

TRAIL des Glières

15 ÈME ÉDITION

ORGANISÉE PAR Club Nòrdic Glières



3-4
OCTOBRE 2026
THORENS GLIÈRES

INFORMATIONS COUREURS



OU



64 KM
49 KM
34 KM
21 KM



10 KM
KV

COURSES ENFANTS
INITIATION BIATHLON
ANIMATIONS VILLAGE



INFOS ET INSCRIPTIONS SUR TRAILDESGLIERES.FR



Thorens-Glières, le 30 septembre 2026

Chers Traileuses et traileurs,

L'expérience Trail des Glières

Participer au Trail des Glières, c'est l'assurance de vivre un moment sportif et convivial hors du temps tout en soutenant une bonne cause.

Ce n'est pas simplement courir, c'est s'accorder une véritable parenthèse ! Vous évoluez dans une nature encore sauvage pour un moment de déconnexion totale. Et qui dit nature sauvage, dit sentiers techniques et magnifiques paysages pour une expérience sportive unique...

Vivre l'expérience Trail des Glières, c'est aussi et avant tout, prendre part à un moment convivial et à la mobilisation de tout un village, pour une découverte en immersion des Glières.

En prenant part à cette événement, vous devenez également un acteur solidaire, puisque chaque année, l'organisation a à cœur de soutenir une association ou une famille locale en leur reversant des fonds. Cette année, nous soutenons l'Association Nos P'tites Etoiles.

Quoi de neuf au programme cette année ?

On retrouve le KV des Glières le samedi après-midi. Pour le dimanche, certains parcours ont été modifiés et un nouveau format intermédiaire de 34 km a été créé.

Les duos sont toujours là bien sûr (c'est la formule qu'on préfère !) et vous pourrez ainsi vous aligner en équipe sur l'une des épreuves suivantes le dimanche :

- "Furious Bouquetin" : 64 km - 3400 m D+
- "Ecureuil Fou" : 49 km - 2700 D+
- "Lynx Déchainé" : 34 km – 2100 D+
- "Chamois Rapide" : 21 km – 1400 m D+
- Et si vous êtes plutôt du genre solitaire et distance plus courte, le "Marmotte Speed" 10 km – 500 m D+ est fait pour vous !

Un gros merci aux enfants de l'école élémentaire de Thorens-Glières pour avoir choisi les noms des courses.

Côté courses enfants, 5 parcours sont proposés pour tous les âges, de 0 à 15 ans.

Bien sûr, nos marraines et parrains seront présents : Anne-Lise Rousset, Jean-Marc Gaillard, Benoît Chauvet et Sébastien Chaigneau.

Et niveau animations ? Vous pourrez vous initier au biathlon. Vous pourrez assister à une démonstration de ski-roue. Et si vous êtes plutôt spectateurs, vous pourrez profiter de stands restaurations et producteurs locaux.

L'équipe d'organisation ainsi que les 300 bénévoles sont d'ores et déjà impatients de vous accueillir au cœur de notre village de Thorens-Glières.

Afin de vous aider à organiser le bon déroulement de votre journée tout en assurant la sécurité de l'ensemble des participants et des bénévoles, vous trouverez dans ce livret toutes les informations qui vous seront nécessaires.

Nous vous invitons à consulter en premier lieu les consignes de sécurité et le règlement de la course.

Au plaisir de vous retrouver le samedi 3 et dimanche 4 octobre 2026 à Thorens-Glières



SAMEDI 3 OCTOBRE 2026

- De 12h15 à 13h15 Accueil des participants « *Kilomètre Vertical des Glières* », remise des dossards.
Stade de Football
- 13h45** Briefing sous l'arche de départ et contrôle du matériel obligatoire
*coureurs du parcours « *Kilomètre Vertical des Glières* ». Camping d'Usillon*
- 14h** **Départ groupé du parcours « *Kilomètre Vertical des Glières* »**
- 14h35** **Arrivée des premiers coureurs du « *Kilomètre Vertical des Glières* »**
Arrivée des derniers coureurs vers 16h00 max
- 16h30** **Remise des prix (scratch)**
Podium extérieur. Camping d'Usillon
- De 16h à 19h Accueil des participants et remise des dossards des 4 courses
recommandé pour les coureurs du parcours « *Furious Bouquetin – 64km* »
recommandé pour les coureurs des autres courses
salle Tom Morel
- De 16h à 19h Accueil des participants « *parcours enfants* », remise des dossards.
salle Tom Morel

DIMANCHE 4 OCTOBRE 2026

- 4h15** Briefing sous l'arche de départ et contrôle du matériel obligatoire
*coureurs du parcours « *Furious Bouquetin – 64km* »*
- 4h30** **Départ groupé du parcours « *Furious Bouquetin – 64km* »**
- De 6h à 13h Accueil des participants, remise des dossards, café
*coureurs du parcours « *Ecureuil Fou – 49km* »*
*coureurs du parcours « *Lynx Déchainé – 34km* »*
*coureurs du parcours « *Chamois Rapide – 21km* »*
*coureurs du parcours « *Marmotte Speed – 10km* »*
Salle Tom Morel puis chapiteau devant la salle Tom Morel à partir de 12h
- De 7h30 à 10h30 Accueil des participants « *parcours enfants* », remise des dossards
Salle Tom Morel

