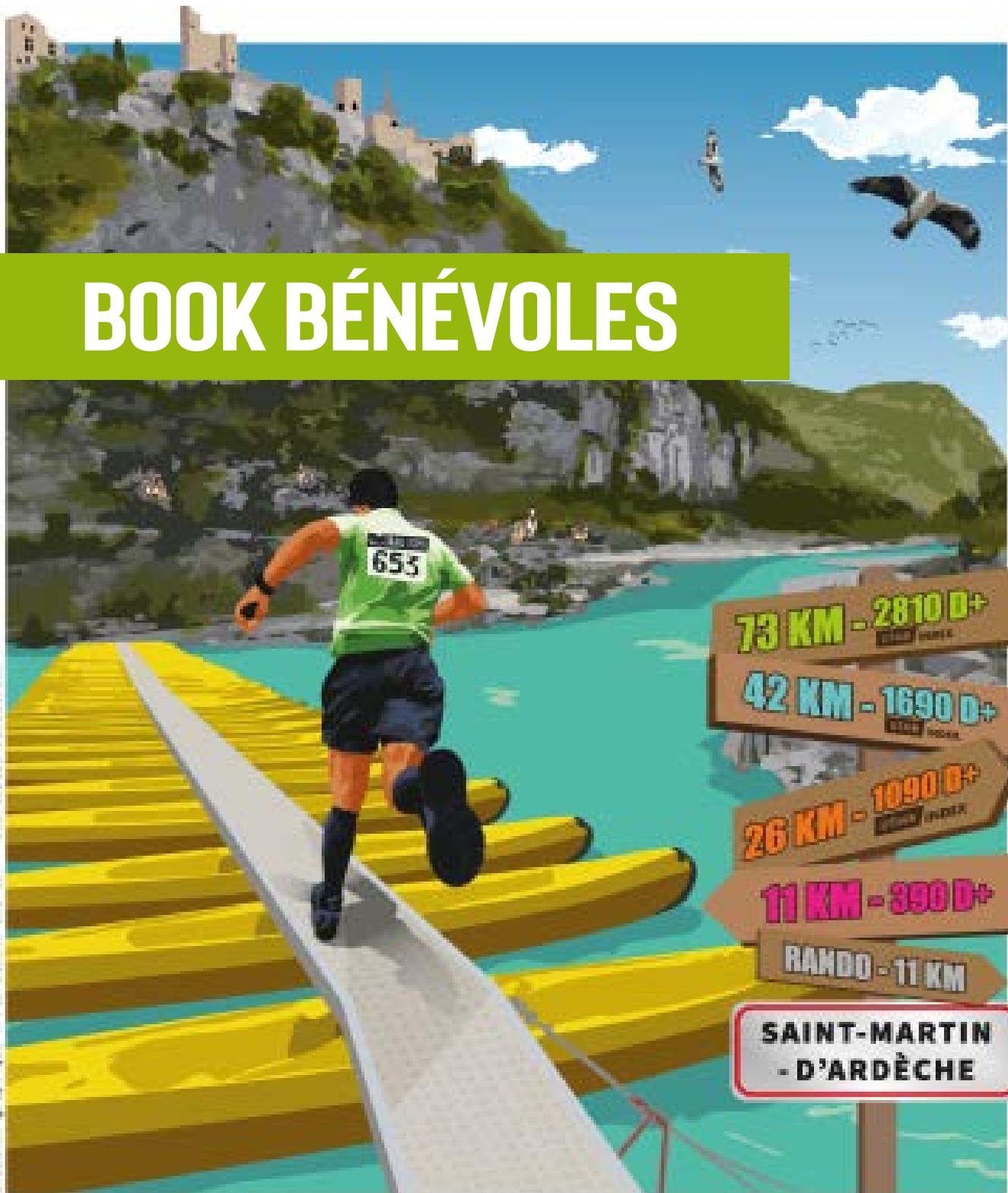


# BOOK BÉNÉVOLES

création graphique : PLo Studio and Co. - www.plostudio.com



**TRAIL** des **GORGES** de l'**ARDÈCHE** } **31 MAI 2025**  
Randonnée le 1<sup>er</sup> juin 2025  
INFOS & INSCRIPTIONS : [www.trailgorgesardeche.fr](http://www.trailgorgesardeche.fr)

