

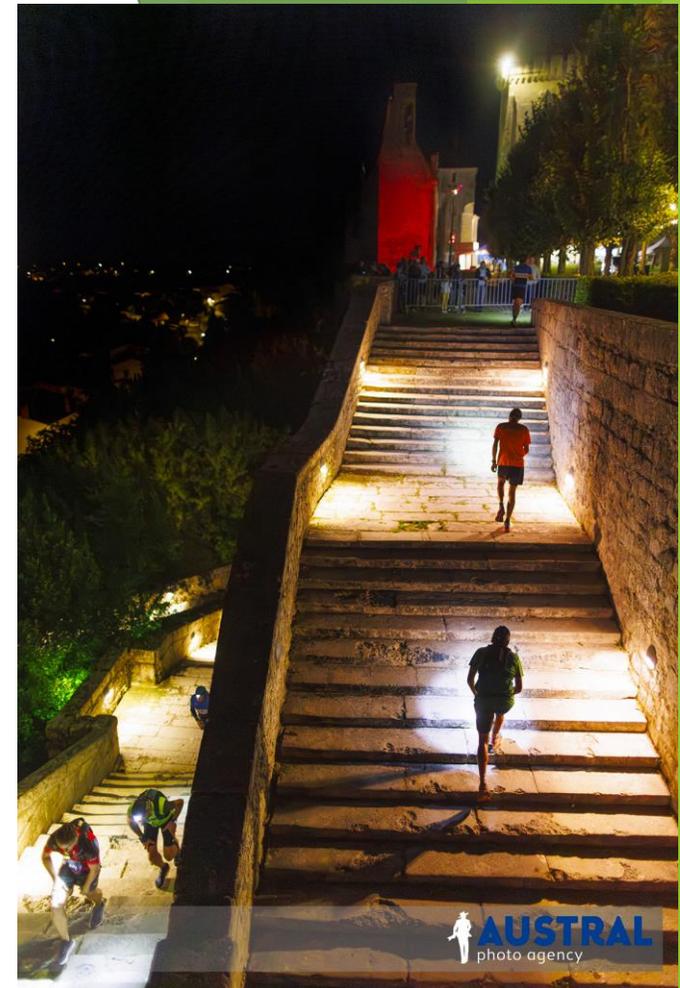


**20 et 21
Septembre
2025**

UTP PONS *ROAD BOOK*



*Bienvenue à la 3^{ème} édition
de l'Ultra Trail de PONS*



UTP
PONS
TRAIL

SOMMAIRE:

- 1) Les bénévoles de l'UTP
- 2) Programme des courses et randos de l'UTP 2025
- 3) Règlement des courses et randos
- 4) Les épreuves UTP 2025
- 5) Accès et parkings
- 6) Remise des dossards
- 7) Ravitos
- 8) Base vie UTP
- 9) Infos et contacts

Message de l'équipe UTP :

*Toute l'équipe de l'UTP vous souhaite une belle expérience sur cette
3^{ème} édition de l'Ultra Trail de PONS !*

Sur terre, Sous terre, En l'air !

*Des passages insolites, des tracés exclusifs, des visites, des propriétés
privées, de la nature... un mélange subtil pour tous.*

*Tout ce que vous devez savoir pour être finisher est dans ce road book,
bonne lecture et bonne prépa !!!*



1) Les bénévoles de l'UTP

Un immense merci à eux !

Ils vont continuer pour vous permettre de vivre une magnifique aventure.

Sans eux tout s'arrête !!!

Rejoignez-les et participez à la construction de l'UTP.

Courez et aidez !



UTP
TRAIL
PONS

Les principaux partenaires de l'UTP :



Partenaires Ultra Trail de PONS 2025



Ils sont de plus en plus nombreux à nous soutenir, voici nos partenaires.

Leur aide financière et/ou matérielle est vitale mais n'est pas dissociable de leur implication



Passage par des sites remarquables autour de PONS :

Aérodrome de PONS-AVY



L'aéroclub de PONS est partenaire de l'UTP. Des vols en avion et montgolfière sont à gagner pour découvrir les tracés d'en l'air.

Chaque vainqueur des trails (femmes et hommes), tous les inscrits du 24h et les podiums enfants ont une place !!!



Des navettes gratuites vous permettront de vous y rendre depuis le donjon.

2) Programme des courses et randos de l'UTP 2025



Programme :

2025	Départs 2025	Courses	Arrivée 1er	Arrivée dernier
SAMEDI 20 SEPT	09h00	trail 55 km	14h23	18h48
	09h30	Trail 15 km	10h35	12h00
	09h35	Rando 15 et 24km	12h45	17h15
	11h00	Départ 24h00	11h00	11h00
	13h30	800 m	13h35	13h50
	13h45	1500 m	13h54	14h15
	14h05	3000 m	14h20	14h45
	16h00	4PRO	17h20	18h00
DIMANCHE 21 SEPT	20h30	TUN	21h50	23h30
	08h30	rando 11 ; 19 et 33 km	10h10	16h00
	09h00	Trail 33 km	11h40	14h33
	09h30	Trail 11 km	10h18	11h17
	10h00	Trail 19 km	11h34	12h24
	11h00	Fin 24h00	11h00	11h00

UTP PONTS TRAIL



Les podiums se dérouleront dans l'heure qui suit l'arrivée de la 1^{ère} et du 1^{er} et en fonction du déroulement des courses

ULTRA TRAIL



- 24 h trail (solo)
- 24h trail (équipe)

DEFI TRAIL

- 107 km (55+TUN+33)



- 51 km (TUN + 33)



- 37 km (TUN+19)



- 33 km (TUN + 15)



UTP TRAIL

- 55 km (>20 ans)



- 33 km (>20 ans)



- 19 km (>18 ans)



- 15 km (>16 ans)



- 11 km (>16 ans)



UTP TRAIL Jeunes by DECATHLON

- 3 km (14 et 15 ans)

- 3 km (12 et 13 ans)



- 1,5 km (10 et 11 ans)



- 0,8 km (5 à 10 ans)



UTP

- 17800 m T U N



- 14,4 km en relais



UTP RANDO



16 COURSES
5 rando

3) Règlement des courses et randos



Règlement des courses et randos :

Le règlement des courses est disponible sur le site « ultratraildepons.fr » et sur « KLIKEGO ».

Il a été écrit pour vous renseigner, veiller à l'équité en course et garantir votre sécurité.

Il vous est fortement conseillé d'en prendre connaissance.

Veillez à avoir sur vous durant toute votre course ou rando :

- Un téléphone permettant, **en permanence** d'être appelé et d'appeler.
- Une lampe frontale fonctionnelle y compris de jour
- Une réserve d'eau et alimentaire (à adapter selon la météo)

Des commissaires de course seront chargés de vérifier l'application du règlement

Règlement des courses et randos :

Les parcours sont typés trail, nous avons sécurisé tous les circuits mais ils sont majoritairement en forêt. Celle-ci est belle mais reste piègeuse. Foncez mais restez vigilants !

Les parcours sont balisés : rubalise, peinture temporaire rose sur route, pancartes, avec indication couleur/distance par course, jalons.

Pour votre sécurité, restez sur les circuits !

Il n'y a plus de ronce, de branche ou autres sur les circuits. **Tout est propre. Sinon c'est que vous êtes hors parcours !!!** On a tout fait pour que cela n'arrive à personne, malheureusement le débalisage sauvage existe... Des VTTistes vont tourner tout le WE pour vérifier tous les circuits, de jour et de nuit !

Courez au centre des sentiers !

Règlement des courses et randos :

Les couleurs des circuits correspondent aux couleurs des dossards !
Visuels des dossards →

Suivez toujours les rubalises et jalons. Une peinture rose est utilisée sur la chaussée

Lorsqu'il y a une séparation de circuits ou un changement de direction vous trouverez une pancarte, suivez votre couleur et distance.

