



## 6<sup>ème</sup> TRAIL DES CABANES

### samedi 23 SEPTEMBRE 2023

---

#### INFORMATIONS

---

Ce marathon alpin d'environ 42,2 km pour 3550 m de dénivelé positif et négatif a été mis sur pied pour tous ceux qui souhaitent se lancer un nouveau défi.

Après avoir effectué le parcours original de Fully-Sorniot, vous partirez en direction du Portail de Fully, puis passerez par la Cabane de Scex-Carro et arriverez à la Cabane du Demècre, propriété du club organisateur Les Trotteurs.

Après une descente en direction du Grand Lac de Sorniot, vous partirez vers le point culminant de la course, le Col du Fénestral, jouxtant la cabane éponyme.

L'étape suivante consiste à rejoindre le Gîte de la Lui d'Août après être monté au Grand Château.

Votre prochain objectif sera de rejoindre Chiboz d'en Bas, en passant par Chiboz d'en Haut et le Moulin.

Vous remonterez aux Larzettes puis descendrez sur Planuit. Après quelques mètres de descente sur le parcours du kilomètre vertical, vous prendrez la direction de Tassonières pour finir par une traversée du vignoble et passerez enfin la ligne d'arrivée dans notre beau village de Fully.

Ce parcours exigeant, avec un profil très varié, traversant des paysages changeants, passant par 5 cabanes et 3 communes, saura sans aucun doute vous enchanter.

- **samedi 23.09.2023**
- Départs de Fully à 5h00 ou 7h00
- Prix : **Fr. 70.-**

---

## ORGANISATION

---

Club « Les Trotteurs » de Fully, par le comité Fully-Sorniot

### Catégories Trail des Cabanes 2023 :

| Catégories                             | Parcours          | Départ       | Prix **  |
|----------------------------------------|-------------------|--------------|----------|
| <b>Elite homme 2005 – 1984</b>         | Trail des Cabanes | 5h00 ou 7h00 | Fr. 70.- |
| <b>Elite femme 2005 – 1984</b>         | Trail des Cabanes | 5h00 ou 7h00 | Fr. 70.- |
| <b>Vétéran I homme 1983 – 1974</b>     | Trail des Cabanes | 5h00 ou 7h00 | Fr. 70.- |
| <b>Vétéran I femme 1983 – 1974</b>     | Trail des Cabanes | 5h00 ou 7h00 | Fr. 70.- |
| <b>Vétéran II homme 1973 – 1964</b>    | Trail des Cabanes | 5h00 ou 7h00 | Fr. 70.- |
| <b>Vétéran II femme 1973 – 1964</b>    | Trail des Cabanes | 5h00 ou 7h00 | Fr. 70.- |
| <b>Vétéran III homme 1963 et avant</b> | Trail des Cabanes | 5h00 ou 7h00 | Fr. 70.- |
| <b>Vétéran III femme 1963 et avant</b> | Trail des Cabanes | 5h00 ou 7h00 | Fr. 70.- |

*\*Les participants s'inscrivent en respectant les contraintes des années de naissance, sous peine de disqualification\**

