

# **VERTICAL TRANSVANOISE 2016**

## **BRIEFING DES COUREURS**

### **SAMEDI 2 AVRIL 2016**

# PRESENTATION DU PARC NATIONAL DE LA VANOISE



Parc national  
de la Vanoise



# 10 parcs nationaux français

## Le premier créé en France en 1963

29 communes :

Le PNV comprend une aire optimale d'adhésion, une aire d'adhésion et une zone cœur (espace protégé, possédant une réglementation particulière).



## FAUNE :

1900 bouquetins, 3700 chamois, 125 espèces d'oiseaux nicheurs  
(dont vingt-huit couples d'aigle royal et cinq couples de gypaète barbu)



## Flore



© Parc national de la Vanoise - M. ELEU - M. DUB



© Parc national de la Vanoise - M. ELEU - M. DUB

**1700 espèces floristiques  
dont 100 sont protégées**

# •La TransVanoise évolue dans le cœur du Parc national.



**Une grande partie de l'itinéraire se trouve dans le cœur du Parc, qui comporte une réglementation particulière. La pratique sportive est réglementée.**



**La TransVanoise fait partie des 9 compétitions sportives autorisées dans le cœur du Parc.**

**Elle doit respecter :**

- les engagements sur le plan environnemental (itinéraires, règlement de la course, nombre de participants, balisage...)**
- les arrêtés ministériels et les arrêtés du directeur.**





## Les prescriptions de l'autorisation du directeur du Parc national de la Vanoise

### **Respect de l'environnement :**

- **Déchets : tubes, papiers, matériel...**
- **Respect de l'itinéraire.**
- **Respect de la tranquillité des lieux.**
- **Surveillance des gardes-moniteurs sur l'itinéraire.**



© Parc national de la Vanoise – Christian Boisse



# Bonne course



# CHARTRE DE L'ECO-PARTICIPANT



En 2015, lauréate du Trophée  
Manifestation Sportive de Nature et  
Développement Durable, attribué par la  
Direction Départementale de la Cohésion  
Sociale et Développement Durable de Savoie

En 2016 ...



## Label Manifestation Sportive de Nature et Développement Durable

Le label « Manifestation Sportive de Nature et Développement Durable » est attribué à :

Nom de la Manifestation : Vertical TransVanoise 2016

Dates : Du 02 avril 2016 au 03 avril 2016

Lieu : Pralognan la Vanoise

Nom de la structure organisatrice : CAF Vanoise

Adresse : email, postale :

Ce label atteste de l'engagement de CAF Vanoise à mettre en œuvre des actions respectueuses des valeurs et des principes du « Développement Durable », avec le double objectif de préserver le patrimoine naturel, social, économique local et de sensibiliser le plus grand nombre.

pour le Préfet de la Savoie,  
Le Directeur Départemental de la Cohésion Sociale  
et de la Protection des Populations

L'organisateur

Le Président du  
Comité Départemental  
Olympique et Sportif

# MERCI DE RESPECTER LA CHARTE DE L'ECO-PARTICIPANT

## **En adoptant un comportement « écoresponsable », notamment :**

- Respect de l'itinéraire : espace partagé et protégé, zone de repli hivernal de la faune.
- Gestion et réduction des déchets : pas de déchet sur la parcours, zones de tri dans l'aire d'arrivée et au repas, utilisation de vaisselle réutilisable.
- Respect, solidarité et entraide avec les autres concurrents et bénévoles, et toutes personnes que je fréquente durant l'épreuve.
- Respect du règlement et des valeurs sportives.

## **Quelques actions de notre organisation, notamment :**

- Repas composé à base de produits locaux, acheté chez les commerçants de Pralognan et de la vallée.
- Réduction des emballages.
- Affiches et flyers imprimés chez une entreprise labélisée « Imprim'Vert » = diminution des impacts de l'activité de l'Imprimerie sur l'environnement.

# PRESENTATION DE LA COURSE

## REGROUPEMENT TV / TD

## PREMIER TROPHEE DES BOUQUETINS

Les comités d'organisations de la VERTICAL TRANSVANOISE et du TOUR DU GRAND PARADIS s'associent dans l'esprit de consolider et renforcer les rapports d'amitié qui lient à la fois les communes de Pralognan-la-Vanoise et de Valsavarenche, ainsi que les Parcs Nationaux de la Vanoise et du Grand Paradis.

Partage de valeurs communes : protection des bouquetins, sauvegarde et protection de l'environnement :



VERTICAL TRANSVANOISE - 3 avril 2016



TOUR DU GRAND PARADIS - TROPHEE RENATO CHABOD - 17 avril 2016

L'unique course en Italie à se dérouler entièrement dans un parc national, le Parc National du Grand Paradis. Le parcours rejoint le sommet du Grand Paradis (4 061 m) et passe aux pieds d'autres sommets de plus de 3 500 m : Ciarforon (3 642 m), Becca di Monciair (3 545 m). Le Tour du Grand Paradis a une périodicité biennale.