Des visuels des pancartes sont présentés page suivante.



Règlement des courses :

Voici un visuel du type de pancartes que vous rencontrerez. Quand vous verrez la première pancarte « ARRIVEE » alors ne suivez plus que ce type de pancarte jusqu'au donjon, il vous reste alors 2.91 km !!!



Règlement des courses :

Des bénévoles assureront la sécurité des traversées de routes où la circulation est importante. Toutes les traversées de route ne peuvent être sécurisées (175 km de circuits).

Une pancarte vous avertira : soyez prudents !!!

Une signalisation sera mise en place afin de prévenir les conducteurs. Attention à vos lampes frontales qui peuvent éblouir !

Les traces GPS qui ont été données sont une aide mais **seul le balisage doit être suivi !**

Comment voulez vous que l'on vous fasse des surprises sinon !

Sur quasi toutes les courses vos GPS seront momentanément hors service, vos kilométrages seront faux. Mais l'arrivée est bien au pieds du Donjon au même endroit que le départ !

Les montres GPS ont toutes des km de plus ou moins 1000m ! En sous sol elles tracent des droites entre l'entrée et la sortie. **Bref faites confiance au balisage.**

4) Les épreuves UTP 2025



24h solo et équipe :

Le 24hoo est une expérience unique, une découverte de soi même et le 1^{er} qui va vous étonner, c'est vous !

- Un Ultra Trail sur un parcours imposé d'une distance totale de **240 km**.

Personne n'ira au bout, on aime les défis, donc étonnez nous...

Ce parcours est découpé en 15 circuits à faire dans un ordre imposé ➡

1^{er} circuit : il est à faire par les solos et les équipes **complètes** !!!

Autres circuits : à faire par les solos et **un** seul membre de l'équipe, à vous de choisir.

Chaque solo et chaque équipe dispose d'une balise GPS. Elle est à porter **en permanence** par celle ou celui qui court (ou marche lol). Ne la perdez pas !!!!

Chaque relais au sein de l'équipe se fait juste après l'arche d'arrivée et la cloche !

Tous les participantes/participants au 24h doivent porter leur dossard, prenez en soin, il doit être visible, facilitez le travail des bénévoles qui vont noter votre numéro.

Circuits	km / circuit	km cumulés	d+	Zone
1	1,1	1,1	36	PONS
2	24	25,9	740	St Léger
3	33	58,2	771	Marignac
4	15	72,9	280	Bondonnat
5	19	92,2	395	AVY
6	15	106,9	280	Bondonnat
7	11	116,3	190	Les Roches
8	15	131,5	280	Bondonnat
9	19	151,8	395	AVY
10	15	167	280	Bondonnat
11	11	178,1	190	Les Roches
12	15	192,6	280	Bondonnat
13	33	225,6	771	Marignac
14	11	236,6	190	Les Roches
15	3,4	240	60	PONS
Totaux	moy 17,1	240 km	5138	

24h solo et équipe :

Vous avez droit à un repas complet. Un bon vous sera remis lors de votre retrait de dossard. Vous pouvez le prendre quand vous voulez, le samedi de 12h à 23h ou le dimanche de 10h à 16h00. Vous avez accès aux ravitos durant les 24h de votre course

Sécurité : soyez prudents ! Faites bien attention lors des traversées de route. Il peut arriver qu'il n'y ait pas de bénévole.

Vous avez un dossard de couleur rouge (ci-contre). Si nous vous indiquons tous les parcours avec une couleur rouge, vous allez tourner en rond dans la forêt ! Si nous vous indiquons une couleur à suivre différente pour chaque circuit vous allez vous mélanger. Donc voici comment vous allez facilement reconnaître votre chemin aux intersections :

Avec votre dossard il vous sera remis le tableau ci-contre sous plastique (8,5 x 11 cm) avec la couleur à suivre sur chaque circuit dont voici le détail :

Circuit 1 : pas de souci on court ensemble avec vous sur 1,1 km dans PONS

Circuit 2 : suivez les pancartes blanches du 24 km, **jusqu'au donjon**

Circuit 3 : suivez les pancartes du 33 km (pour le circuit 13 aussi mais restez réaliste hohohoho)

Circuit 4 ; 6 ; 8 ; 10 et 12 : suivez les pancartes du 15 km

Circuit 5 et 9 : suivez les pancartes oranges du 19 km

Circuit 7 ; 11 et 14 : suivez les pancartes jaunes du 11 km

Circuit 15 : il est uniquement là si Kilian nous rejoint !

Si vous voyez des pancartes rouges « 24h », elles sont prioritaires, suivez-les !!!!! Soyez attentif en arrivant sur PONS, des circuits seront modifiés pour le 24h. Vous verrez sûrement le TUN, vous ferez une partie identique mais pas forcément tout...



Circuits	km / circuit	km cumulés	d+	Zone
1	1,1	1,1	36	PONS
2	24	25,9	740	St Léger
3	33	58,2	771	Marignac
4	15	72,9	280	Bondonnat
5	19	92,2	395	AVY
6	15	106,9	280	Bondonnat
7	11	116,3	190	Les Roches
8	15	131,5	280	Bondonnat
9	19	151,8	395	AVY
10	15	167	280	Bondonnat
11	11	178,1	190	Les Roches
12	15	192,6	280	Bondonnat
13	33	225,6	771	Marignac
14	11	236,6	190	Les Roches
15	3,4	240	60	PONS
Totaux	moy 17,1	240 km	5138	UTP TRAIL



24h solo et équipe :

Important :

Vous allez prendre l'habitude, à chaque fois que vous revenez sur PONS : vous devez passer par la ligne d'arrivée et sonner la cloche. Mais votre circuit d'arrivée ne sera pas toujours identique. **Ne repartez pas de PONS sans passer par l'arrivée !**

Dans tous les cas, le chronométreur a les circuits en informatique et si vous vous écartez de votre circuit nous le saurons grâce à votre balise GPS et nous pourrons vous réaiguiller. Cela ne devrait pas arriver, mais il faut prévoir...

L'application OK TIME (<https://ok-time.fr/live-liste/>) vous permettra ainsi qu'à vos proches de vous suivre en instantané !!! Téléchargez là, cela vous sera utile (avis de vos prédécesseurs !!!).

C'est chouette de faire un ultra avec 21 épreuves mais cela demande une certaine organisation pour nous et pour vous.

Si, et seulement si, vous avez une interrogation en course, téléphonez au : 06 09 40 18 74 (Jérôme) ou 06 74 86 18 74 (Sylvain)

N'oubliez pas que vous devez être joignable du samedi 10h au dimanche 12h00, pensez à recharger votre téléphone.

Vous pourrez avoir accès à une prise élec aux vestiaires. Par exemple mettre en charge une batterie pour la récupérer au tour suivant.

Dimanche 11h00, le chronométreur arrêtera les positions et donc les distances parcourues. Rejoignez un ravito, la base vie ou une route. Si vous ne connaissez pas le point de récup le plus proche de vous, appelez Sylvain (06 74 86 18 74), on viendra récupérer ce qu'il reste du beau coureur que vous étiez la veille.

Les défis :

Aaahhhh les défis !!! Vives les défis !

Pour chaque défi vous allez courir les trails un par un. Et donc suivre les recommandations de chaque trail.

Mais à la fin vous pourrez être sacrément fiers ! Vraiment on veut voir la tête des finishers du 55 km qui se diront « mais ils repartent pour un TUN, un 33 km ? » Nonnnnn, Si !

Un défi lancé par soi, pour soi et avec les autres. La classe !!!!

Le meilleur est à l'arrivée, vous allez le savourer ce podium, il sera rien qu'à vous. Profitez, profitez et savourez.