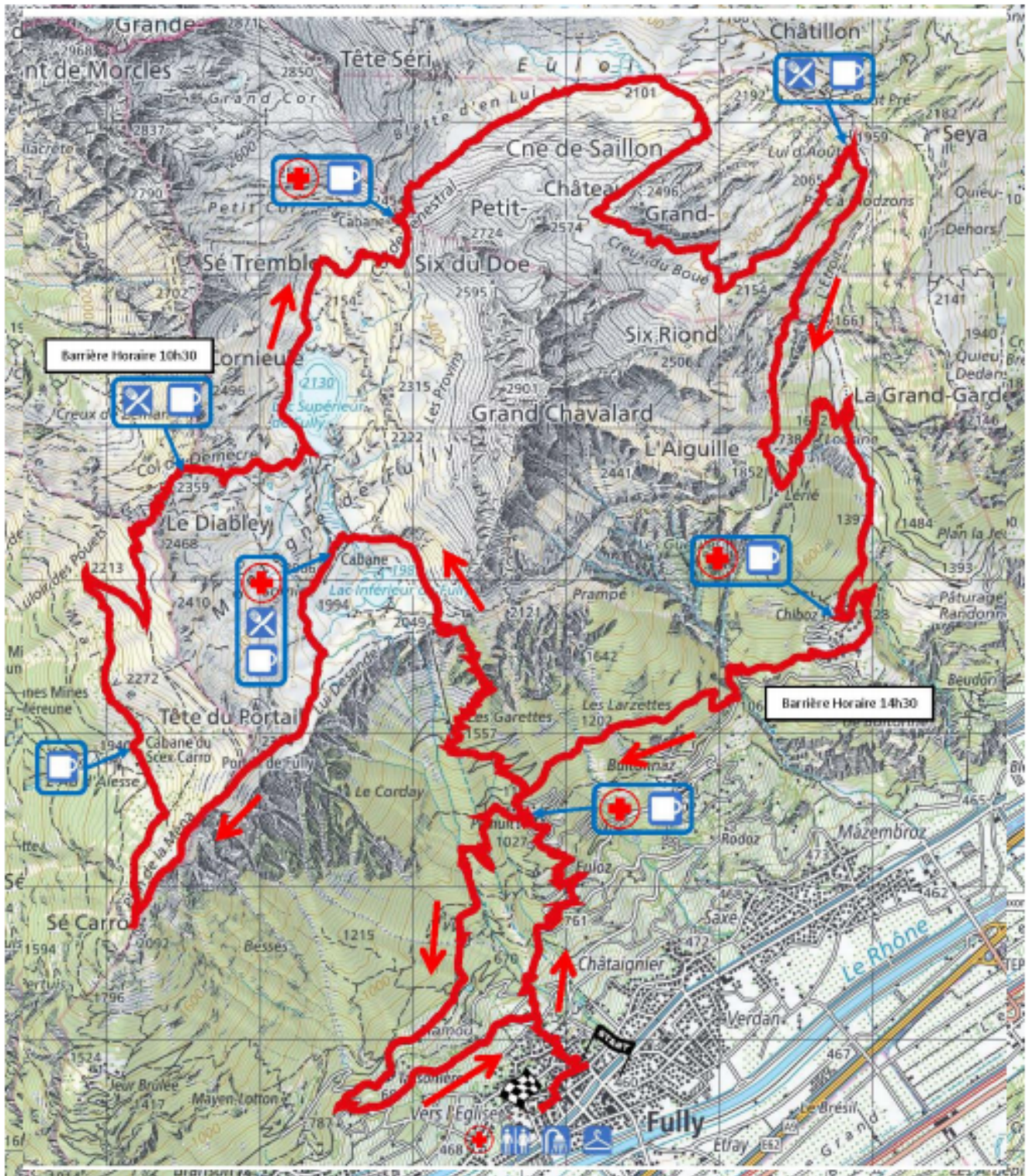
**\*\* Majoration de prix de Fr. 10.- pour les inscriptions sur place.**

Tous les départs sont donnés devant le Restaurant de Fully.