ASSOCIATION COURSE ET NATURE GORGES ET ARDÈCHE (CNGA) - SAINT-MARTIN D'ARDÈCHE - 19<sup>e</sup> ÉDITION



# LE TRAIL DES GORGES

## DE L'ARDÈCHE

La première édition du **Trail des Gorges de l'Ardèche** a eu lieu en 2007, portée par Yves SAUTAI, coureur de trail et amoureux de la nature.

Depuis le village de Saint-Martin d'Ardèche, les quelques **1000 coureurs** qui prennent chaque année le départ de notre Trail arpentent les paysages de la Réserve Naturelle des Gorges de l'Ardèche, traversent la magnifique Grotte de Saint-Marcel d'Ardèche. Ils ont également le plaisir de traverser entre autres villages, celui d'Aiguèze premier "Plus beaux villages de France" labellisé dans le Gard.

Chaque année ce sont près de **120 bénévoles** qui s'activent pour faire de cet événement sportif, un moment inoubliable.



Les épreuves proposées sont les suivantes :

### SAMEDI 31 MAI 2025 :

L'Ultra des Gorges	73km	2840D+
La Traversée	42km	1660D+
Les Balcons	26km	1090D+
La Découverte	11km	380D+

### DIMANCHE 1ER MAI 2025 :

Une rando-trail	itinéraire pédestre reprenant une partie du parcours Trail La Découverte 11km
-----------------	---

### ETRE BÉNÉVOLE POUR LE TRAIL DES GORGES DE L'ARDÈCHE C'EST :

- rejoindre une équipe sympa dans une ambiance festive
- la fierté de participer à l'organisation d'un événement sportif de renom
- le plaisir de faire connaissance durant la journée des bénévoles qui est organisée en avril chaque année
- participer au repas des bénévoles le samedi soir 31 mai (après l'effort, le réconfort !)
- participer gratuitement à la randonnée du dimanche 1er juin
- et recevoir des petits cadeaux rien que pour vous (t-shirt, casquette et d'autres petits goddies en fonction des années et des sponsors)

### LES RÈGLES DU BÉNÉVOLE

(à se rappeler ci-besoin pour passer un Trail heureux !)

**Règle n°1** - Nous sommes tous bénévoles, nous faisons tous de notre mieux

**Règle n°2** - Le respect dans les gestes et les paroles est de mise entre tous les bénévoles, quelque-soit leur rôle dans l'organisation du Trail

**Règle n°3** - Le respect dans les gestes et les paroles est de mise avec tous les coureurs

**Règle n°4** - Le respect des consignes de sécurité et directives fournies par votre bénévole référent est indispensable

**Règle n°5** - Tu peux venir sur ton poste de bénévole accompagné de ta famille : le repas et le pack bénévole sont fournis uniquement aux bénévoles ayant un poste attribué

**Règle n°6** - Bonne nouvelle, tu peux venir au repas du samedi soir avec ta famille !

**Règle n°7** - Tout comme les coureurs, nous ne jetons pas nos déchets dans la nature

**Règle n°8** - La journée peut être longue, pour ton confort, une chaise, un parasol peuvent être utiles et appréciés pendant la journée !

# C'EST QUOI LE PROGRAMME ?

## VENDREDI 23 MAI

### 18H30 - BRIEFING DES BÉNÉVOLES

Cour de la cantine - St-Martin-d'Ardèche

## MERCREDI 28 MAI

### ☑ JOURNÉE MONTAGE DES BARNUMS

## MERCREDI 28 MAI ET JEUDI 29 MAI

### ☑ BALISAGE DES PARCOURS

### ☑ SIGNALÉTIQUE ROUTE, PARKINGS, VILLAGE

## VENDREDI 30 MAI

### ☑ MATINÉE - MONTAGE DU PONT DE CANOËS

### ☑ MATINÉE - RÉPARATIFS SUR LE QUAI DES BATELIERS

Installation du stand inscriptions - Installation des informations coureurs (panneaux...),  
Affichages sponsors- Montage du podium

### ☑ JOURNÉE - RÉCUPÉRATION DES RAVITAILLEMENTS

A récupérer au 200 chemin de Vachère à Saint-Just-d'Ardèche.