Cette année tous les défis incluent le TUN. C'est un trail urbain. Donc herbe, forêt, sol revêtu intérieur et extérieur (prévoyez des baskets de trail adaptées selon la météo). Il n'a jamais été humide mais si cela venait à arriver, faites très attention en intérieur et dans les quelques marches...



Trail 55 km :

Vous voilà embarqué dans une belle aventure, ne vous faites pas surprendre, le parcours n'est pas hyper, hyper roulant, gérez, on est certain : c'est la clef du meilleur chrono. Vous aurez des dossards bleus, vous devrez donc suivre les pancartes bleues aux intersections de circuits !

Le parcours vous emmène à Saint léger et après le second ravito vous serez sur PONS. Il faudra continuer de suivre les marques bleues aux intersections, les bénévoles vous aiguilleront, mais restez vigilants. Au km 23,3, ne remontez pas à la ligne d'arrivée, vous louperiez le plat de résistance, le fromage et le dessert !!!

Au km 54,7, après être passé sur la passerelle en bois, tournez à gauche longez la Seugne et ce coup si : montez le Grand Escalier qui vous emmènera à l'arrivée !



De nombreuses propriétés privées vous seront ouvertes exclusivement. Soyez attentifs à ne rien abîmer lors de votre passage, si vous y passez c'est également grâce à vos prédécesseurs qui ont été au top !

A chaque ravito est affiché la distance jusqu'au prochain ravitaillement.

N'oubliez surtout pas votre lampe frontale ou ventrale (dorsale ce n'est pas génial).

De nouveaux sentiers sont au menu 2025, ne vous fiez qu'au balisage UTP !!!



55KM / 1505D+
Samedi 20 Septembre à 09h00

UTP PONS TRAIL



Le Trail 55 km

Départ roulant mais rapidement pentu.

Ne soyez pas surpris, vous n'avez que 2.3 km pour vous positionner, ensuite c'est parti pour le dépaysement !

Vous allez en voir du pays et après 5 ravitos les galeries souterraines s'offriront à vous. Ne sortez pas du circuit !

Une petite visite de PONS et cette fois vous pourrez gravir le grand escalier qui vous mènera à l'arrivée !

33KM / 771D+
Dimanche 21 Septembre à 09h00

UTP PONS TRAIL



Le Trail 33 km

Départ en descente, soyez vigilants. Nouveau circuit de départ : soyez TRES vigilant, vous serez en forêt après 480m seulement ! Vous aurez le temps pour doubler ensuite. Sentier étroit et parfois un poil pentu, restez au centre du sentier. Gardez vos distances. Ce serait dommage de ne pas voir la suite... Courez au centre des sentiers.

Soyez attentifs aux bifurcations, vous c'est VERT !

Oui c'est vrai, la côte du Moulin de Marignac, après le second ravito, elle est...belle ! Mais c'est surtout pour matérialiser le début des festivités... quoi qu'après le 1^{er} ravito...

Après les visites des distilleries, les galeries souterraines s'offriront à vous (lampe frontale obligatoire). Ne sortez pas du circuit !

Une petite visite de PONS et vous pourrez gravir le grand escalier qui vous mènera à l'arrivée !

19 KM / 395D+
Dimanche 21 Septembre à 10h00



Le Trail 19 km

Il a tout d'un grand !!!! Départ en descente, soyez vigilants. Nouveau circuit de départ : soyez TRES vigilant, vous serez en forêt après 400m seulement ! Vous aurez le temps pour doubler ensuite. Sentier étroit et parfois un poil pentu, restez au centre du sentier. Gardez vos distances. Ce serait dommage de ne pas voir la suite...

Soyez attentifs aux bifurcations, vous c'est orange !

Le 1^{er} ravito sera pour vous un bon repère, vous penserez sûrement : « ca va, pas méchant le circuit »... hihihhi

C'est là que ça commence et si il y a un peu de plat c'est pour mieux recommencer !!!! 2 salles de jeux !!!!

Après les visites des distilleries, les galeries souterraines s'offriront à vous (lampe frontale obligatoire). Ne sortez pas du circuit !

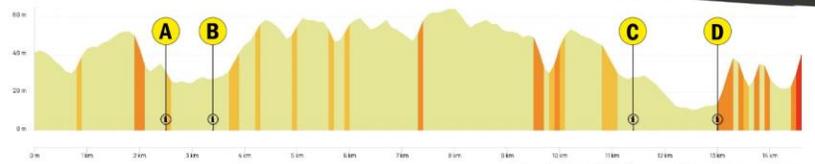
Une petite visite de PONS et vous pourrez gravir le grand escalier qui vous mènera à l'arrivée !

15KM - 280D+
Samedi 20 Septembre à 09h30

UTP PONS TRAIL

- A** Falaises de PONS
- B** Carrière Souterraine de SOUTE
- C** Tubes de l'été
- D** Moulin Chaillou

- R** Ravitaillement
- +** Poste de secours
- 5** Repère KM
- A** Point caractéristique



Le Trail 15 km

Le petit nouveau !!!! Départ roulant mais pas forcément plat ! 2.4 km pour se positionner et ensuite soyez TRES prudents, passage magnifique mais c'est un par un !!!!

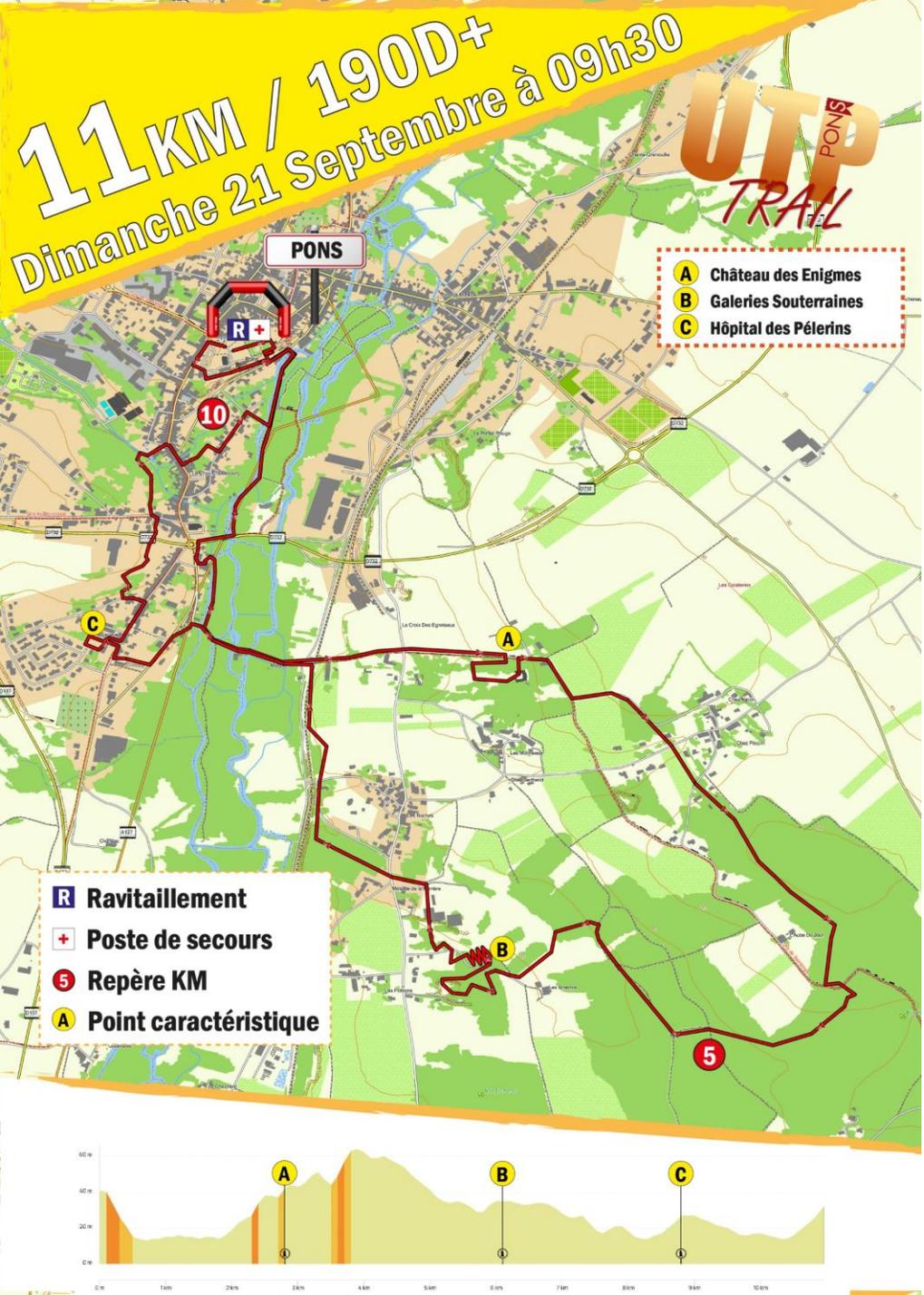
On vous a inséré des zones de dépassement !