Infos techniques : distance = 22km | dénivelé = 2460m | course en duo.



## PREMIER TROPHEE DES BOUQUETINS

### CONDITION DE PARTICIPATION :

- Participer à la TransVanoise (parcours A) et au Tour du Grand Paradis ;
- 3 wild-cards attribuées dimanche lors de la remise des prix.

### CLASSEMENT :

Classement individuel avec cumul des points obtenus sur chaque course. Distribution des points : 1<sup>er</sup> : 200 points / 2<sup>e</sup> : 185 points / 3<sup>e</sup> : 172 / etc.

# VERTICAL TRANSVANOISE 2016 – PARCOURS DE REPLI

## TransVanoise et Trophée des Dômes :

Dénivelée positive : 2 230 m

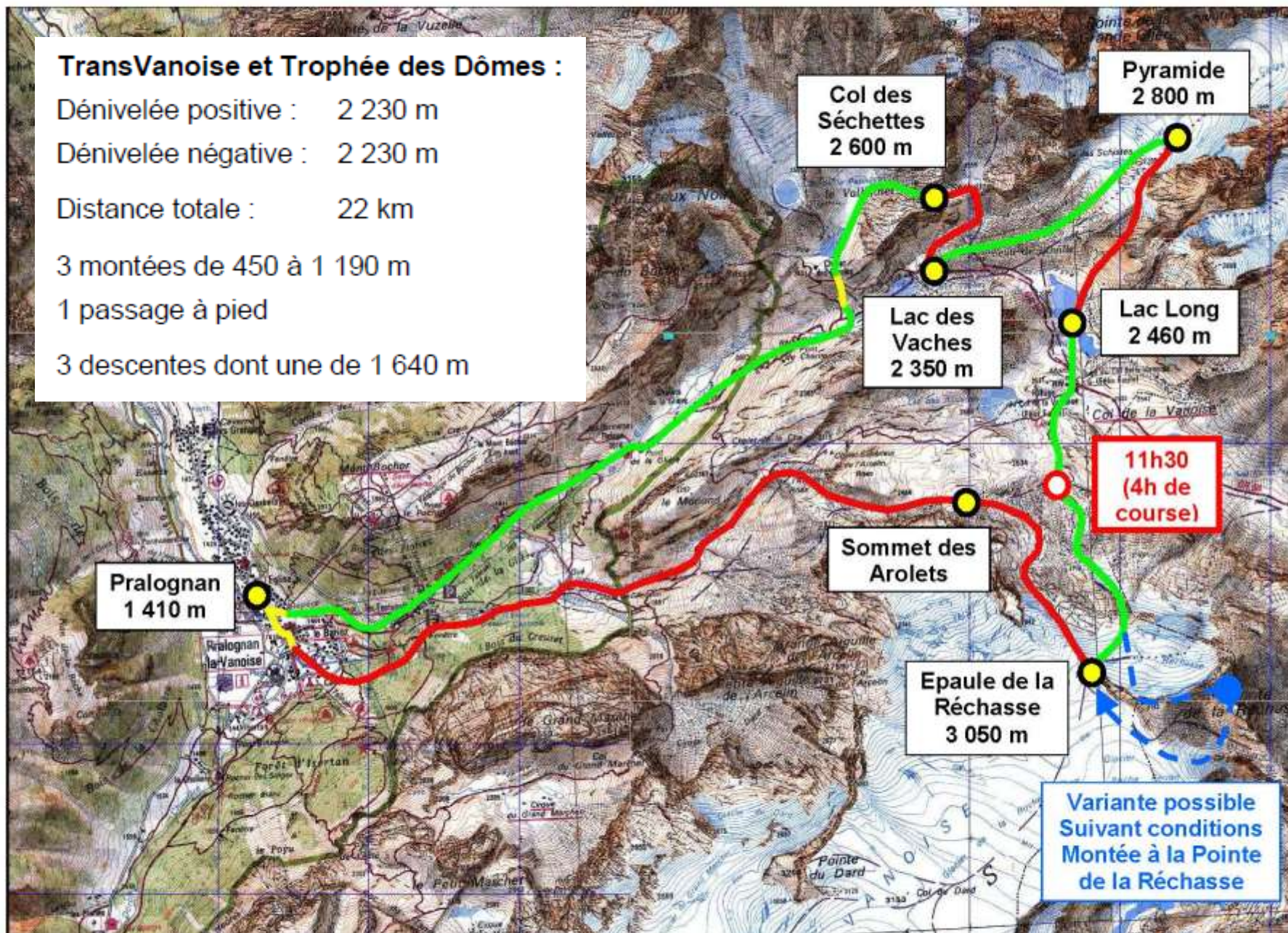
Dénivelée négative : 2 230 m

Distance totale : 22 km

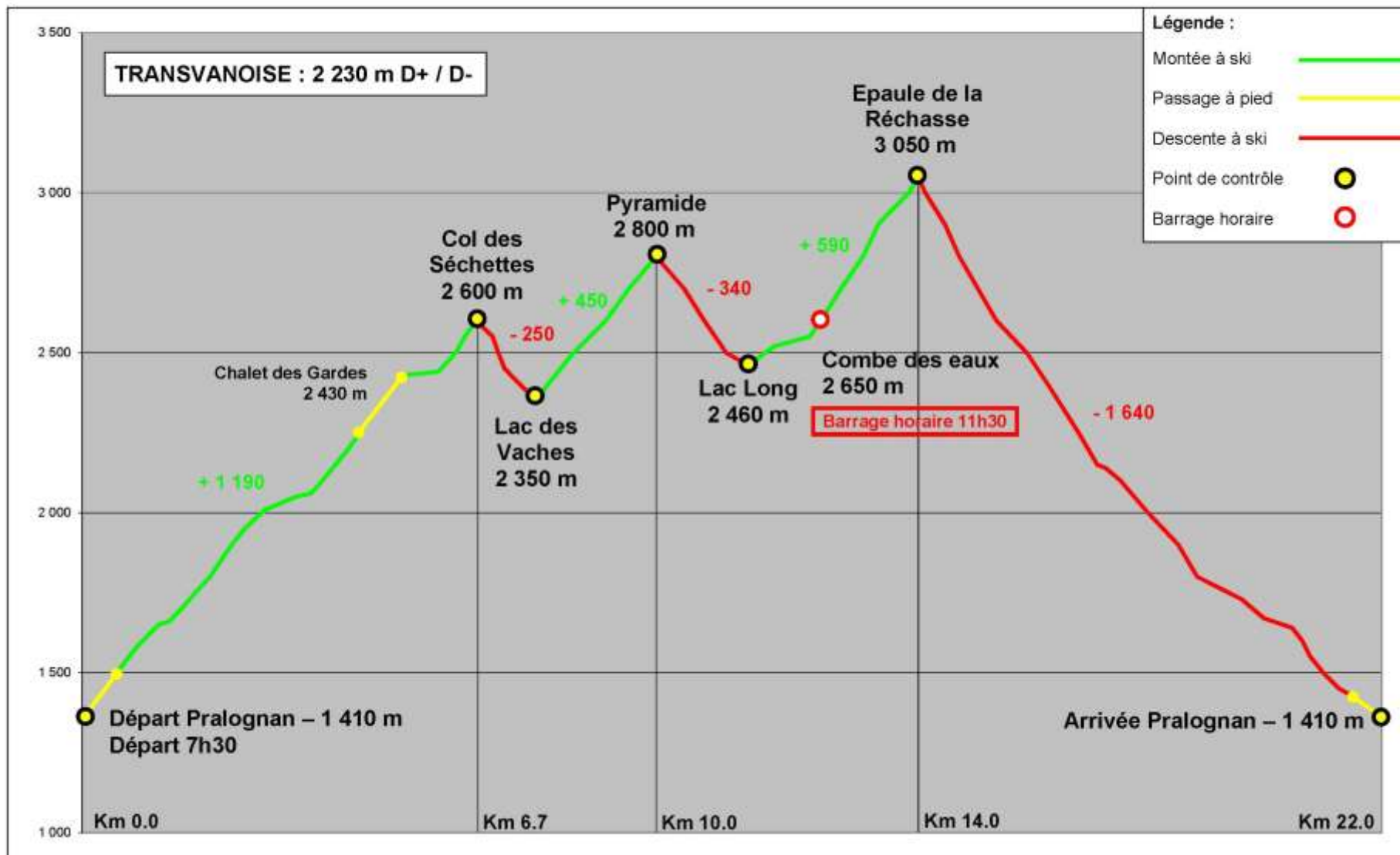
3 montées de 450 à 1 190 m

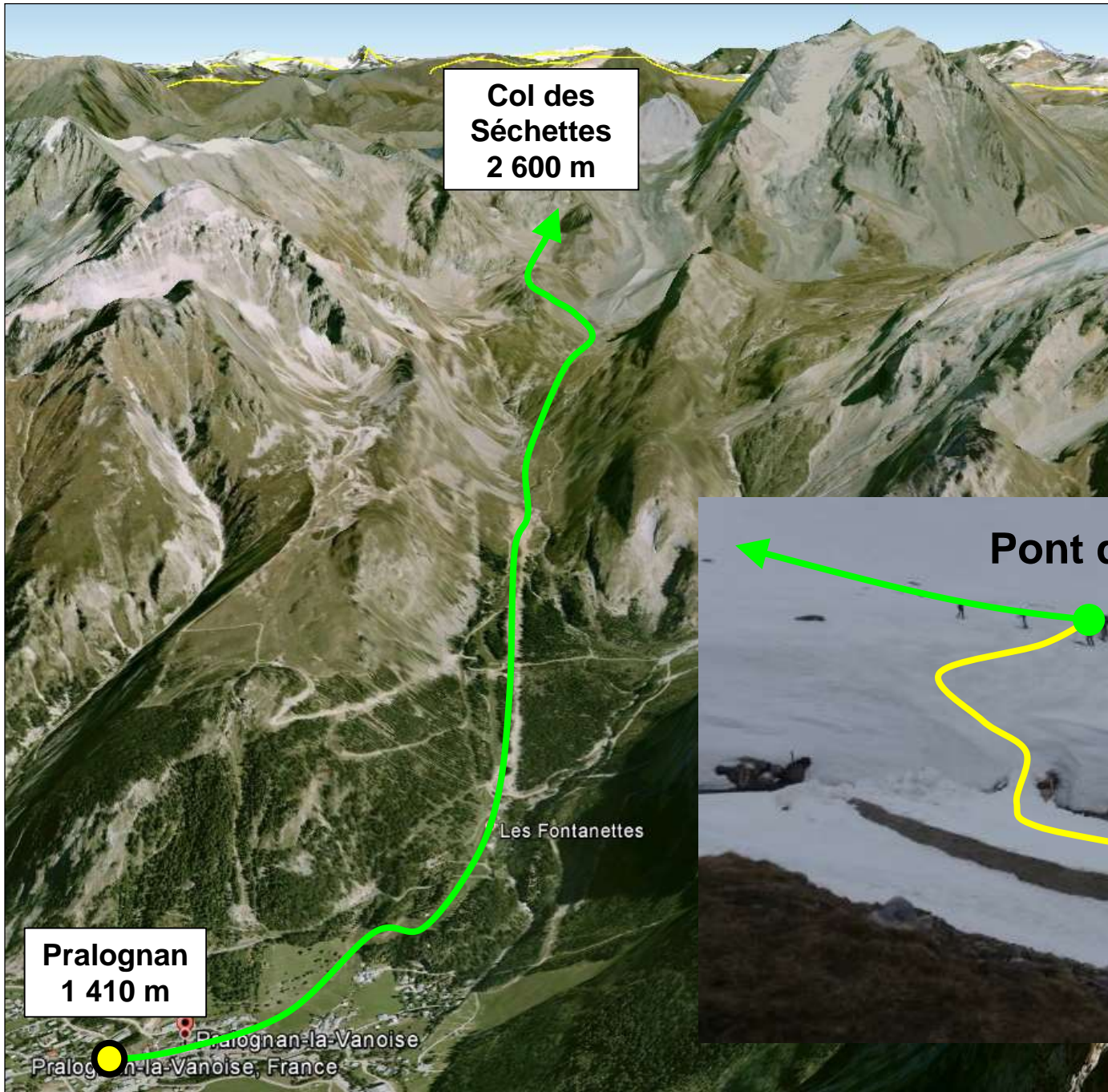