Prise de contact individuelle avec chaque équipe chargée du ravitaillement.

### ☑ MATINÉE - PRÉPARATION DES PACKS BÉNÉVOLES

### ☑ 15H/20H - INSCRIPTIONS ET RETRAIT DES DOSSARDS

### ☑ 15H/20H - RETRAIT DU PACK BENEVOLE

## SAMEDI 31 MAI

### ☑ A PARTIR DE 6H - RETRAIT DU PACK BENEVOLE

### ☑ 6H/8H30 - RETRAIT DES DOSSARDS ET INSCRIPTIONS

### ☑ PRISE POSTE DES SIGNALEURS ET AUTRES POSTES BÉNÉVOLES

A partir de 4h pour le 73km.

A partir de 6h30 pour les autres postes.

ATTENTION = chaque bénévole sera informé personnellement de son poste et de ses heures de présence.

### ☑ DÉPARTS

4h00 - L'Ultra des Gorges 73km

6h45 - La Traversée 42km

7h30 - Les Balcons 26km

9h00 - La Découverte 11km

### ☑ PODIUMS ECHELONNÉS DURANT TOUTE LA JOURNÉE

Quai des Bateliers

### ☑ REPAS DES BÉNÉVOLES

A 19h30 - Après l'effort, le réconfort, se retrouver autour d'un verre et d'un bon repas pour partager notre expérience de la journée. Au Camping Huttopia - Apportez vos couverts, verres et assiettes.

## LUNDI 1er JUIN

### ☑ RANDONNÉE

### AU PROFIT DE L'ASSOCIATION BOUGEZ POUR ELLES

Départ libre entre 8h30 et 10h. Randonnée gratuite pour les bénévoles.

### ☑ TOUTE LA JOURNÉE - DÉMONTAGE, RANGEMENT ET DÉBALISAGE

## CONSIGNES DE SÉCURITÉ

☑ Informer le PC Courses de tout événement au cours de la course (problèmes de balisage ou techniques, concurrents égarés, perdus). Il vous orientera alors vers le responsable de secteur à appeler pour intervention.

☑ En cas de blessure bénigne ou grave, appeler le Secours médical qui alertera et coordonnera les secours adaptés. Pour une urgence vitale : appeler le SAMU.

☑ Pour les abandons, récupérer les N° de dossards, les regrouper et prévenir le PC Courses pour organiser leur rapatriement.

☑ Ne pas quitter son poste avant le passage du dernier serre-file (plusieurs serre-files pouvant passer devant un même poste). OK donné par le responsable secteur.

**IMPORTANT : Tu dois toujours avoir avec toi un téléphone portable chargé.**

**Afin de gagner de précieuses minutes en cas de besoin, nous vous invitons dores et déjà à enregistrer les numéros suivant sur votre portable :**

**Tél Parcours Vincent : 06 86 14 26 97**

**Tél PC Course Jean-Luc : 06 49 72 20 67**

**Tél Secours médical Pédro : 06 86 93 68 01**

**Urgence vitale SAMU : 15 ou 112**

**Tél Président - Jean-Luc FEUNTEUN : 06 49 72 20 67**

# PARTENAIRES



[www.renovat.net](http://www.renovat.net) T4L 04 66 39 23 66



**M** maison de la lavande  
SAINT REMÈZE - ARDÈCHE - FRANCE  
[lamaisondelalavande.com](http://lamaisondelalavande.com)



St-Julien de Peyrolas  
[www.accroche-aventure.com](http://www.accroche-aventure.com)



BOURG SAINT ANDEOL  
9 Place Frédéric Mistral  
Tel : 04 75 98 08 71

SAINT JUST D'ARDECHE  
6 Place du Barry  
Tel : 04 75 98 08 72



HUTTOPIA

AU FIL DE SOI