Soyez attentifs aux bifurcations, vous c'est noir !

Une petite visite du moulin Chaillou, une petite traversée de la forêt de PONS et vous pourrez gravir le grand escalier qui vous mènera à l'arrivée !



11 KM / 190D+
Dimanche 21 Septembre à 09h30



Le Trail 11 km

De quoi tester le trail !!!! Attention départ en descente puis en forêt, sentier étroit. Ne perdez pas votre course, soyez prudents.

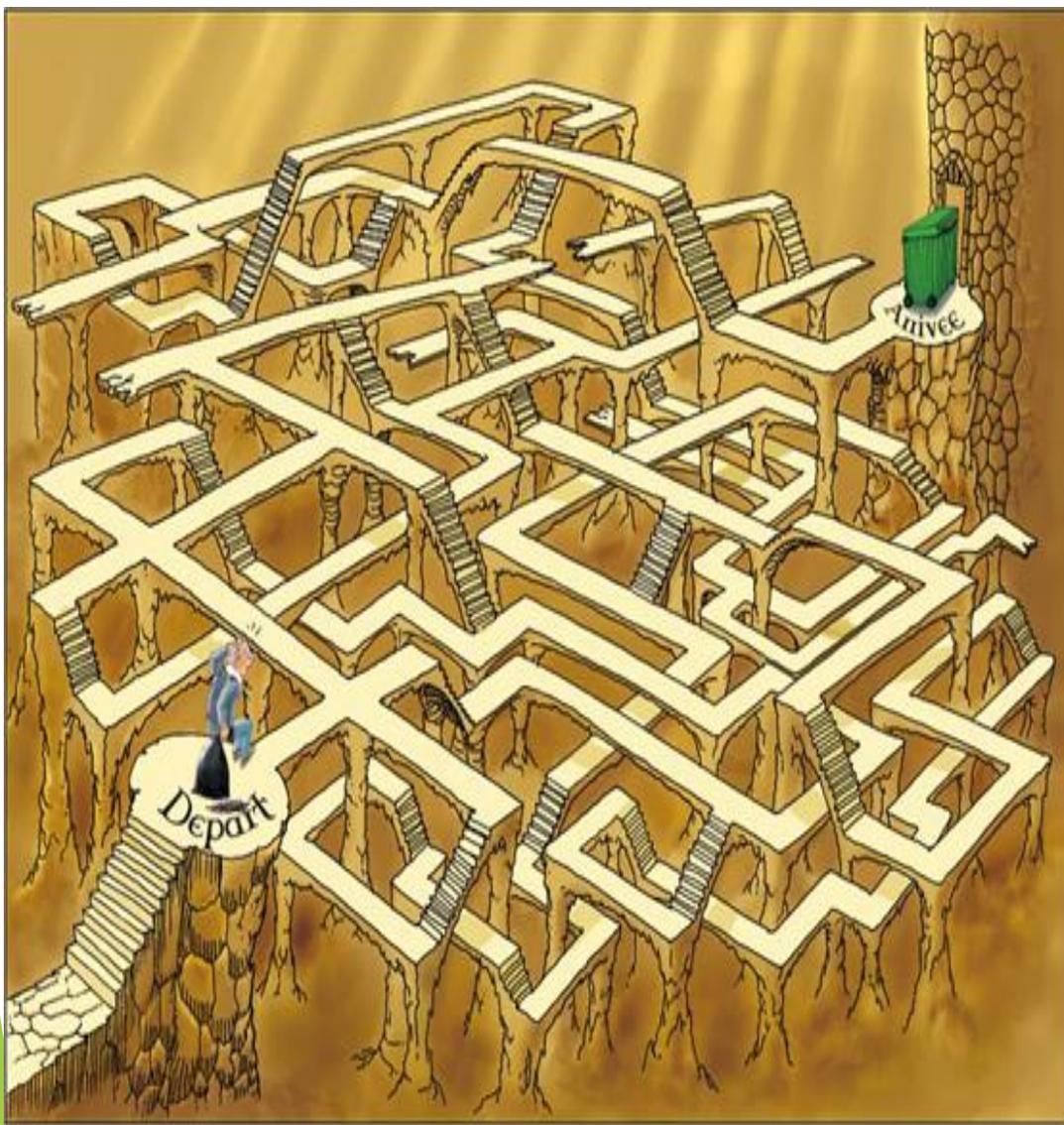
Pas de méchantes cotes ni de descentes vertigineuses mais un circuit typé trail par endroits qui vous donnera sûrement envie de goûter aux autres distances, on le constate !!!!

On court, on visite, on en prend plein les yeux, hummmm
Soyez attentifs aux bifurcations, vous c'est jaune !

Km 6, les galeries souterraines arrivent, allumez votre lampe frontale. Ne sortez pas du circuit !

Une petite visite de PONS et vous pourrez gravir le grand escalier qui vous mènera à l'arrivée !





Le Trail Urbain Nocturne (T.U.N.)

Une légende Pontoise raconte que le circuit n'est jamais dévoilé avant la course... car, par crainte de voir se perdre les participants au TUN, elle aurait peint une ligne « marathon » en rose au sol. Ici on l'appelle la légende de la peinture rose !

Son humour légendaire l'aurait poussé à peindre 17800 m (code postal de PONS), le TUN était né !!!



Déroulement du T.U.N.

Vous partirez pour 17800 m, à 5 ou 6000 m près ! Cela dépendra si vous avez bien écouté la légende de la peinture rose qui vous sera récitée 5 min avant le départ !!!!!!!

Un ravito est prévu au 11^{ème} km et un autre si vous rejoignez l'arrivée.

Suivez toujours cette ligne rose et surtout, surtout les conseils des bénévoles pour vous mettre sur le bon chemin. Des points réfléchissants remplacent la ligne rose quand cette ligne n'est pas réalisable (propriétés privées, bâtiments...), il vous faut votre lampe frontale (allumée) pour les voir !!!!

Au km 17 (si la chance est avec vous) une druide Pontoise vous remettra un pass lumineux. Portez le bien visible !!! Il sera votre sésame pour rejoindre le grand escalier, le dernier... En 2025 : baskets trail obligatoires !