1 passage à pied

3 descentes dont une de 1 640 m



# TRANSVANOISE 2016 – PARCOURS DE REPLI – PROFIL DE LA COURSE

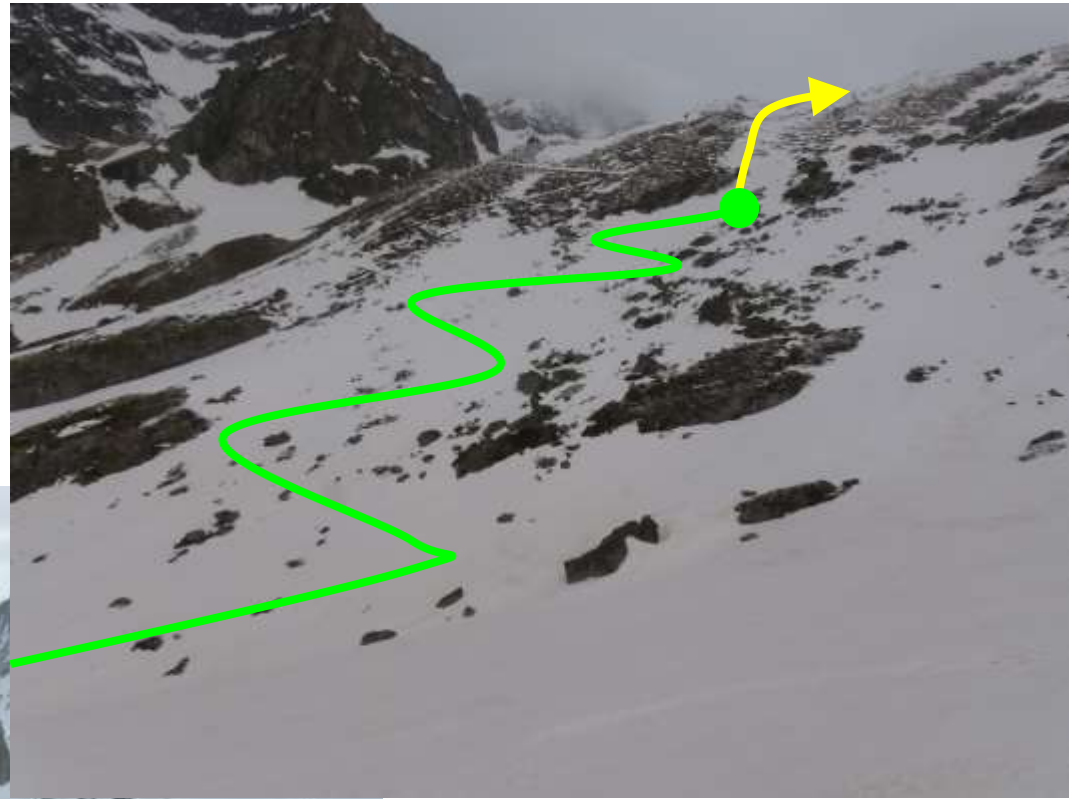
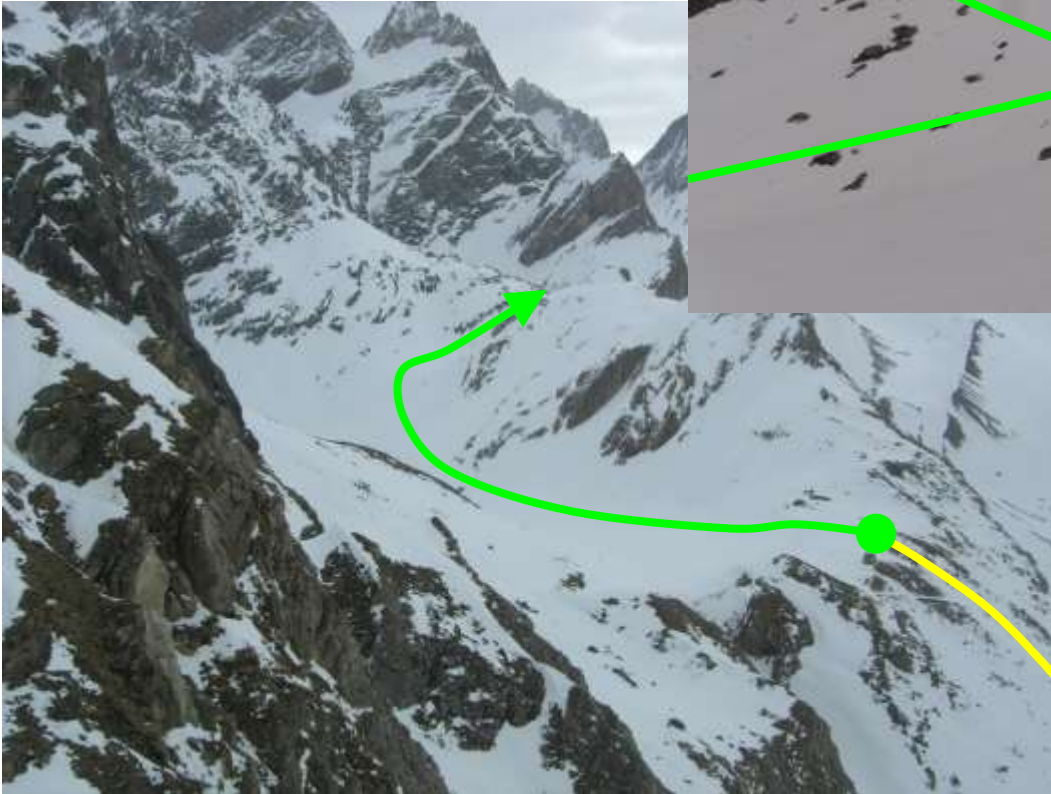




## Col des Séchettes

Montée à pied sous le  
chalet des gardes (50 m)