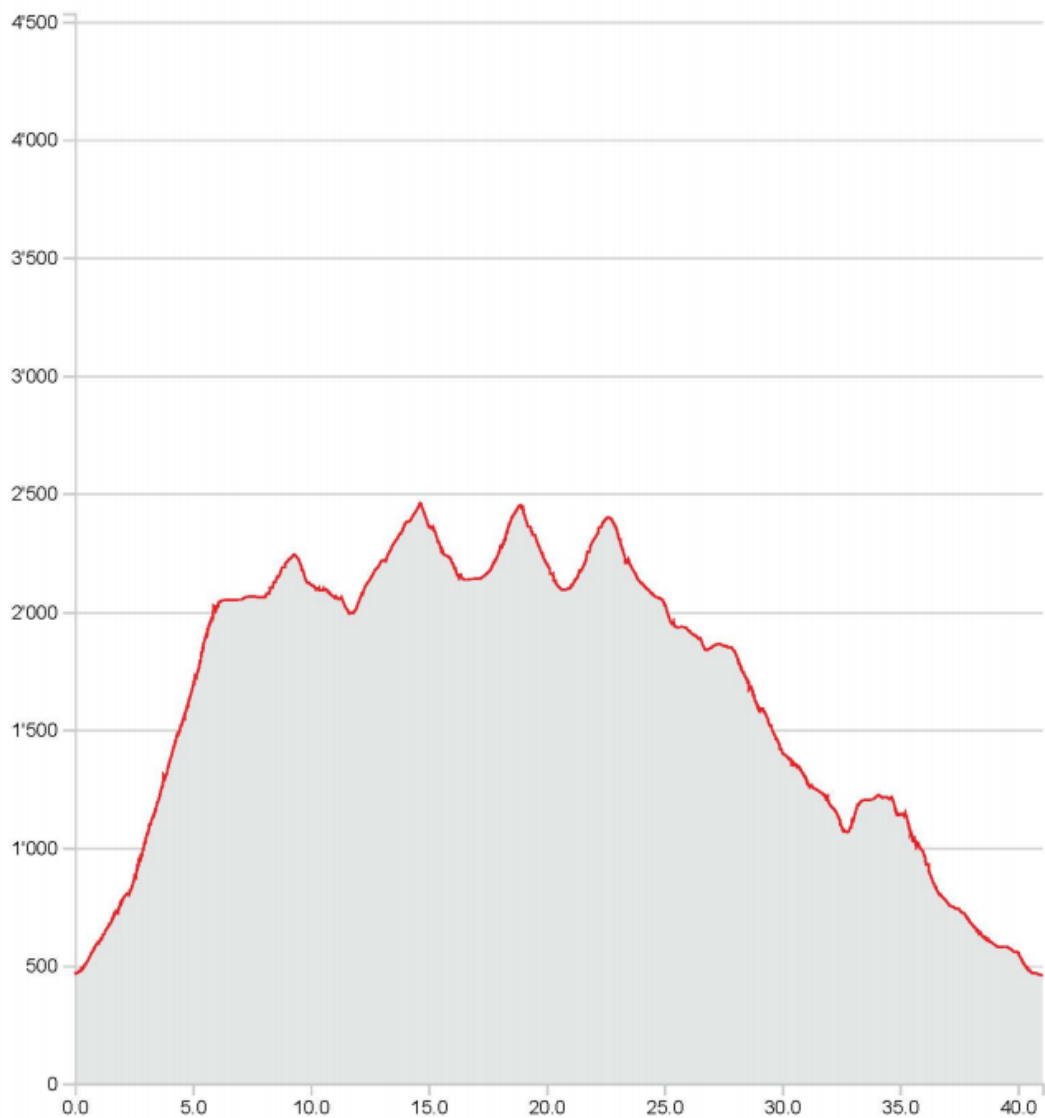
## PARCOURS

Ci-dessous vous trouvez le tracé du Trail des Cabanes

Celui-ci fait 42,2Km pour 3550 m de dénivelé positif et négatif.



## Trail des Cabanes



|             |         |               |                |
|-------------|---------|---------------|----------------|
| Longueur    | 42,2 km | Alt.min/max   | 460 m / 2449 m |
| Mont./Desc. | 3550 m  | à pied en été | 21 36 min      |

- **Barrière horaire :**

- à 10h30 à la Cabane du Demècre
- à 14h30 à Chiboz d'en bas

- **Ravitaillements :**

- Cabane de Sorniot
- Cabane du Scex-Carro
- Cabane du Demècre
- Cabane du Fénestral
- Gîte de la Lui d'août
- Chiboz
- Planuit

---

## INSCRIPTIONS

---

L'inscription se fait en ligne jusqu'au **MERCREDI SOIR 20.09.2023 à 23h59** sur [www.fullysorniot.ch](http://www.fullysorniot.ch) (inscriptions ouvertes dès le mercredi 15 mars). Il est également possible de s'inscrire sur place (salle de gymnastique de Charnot) le vendredi de 18h00 à 20h00 ou le samedi matin dès 4h15 et jusqu'à 4h45 pour le départ de 5h00 et 6h45 pour le départ de 7h00. Les inscriptions sur place sont majorées de Fr. 10.-.

---

## DOSSARDS

---

Les dossards sont à retirer à la salle de gymnastique de Charnot le vendredi de 18h00 à 20h00 ou le samedi matin dès 4h15 et jusqu'à 4h45 pour le départ de 5h00 et 6h45 pour le départ de 7h00.

---

## EQUIPEMENT, ABANDON, CONTROLE, RAVITAILLEMENT, SECURITE, BARRIERES HORAIRE, ASSURANCE

---

Pour toutes les informations concernant les points ci-dessus, veuillez consulter le **règlement de la course**.

---

## APRES - COURSE

---

Des douches et vestiaires (séparés hommes / femmes) sont à votre disposition à la salle de gymnastique de Charnot.

Pour vous restaurer : dès 12h00 à la salle de gymnastique de Charnot.

Les concurrents peuvent retirer leur prix souvenir durant l'après-midi en échange de leur dossard !

**La remise des résultats a lieu à 15h00** à la salle de gymnastique de Charnot pour toutes les courses. La catégorie « Populaires » est classée par ordre alphabétique ainsi que le Défi de Septembre. Tous les résultats seront mis en ligne les jours suivants sur [www.fullysorniot.ch](http://www.fullysorniot.ch)

---

## ACCES

---

- En bus depuis Martigny ou Sion jusqu'à l'arrêt «Stade de Charnot». Les horaires sont sur le site des CFF.
- En voiture depuis les sorties de l'autoroute A9 de «Fully-Saxon» ou «Martigny-Fully» puis suivre la route cantonale de Fully jusqu'au stade de Charnot.

Possibilité de parquer dans la cour de l'école de Charnot (devant la salle de gym où a lieu la prise des dossards et les résultats) ou dans le parking du Cycle d'orientation.

---

## LOGEMENT

---

Prière de se renseigner :

- à l'office du tourisme de Fully au +41 27 746 20 80 ou sur le site de Fully Tourisme