Courses jeunes by Décathlon :

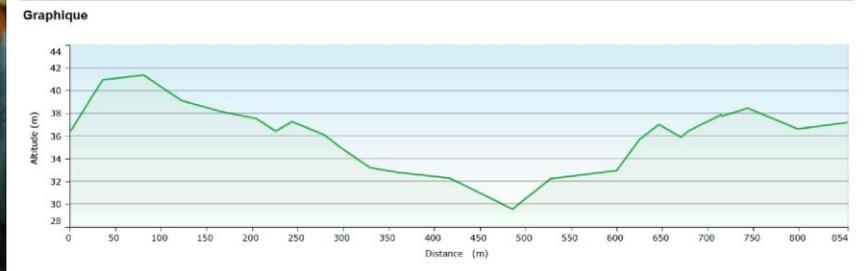
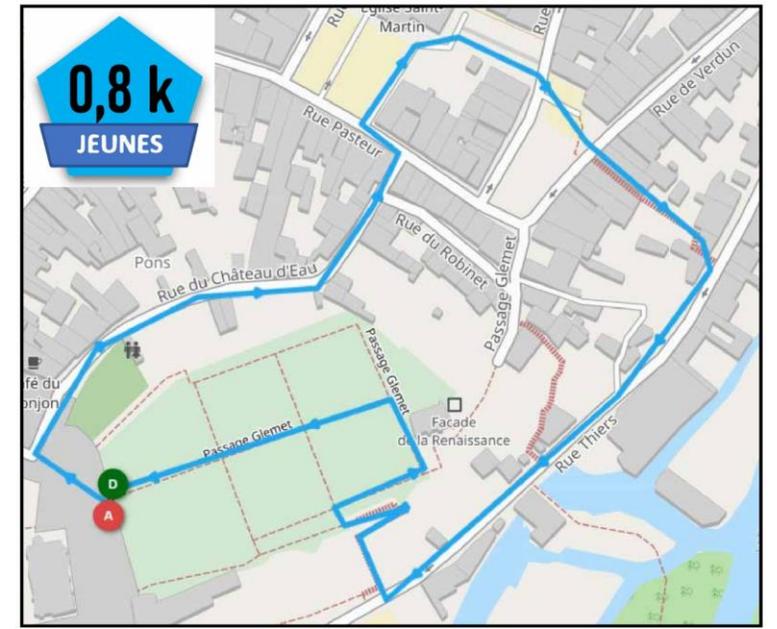
Découvrir le trail dès 5 ans !!!! Le sport ludique, amusant, sportif, formateur.

Ils vont être lâchés et encadrés par l'orga UTP sur des parcours comme les grands. Ils vont finir par le Grand Escalier et franchir l'arche d'arrivée de Maman ou Papa.

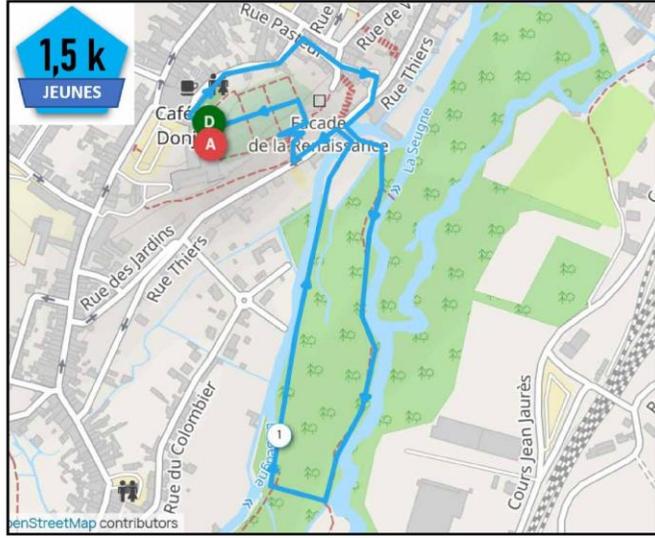
Encouragez les mais ne courez pas à côté d'eux. Ils ont besoin comme nous de se concentrer et de se retrouver avec soi même. Ils vous entendront.

Les signaleurs s'occupent de leur parcours, ils n'ont qu'à foncer et apprendre...

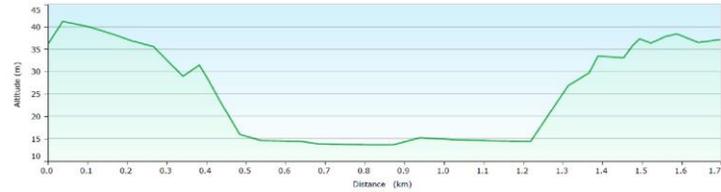
**0,8 km
5 - 9 ans**



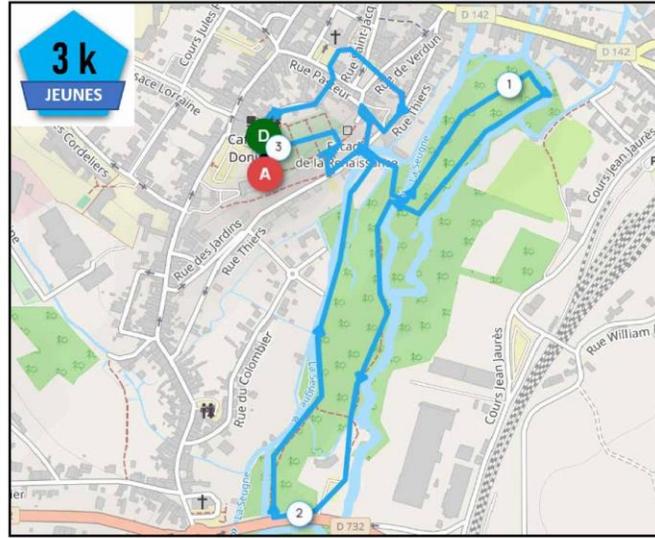
1,5 km
10 - 11 ans



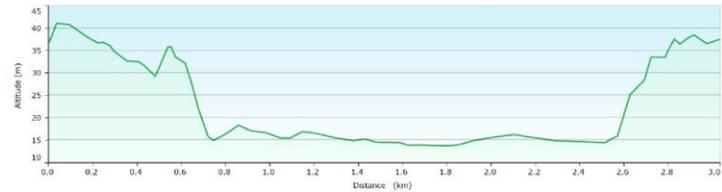
Graphique



3 km
12 - 13 ans



Graphique



Cette année départ commun des 12/13 ans et 14/15 ans pour 3000m.

Classements séparés cependant.

Challenge Entreprises (4PRO) :

Un trail urbain pour les PROS et Institutions. 14,4 km à réaliser sous forme de relais.

4 coureurs par équipe. Chaque coureur fait 2 relais non consécutifs. Le circuit urbain fait 1,8 km et 71 m de d+. C'est pas toupla toupla...