Crampons à voir suivant  
regel



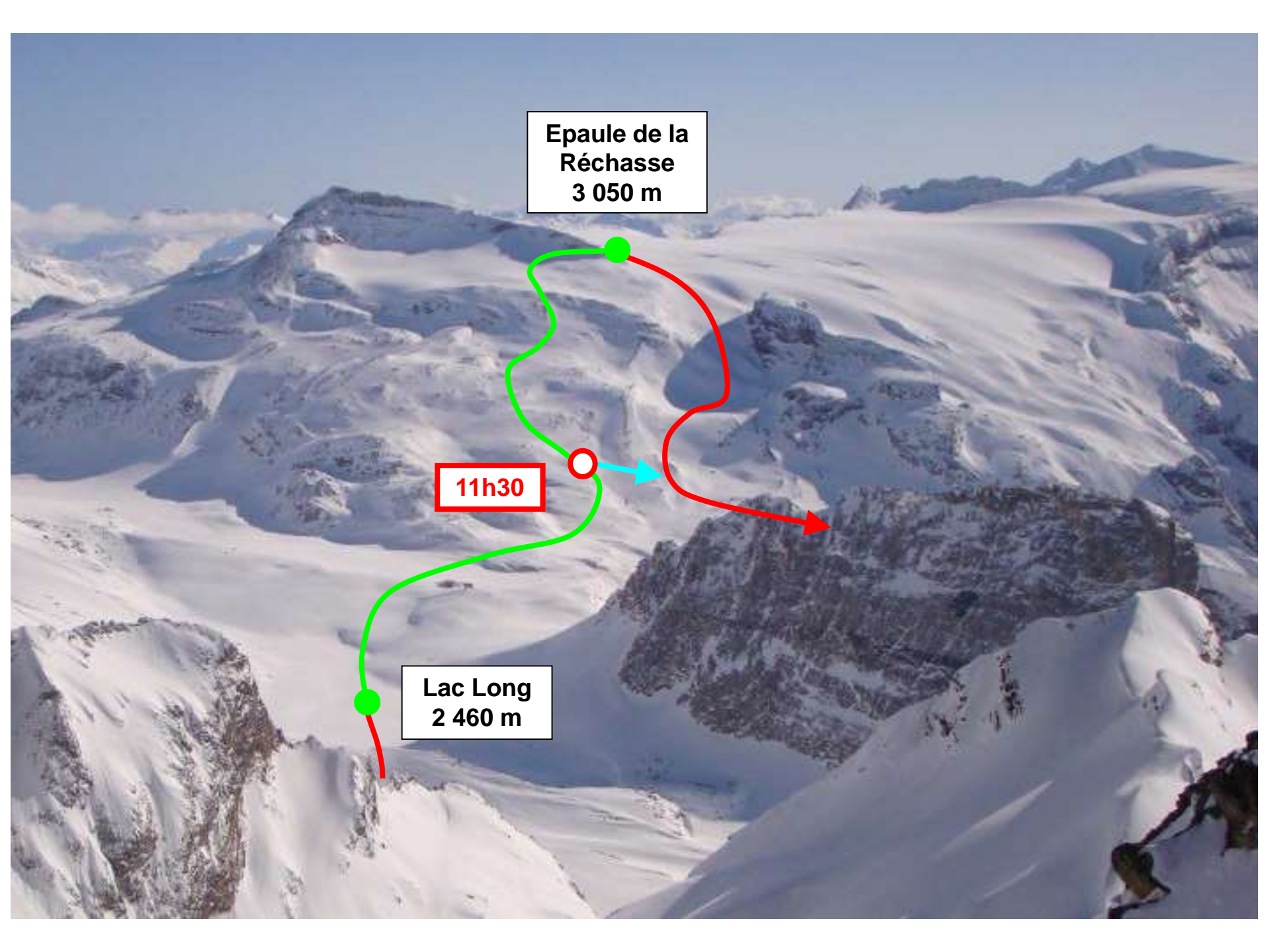
# Pyramide du glacier de la Grande Casse



**Epaule de la Réchasse**  
3 050 m

**11h30**

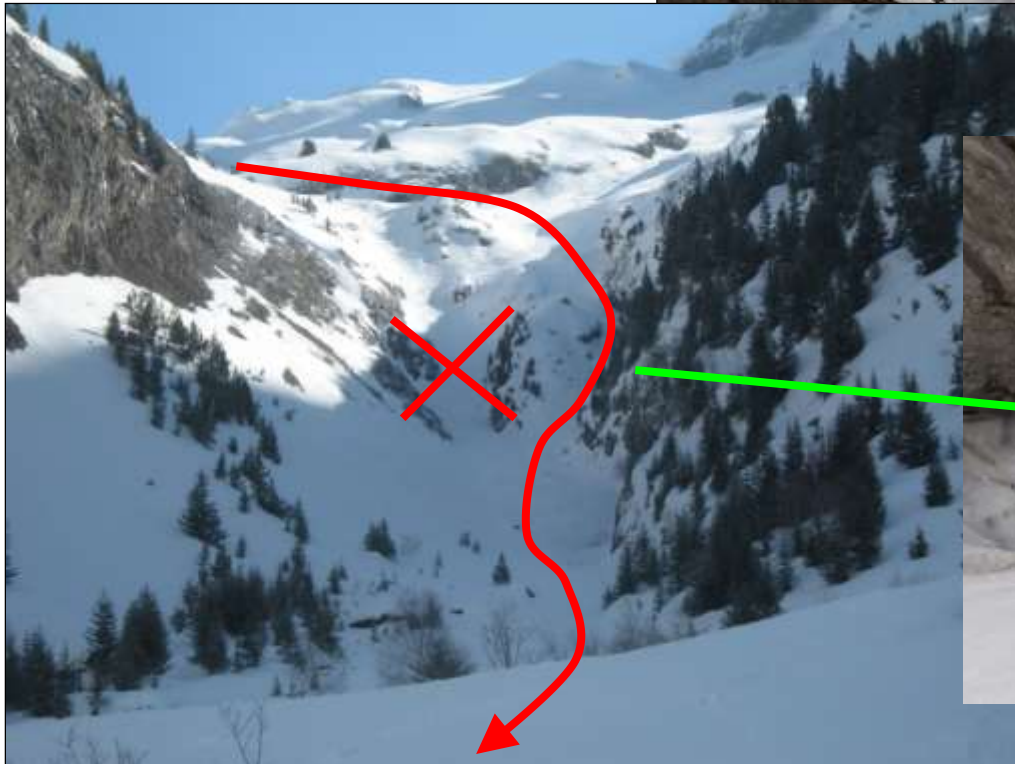
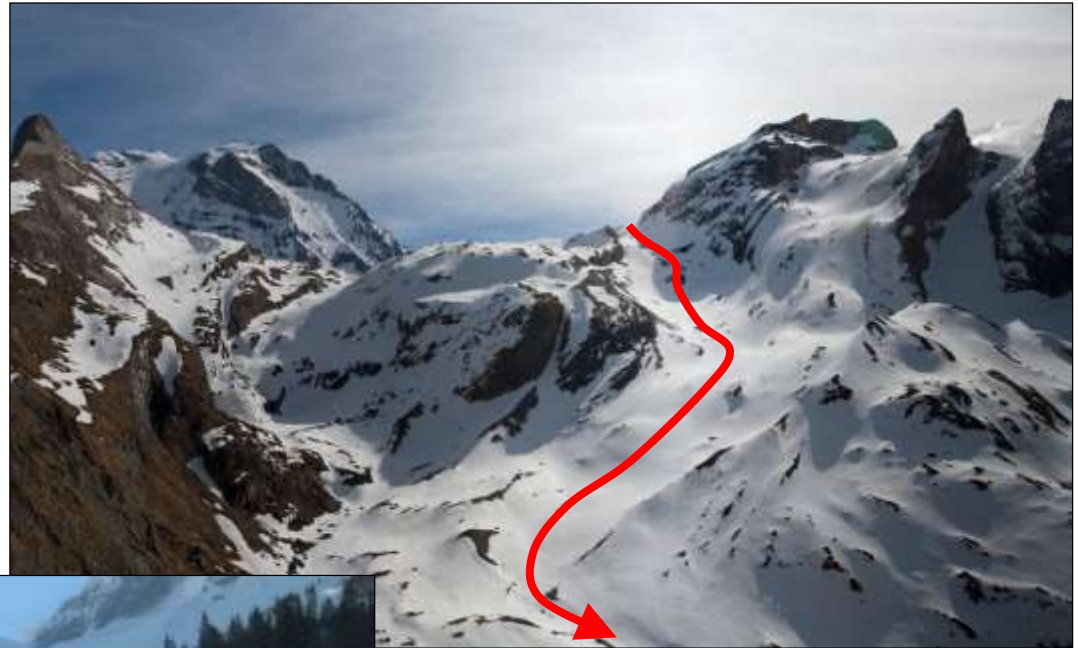
**Lac Long**  
2 460 m



## Descente des Arolets

Passage dans le goulet de gauche (sens descente)

**Danger !! Passage dégradé => Descente à pied si besoin**





## Creux des Lanches

**Enneigement faible =>  
Ralentir au sommet du  
mur et passer à droite  
(chicane en filet)**



# POINT SUR LA METEO DU DIMANCHE 3 AVRIL

- **Prévisions météorologiques :**

Belles éclaircies ou ciel voilé avec des débordements nuageux sur les glaciers de la Vanoise (neige Italie), du vent de Foehn qui souffle fort (rafales 80 à 100 km/h) sur les glaciers.

Après 13/15h, les débordements se renforcent et le ciel se couvre plus fortement.

Isotherme 0 degré : vers 2800 mètres.

Vent à 2500 mètres : Sud-Est 50 à 80 km/h

Vent à 3500 mètres : Sud-Est 80 à 100 km/h

- **Risque d'avalanche :**

Risque limité 2 évoluant en Risque marqué 3

- **Conditions de ski :**

Neige de printemps bien transformée (présence de sable possible). En haute-montagne, neige plus hivernale et soufflée. Regel assez bon mais vite limité avec le réchauffement.