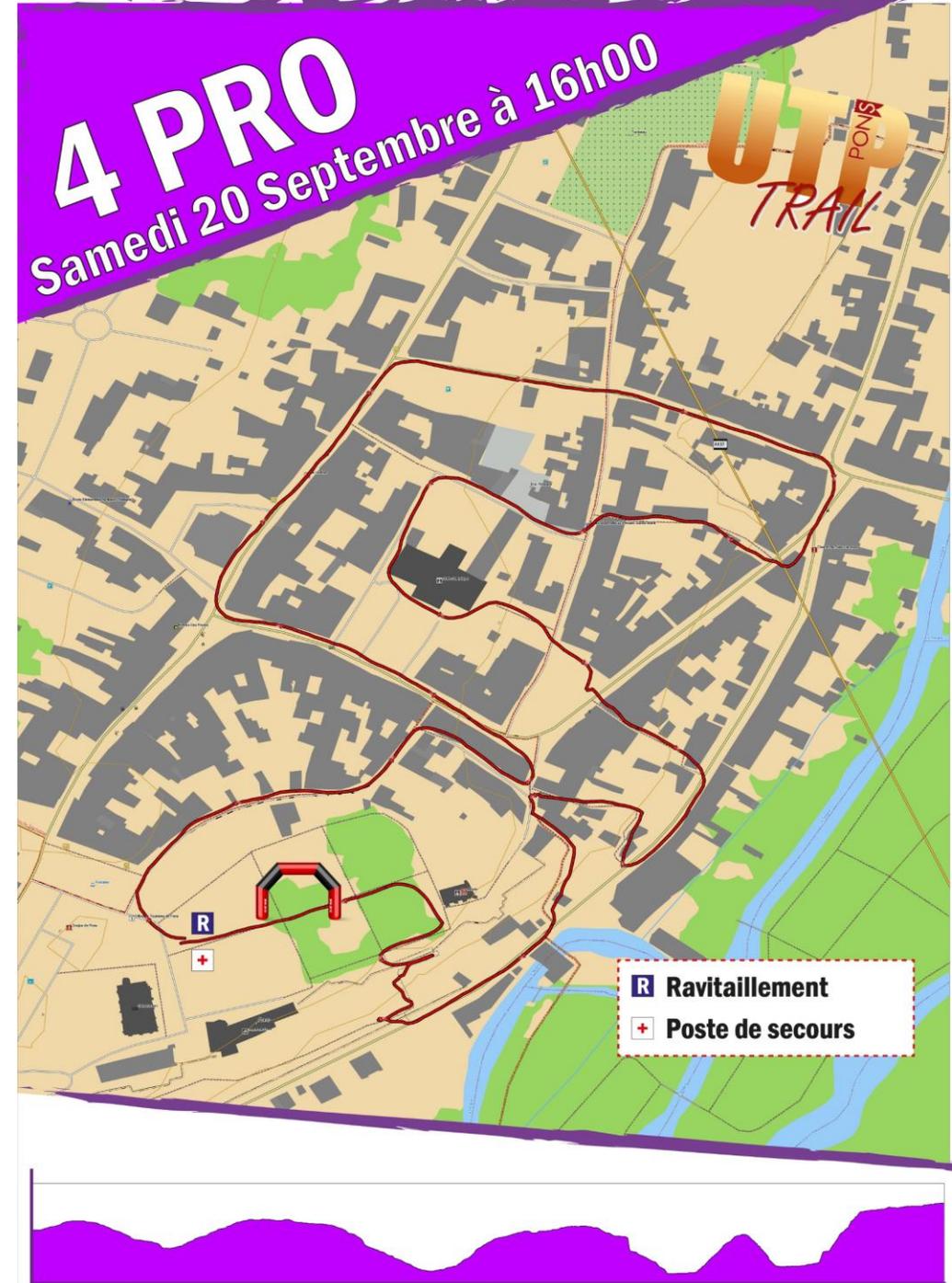
Il est demandé d'être l'équipe au complet sur la zone de départ à partir de 15h40 pour organiser les relais. Départ du 1^{er} relayeur à 16h00 précise.

Le circuit est balisé par pancarte violette, couleur du dossard et donc de la course !

Chaque relayeur porte un dossard visible face avant du coureur et le relayeur porte, en plus, une ceinture-dossard (fournie). Le relais se réalise sous l'arche d'arrivée en transmettant cette ceinture-dossard où se trouve la puce de chronométrage.

Il est proposé de courir avec un maillot aux couleurs de l'Entreprise ou de l'Institution voire déguisé !!!!

Il est possible d'inscrire plusieurs équipes par Entreprise/Institution. Enregistrez un nom par équipe, l'animation en sera plus belle...



Randonnées pédestres :

Les 5 randonnées utilisent les circuits des trails. Vous verrez sûrement des coureurs passer...

Elles sont accessibles à tous y compris aux enfants accompagnés. Vous aurez accès aux ravitos. Pensez à prendre un sac pour transporter de l'eau et encas. Elles se déroulent à allures libres. Il est seulement demandé de respecter l'horaire de départ de chaque randonnée. Suivez le fléchage coloré !



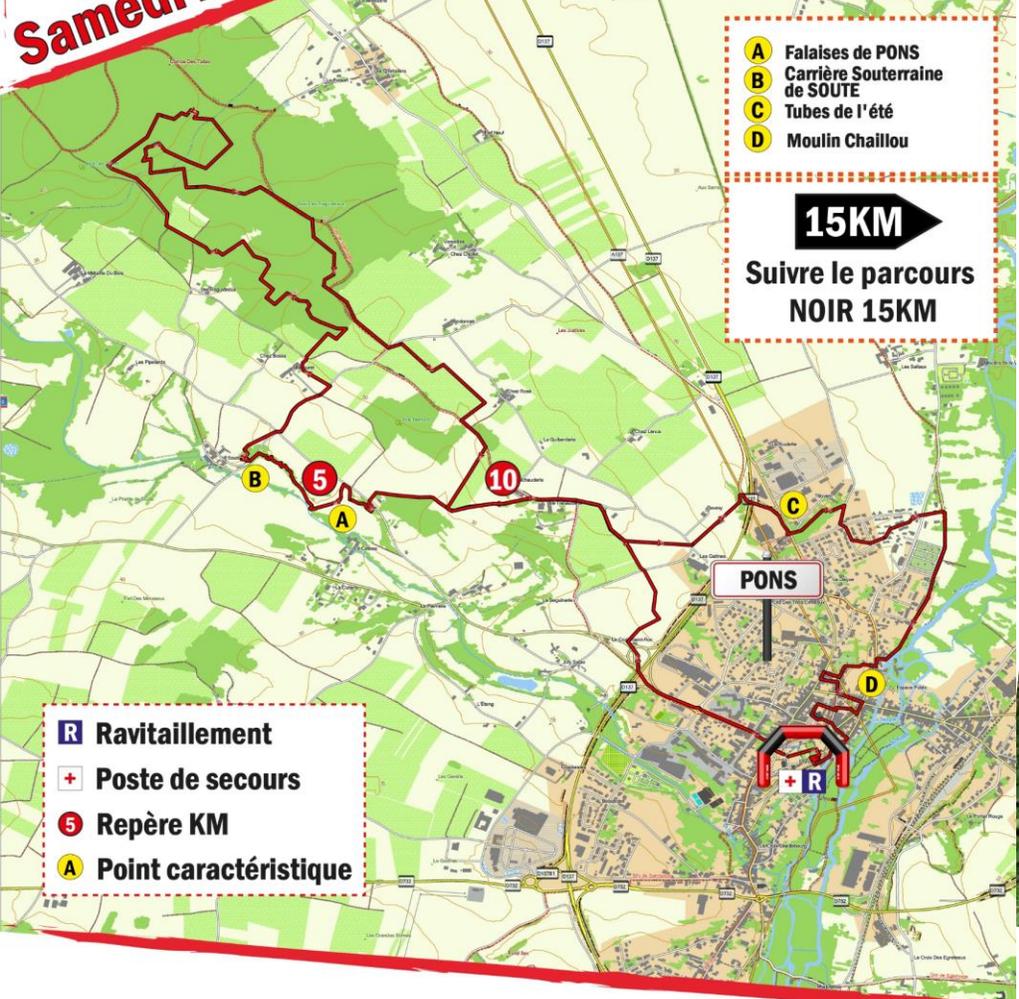
MARCHE 15KM - 280D+ Samedi 20 Septembre à 09h15

UTP PONS
TRAIL

- A Falaises de PONS
- B Carrière Souterraine de SOUTE
- C Tubes de l'été
- D Moulin Chaillou

15KM
Suivre le parcours
NOIR 15KM

- R Ravitaillement
- + Poste de secours
- 5 Repère KM
- A Point caractéristique



MARCHE 11KM - 190D+ Dimanche 21 Septembre à 08h30

UTP PONS
TRAIL

- A Château des Enigmes
- B Galeries Souterraines
- C Hôpital des Pèlerins

11KM
Suivre le parcours
JAUNE 11KM

- R Ravitaillement
- + Poste de secours
- 5 Repère KM
- A Point caractéristique



MARCHE 19KM - 395D+

Dimanche 21 Septembre à 08h30

UTP
PONS
TRAIL



MARCHE 33 KM - 771D+

Dimanche 21 Septembre à 08h30

UTP
PONS
TRAIL



5) Accès et parkings



Accès à PONNS :

PONNS est à 4 km de l'A10, sortie N°36 « PONNS », l'UTP est plus insolite...