# DEROULEMENT DE LA COURSE

- **Contrôle complémentaire du matériel non-conforme à partir de 6h00 à la salle polyvalente**
- Ouverture de l'aire de départ à partir de 7h
- **Contrôle des DVA et signature de la feuille de départ obligatoires à l'entrée dans l'aire de départ**
- Dernier briefing à 7h15 dans l'aire de départ
- **Départ de la course à 7h30**
- Contrôle du matériel à l'arrivée
- **Repas à partir de 11h30 à la salle polyvalente**
- **Remise des prix à 14h à la salle polyvalente**

# CONSIGNES DE COURSE

- **Modification du parcours pendant la course :**

A voir si dégradation des conditions météo (abandon possible de la montée à la Réchasse)

Montée possible à la pointe de la Réchasse si la météo est meilleure que prévue (+ 160 m D+) => Prévoir baudrier + longes

- **Techniques de progression :**

Passage en crampons : suivant instructions des contrôleurs (montée au chalet des gardes du Vallonet)

- **Barrage horaire :**

A la Combe des eaux (au-dessus du refuge) : 11h30

**Respect impératif du barrage horaire demandé aux coureurs**

Regroupement des équipes arrêtées et descente en groupe par les Arolets

- **Contrôles :**

Une équipe ne pourra quitter un point de contrôle que lorsque les 3 équipiers seront réunis

- **Zones de manœuvres :**

Bâtons au sol pendant les manœuvres

- **Abandons :**

Se rendre au poste de contrôle le plus proche pour en informer les contrôleurs

- **Sécurité :**

Rappel des principes de solidarité montagnarde entre les coureurs

**Procédure d'alerte en cas d'accident : prévenir le point de contrôle le plus proche et laisser une personne avec le blessé**



- **Pénalités :**

En cas de non-respect des consignes données ou du règlement de course, l'équipe fautive sera pénalisée, voire disqualifiée (cf. tableau des pénalités ci-après)

**Points particuliers : sécurité et respect de l'environnement**

- **Contrôle du matériel à l'arrivée :**

Pour les 5 premières équipes de chaque catégorie puis tirage au sort

Pénalités en cas de matériel manquant

- **Réclamations :**

Les réclamations devront être déposées par écrit auprès du jury de course dans l'heure qui suit l'arrivée de l'équipe

# Tableau des pénalités (règlement FFME 2016) :

Infraction constatée	Pénalités
<p><b>Problèmes de matériel :</b></p> <p><b>Bâtons non posés au sol lors d'une manipulation</b></p> <p>Pas de gants portés pendant la course</p> <p>Puce électronique absente à l'arrivée</p> <p>Coureur ne portant pas son matériel pendant la course (sauf ses skis)</p> <p>Skis mal attachés sur la sac (y compris ceux du coéquipier)</p> <p><b>Encordement trop court (&lt; 14 m)</b></p> <p><b>Crampons portés hors du sac</b></p> <p>Matériel manquant (contrôle en course ou à l'arrivée)</p> <p><b>Encordement non conforme au règlement</b></p> <p><b>Pas de crampons ou pas de lanières de sécurité attachées</b></p> <p>Pas de casque porté pendant la course ou casque non conforme aux normes UIAA</p>	<p><b>1 minute</b></p> <p>1 minute</p> <p>1 minute</p> <p>1 minute</p> <p>1 minute</p> <p><b>2 minutes</b></p> <p><b>5 minutes</b></p> <p>Suivant matériel manquant</p> <p><b>Disqualification</b></p> <p><b>Disqualification</b></p> <p>Disqualification</p>
<p><b>Comportement des coureurs :</b></p> <p>Refus manifeste de céder le passage à une équipe plus rapide qui demande la trace</p> <p>Equipe incomplète au départ d'un point de contrôle (si refus d'attendre le coéquipier)</p> <p>Equipe bénéficiant d'une assistance extérieure (sauf échange d'un ski ou d'un bâton cassé)</p> <p>Toute action considérée comme dangereuse ou menaçant le bon déroulement de la course</p> <p><b>Non mousquetonnage des cordes fixes (après un premier rappel à l'ordre des organisateurs)</b></p> <p><b>Non respect de l'environnement (abandon de matériel ou de déchets)</b></p> <p>Évitement volontaire ou involontaire d'un point de contrôle</p> <p>Non assistance à personne en danger (le jury appréciera le temps à décompter)</p> <p><b>Refus d'obtempérer aux consignes des organisateurs</b></p> <p>Irrespect ou insulte envers tout participant à l'évènement (jury, compétiteur, organisateur ...)</p>	<p>1 minute</p> <p>2 minutes</p> <p>3 minutes / disqualification</p> <p>3 minutes / disqualification</p> <p><b>3 minutes / disqualification</b></p> <p><b>5 minutes / disqualification</b></p> <p>Disqualification</p> <p>Disqualification</p> <p><b>Disqualification</b></p> <p>Disqualification</p>

# MATERIEL OBLIGATOIRE

## Matériel à prévoir en plus du matériel habituel :

- Des vêtements adaptés à la pratique du ski-alpinisme **en haute-montagne = 4<sup>ème</sup> couche thermique haut du corps et gants chauds obligatoires**
- Une paire de crampons
- Baudrier + longes (si on va à la Pointe de la Réchasse)

**BONNE NUIT A TOUS  
UNE GROSSE JOURNEE  
VOUS ATTEND DEMAIN !**

[www.transvanoise.fr](http://www.transvanoise.fr)

Contact : [contact@transvanoise.fr](mailto:contact@transvanoise.fr)