Lorsque vous arriverez sur l'Agglomération (hihihi), vous ne trouverez aucun feu rouge mais des pancartes UTP vous indiquant les parkings. Suivez-les ! **Ne vous gariez pas ailleurs**, vous risquez de devoir repartir à pieds... encore !

Lorsque vous êtes garés, vous serez à 300 m du Donjon, suivez les pancartes !!!!

Ensuite vous allez faire 43m pour arriver à l'accueil UTP et pouvoir récupérer votre dossard. Sur votre élan vous pourrez pousser jusqu'à 39 m pour déposer vos affaires au vestiaire gardé par un gentil bénévole. Retournez vous, oui c'est l'arche de départ, à vous de jouer !

Des navettes gratuites vous emmèneront, coureurs ou accompagnateurs aux douches, aux animations extérieures, aux différents ravitos à votre lit...

Si vous voulez faire « local » ne dites pas PONSSSS mais PON, les bénévoles sont gentils mais il y a des limites à tout quand même ! Exceptionnellement on accepte les bretons, vraiment on est gentils !!!



6) Remise des dossards



Remise des dossards :

Votre dossard comporte une puce électronique qui permet d'enregistrer votre passage à différents points du parcours. Ne la pliez pas, ne l'écrasez pas.

Une remise des dossards sera organisée au Décathlon de Saintes le mercredi 17 septembre 2024 de 14h00 à 18h00 ; puis, à l'accueil UTP au pied du donjon de PONS le vendredi 19 septembre de 16h à 20h, le samedi 20 septembre de 7h30 à 20h30 et enfin le dimanche 21 septembre de 7h30 à 10h00.

Pensez à prendre une pièce d'identité valide.

Si vous souhaitez récupérer un autre dossard que le votre :

- Au plus tard 24h00 avant le retrait, le coureur doit envoyer un mail à claudine.jolibois@hotmail.fr pour autoriser une personne de son choix à retirer son dossard à sa place (nommer cette personne).

Dossards :

Le dossard ne doit pas être plié ni écrasé, il comporte une puce électronique qui enregistrera vos temps de passage et surtout votre chrono d'arrivée !

Fixez-le sur la face avant de votre corps, il doit être visible en permanence, des bénévoles relèveront vos numéros à plusieurs endroits du circuit. Si vous pouvez (lol) donnez votre numéro à la voix pour assurer le coup.

Ne donnez votre dossard à personne ! Il est personnel.

En cas d'abandon, cela fait partie de la course, vous devez vous signaler au 1^{er} bénévole rencontré ou ravito. Nous vous ramènerons à la base vie de PONS.

7) RAVITOS



Position des ravitos UTP :

Les ravitos sont matérialisés sur les affiches des courses (ci avant).

L'assistance est autorisée exclusivement sur ces zones.

Si vous avez un pépin, il est plus facile de vous récupérer à ces endroits.

Composition des ravitos :

Les ravitos sont le plus diversifiés possibles et adaptés aux besoins du trail.

Vous y trouverez :

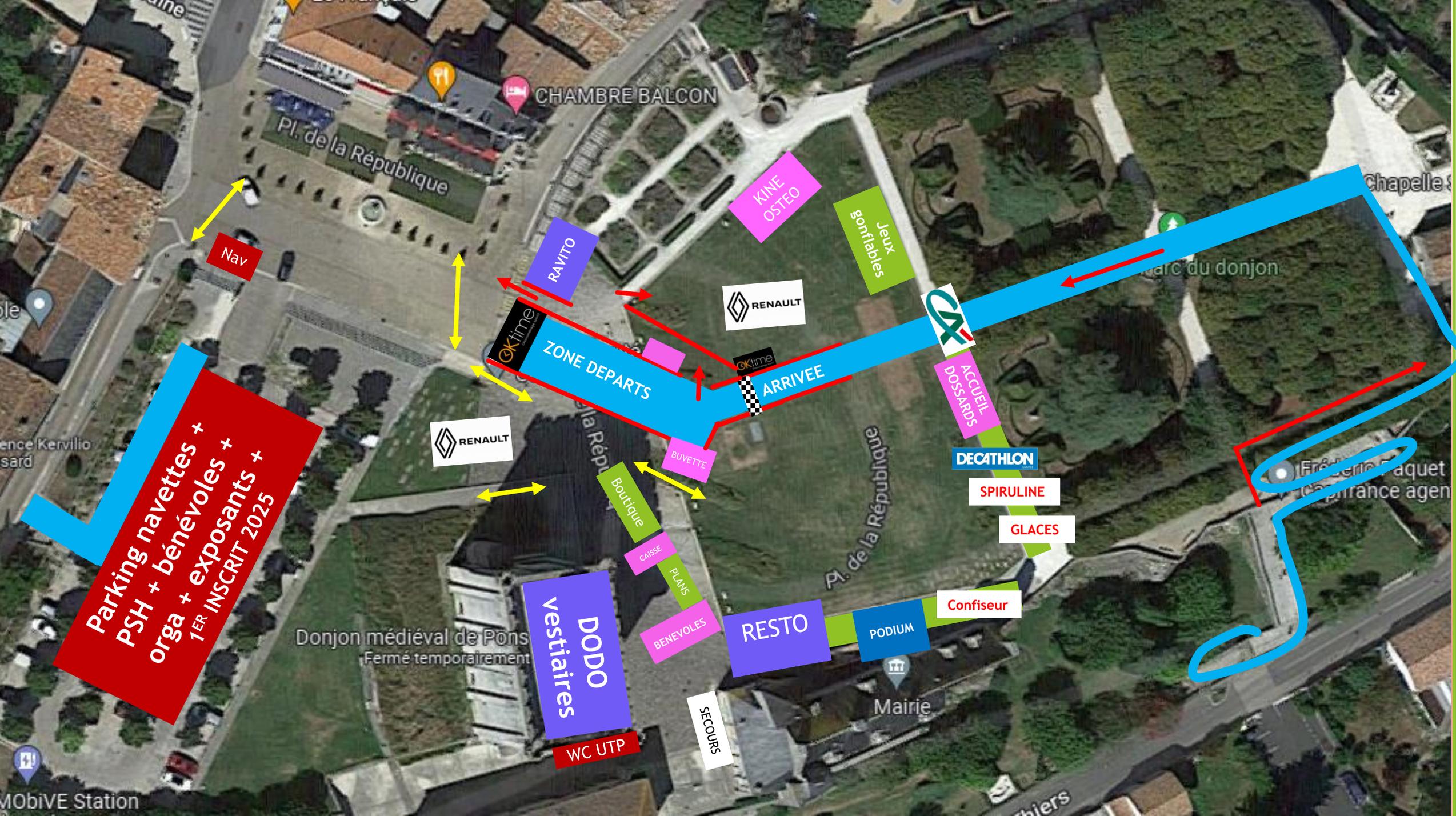
- eau plate et gazeuse ; coca ; sirop menthe ; jus de pommes
- raisins et abricots secs
- emmental ; jambon ; saucisson sec
- barres de céréales, barre amande
- Bananes ; oranges ; pommes ; compote de pomme ; melon
- TUC ; sel
- pain d'épices
- Chocolat noir ; fraises tagada ; Tirlibibi ; pates de fruits
- Lu Chamonix ; cake raisins
- Soupes
- Café

Et des surprises maison des bénévoles !



8) Base vie UTP





CHAMBRE BALCON

Pl. de la République

Nav

RAVITO

KINE OSTEO

Jeux gonflables

RENAULT

oktime
ZONE DEPARTS

oktime
ARRIVEE

ACCUEIL DOSSARDS

DECATHLON

SPIRULINE

GLACES

Confiseur

RESTO

PODIUM

DODO vestiaires

BOUTIQUE
CAISSE
PLANS
BENEVOLES

SECOURS

WC UTP

Donjon médiéval de Pons
Fermé temporairement

Pl. de la République

Mairie

Chapelle
Marc du donjon

Frederic Raquet
Espérance agen

MobiVE Station

Parking navettes +
PSH + bénévoles +
orga + exposants +
1^{ER} INSCRIT 2025

Base vie UTP:

La place de la république, au pieds du donjon de PONS accueille la base vie UTP et son village entreprises.

Les départs et arrivées se feront sous l'arche OK TIME et vous trouverez sur cette base vie :

- Accueil UTP pour les infos, remise dossards, objets trouvés, sourires...
- Ravito PONS, accessible à tous les coureurs et randonneurs après leur départ et à l'arrivée.
- Poste de secours, en cas de bobos médical
- Restaurant UTP : deux traiteurs proposeront des plats de 5 à 12 €, la caisse UTP pour tous les achats (CB acceptée) et bien sur, la bière UTP !!
- Le chronométreur : ayez pitié de lui, on ne lui a pas simplifié la tâche, ne le sollicitez pas directement. Il y aura des bénévoles qui s'en chargeront si vous avez des questions. Il a 21 épreuves à gérer dont un 24h...
- La boutique UTP où vous pourrez acheter les textiles de la collection 2025
- Un village entreprises qui vous permettra peut être de découvrir des choses sur les produits qu'ils fabriquent ou vendent, comme la spiruline, Décathlon, Lise Baccara, Renault, BLT Cycles etc...

Base vie UTP:

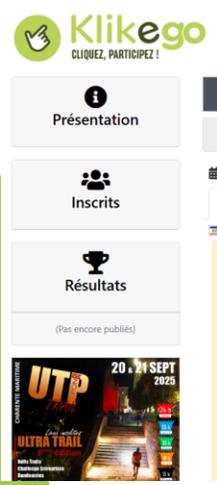
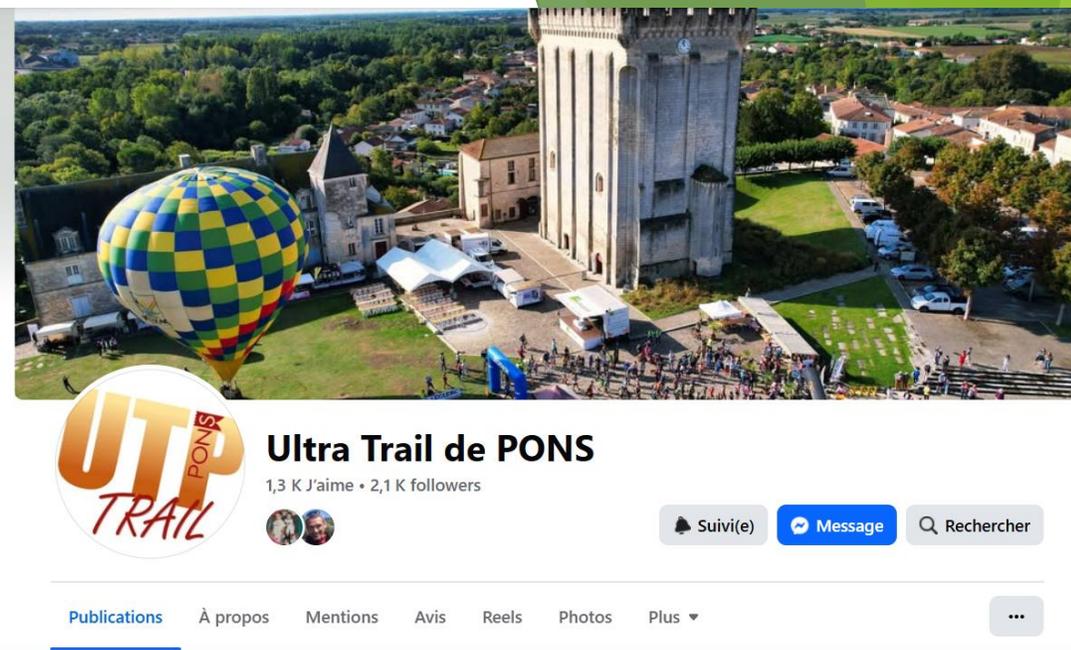
- Le donjon, avec au RDC le vestiaire où vous pourrez déposer vos sacs et les récupérer quand vous voulez : munissez vous de votre dossard, à l'étage la zone de repos UTP où les coureuses et coureurs du 24h pourront dormir au frais (climatisation bio) à partir de 21h30.
- Parking navettes pour être transporté où vous en avez besoin !!! Attention, ce parking n'est utilisable que pour les bénévoles ou PSH et nos coureurs VIP (1^{er} et 1000^{ème} inscrits 2025).
- Podium MUTUALIA, vous ne vous en doutez pas encore mais il y a de grandes chances que vous y montiez !!!!
- Sanitaires : les WC seront installés au sud du donjon et nettoyés pour que chacun puisse être zen au départ !
- Une tente de 12 praticiens rien que pour vous avec Kiné, Ostéo, Etio, Pédicure, juste après le ravito...
- 2 speakers Romain et Pierre qui eux seront très très très mobiles !!!!
- Si vous voyez plusieurs montgolfières, sur la base vie, ce n'est pas forcément une hallucination...

9) Infos et contacts



Infos et contacts :

- ▶ Association « Ultra Trail de PONS »
- ▶ Page Facebook « Ultra Trail de PONS »
- ▶ Site internet « ultratraildepons.fr »
- ▶ Inscriptions ouvertes sur le site « KLIKEGO »
- ▶ Mail : jerome.nayrat@sfr.fr
- ▶ Tel : 06 09 40 18 74



5 Km COURSE À PIED DU TRI ZEF 24 AOUT 2025 9H MOULIN BLANC

☆ **J-37 ULTRA TRAIL DE PONS 2025**

À ce jour, l'organisateur n'a pas mis en place de bourse d'échange de dossards

Du **sam. 20/09/25** au **dim. 21/09/25** Place de la république 17800 Pons

📄 Général 📄 Documents 📄 Parcours 📄 Hébergements 📄 Nouveau... 📄 Contacts

Le paiement en ligne est obligatoire

Bienvenue à l'Ultra Trail de PONS,

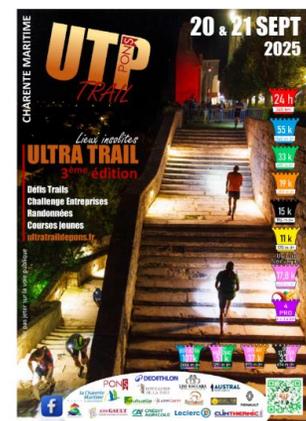
Des parcours tracés par des traileurs passionnés pour des traileurs ! N'hésitez pas à vous lancer un Défi, on fera tout pour que vous arriviez au bout !!!!

Des passages dans des lieux insolites, sur terre, sous terre... dans des entreprises, dans des propriétés privées, dans des sites inscrits au Patrimoine mondial de l'UNESCO, des châteaux, des distilleries, des Moulins, Collège Lycée... et tout ça grâce à 300 bénévoles mobilisés !!!

A bientôt

L'équipe UTP vous attend

Epreuves	
UTP 24h00 Solo	240km
20/09/2025 11h00	
Complet à 66%	
Droits d'inscription	110,5 €
UTP 24h00 équipe	
20/09/2025 11h00	
Droits d'inscription	274,0 €
Défi ULTRA Trail 107 km	
20/09/2025 9h	
Droits d'inscription	102,5 €
Défi MARIGNAC 51 km = TUN + 33 km	
20/09/2025 20h30	
Droits d'inscription	57,2 €
Défi AVY 37 km = TUN + 19 km	
20/09/2025 20h30	
Une aide ?	



Les inscriptions sont ouvertes !!!

[Lien d'inscription](#)