7h15	Briefing sous l'arche de départ et contrôle du matériel obligatoire coureurs du parcours « Ecureuil Fou – 49km »
7h30	Départ groupé du parcours « Ecureuil Fou – 49km »
8h45	Briefing sous l'arche de départ et contrôle du matériel obligatoire coureurs du parcours « Lynx Déchainé– 34km »
9h	Départ groupé du parcours « Lynx Déchainé– 34km »
9h05	Briefing et départ du parcours enfants « Dahut - 5 km » non chronométré
9h10	Briefing et départ du parcours enfants « Bouquetin – 3 km » non chronométré
9h40	Briefing et départ du parcours enfants « Chamois – 1,5 km » non chronométré
10h	Ouverture du village animation : buvettes, stands restauration, marché des producteurs et artisans, animations musicales <i>Place d'Esnandes</i>
10h	Briefing et départ du parcours enfants « Marmotte – 500 m » non chronométré
10h15	Briefing et départ du parcours enfants « Marmotton – 500 m » non chronométré
10h15	Briefing sous l'arche de départ et contrôle du matériel obligatoire Coureurs du parcours « Chamois Rapide – 21km »
10h30	Départ du parcours « Chamois Rapide – 21km »
10h35	Briefing et départ du parcours enfants « Aigle – 1 km » non chronométré
10h50	Briefing et départ du parcours enfants « Aiglon – 1 km » non chronométré
11h30	Remise des prix des courses enfants <i>Podium extérieur</i>
11h30	Arrivée des premiers coureurs de « Furious Bouquetin – 64km » <i>Arrivée des derniers coureurs vers 18h00 max</i>
12h	Ouverture de la salle Tom Morel pour les repas des coureurs (21, 34, 49 et 64 km)

12h25	Arrivée des premiers coureurs de « Chamois Rapide – 21km » <i>Arrivée des derniers coureurs vers 18h00 max</i>
12h30	Arrivée des premiers coureurs de « Lynx Déchainé – 34km » <i>Arrivée des derniers coureurs vers 18h00 max</i>
12h40	Arrivée des premiers coureurs de « Ecureuil Fou – 49km » <i>Arrivée des derniers coureurs vers 18h00 max</i>
13h00	Ouverture de l'espace récupération : ostéopathes, masseuses <i>Préau intérieur de l'école</i>
13h15	Briefing sous l'arche de départ et contrôle du matériel obligatoire <i>Coureurs du parcours « Marmotte Speed – 10km »</i>
13h30	Départ du parcours « Marmotte Speed – 10km »
De 14h à 16h	Initiation au biathlon – Démonstration de ski-roue <i>Place d'Esnandes</i>
14h20	Arrivée des premiers coureurs de « Marmotte Speed – 10km » <i>Arrivée des derniers coureurs vers 18h00 max</i>
15h	Remise des prix (scratch) des courses adultes <i>Podium extérieur</i>
18h	Dernières arrivées
19h	Fermeture du site

1. Caractéristiques du Trail des Glières

Trail de montagne qui emprunte des sentiers techniques avec des passages aériens.

L'ensemble du parcours est balisé avec de la rubalise orange ou rouge/blanche, des panneaux directionnels, ainsi que des fanions (absence de peinture).

2. Parcours

Tout au long du parcours, le coureur doit impérativement respecter les recommandations des organisateurs, des signaleurs ainsi que celles des bénévoles présents.

2.1 Départ

- **Sas de départ** : contrôle du matériel obligatoire des coureurs lors de l'entrée dans l'aire de départ via un sas.

2.3 Secteur de Sous-Dine

- Rester sur le chemin balisé – ne pas s'écarter (lapias, gouffres profonds et bord de falaise)
- Attention aux chutes de cailloux
- Respecter les panneaux de recommandations de couleur jaune fluo

2.4 Zone du Pont de Pierre

- Accompagnateurs : respecter les zones de parking et les indications des signaleurs. Laisser une voie de circulation tout le temps libre pour le passage des secours

2.5 Marches du Pas du Roc

- Serrer à gauche
- Doubler avec une extrême prudence
- Ne pas s'arrêter

2.6 Balcons d'Usillon

- Prudence : sentier étroit sur 2kms
- Respecter les recommandations affichées (panneaux de couleur jaune fluo) et celles des signaleurs
- Ne pas doubler
- Eviter les arrêts inutiles dans les endroits trop étroits

2.7 Descente Pierre Taillée

- Sur une courte portion la marche sera obligatoire, par souci de sécurité.

Dans cette dernière descente, soyez courtois et respectueux envers les autres concurrents qui iraient plus vite ou moins vite que vous.

3. Matériel obligatoire

Voir page suivante.

4. Abandons, barrières horaires et déviations

- En cas d'abandon, le coureur doit rejoindre le contrôleur ou le signaleur le plus proche pour indiquer son abandon. Si le coureur rentre par ses propres moyens sans avertir un signaleur, il doit contacter le PC Course (appel ou SMS) au 07 69 31 13 91 (à enregistrer dans votre mobile, il figure aussi sur votre dossard).
- **Que le coureur rentre par ses propres moyens ou qu'il soit rapatrié par l'organisation, il doit se signaler au poste de chronométrage à son arrivée au village.**
- En cas de blessure grave, le coureur doit se signaler à un bénévole ou appeler le numéro de secours au 07 65 66 62 13 (à enregistrer dans votre mobile, il figure aussi sur votre dossard)
- Barrière horaire sur le 64, 49 et 34 km : les concurrents ne passant pas la barrière horaire de Pont de Pierre avant 14h30 sont stoppés (sortie du ravito).
- Déviation hors délai sur le 64 km : 10h à la Métralière (km 27) : déroutage sur le parcours 49 km.
- Déviation hors délai sur le 49 km : 11h à la Ruine de Champ Laitier (km 15) : déroutage sur le parcours 34 km.

Au niveau de leur classement, une pénalité de temps est appliquée aux coureurs déviés.

- Duo : en cas d'abandon d'un des 2 coureurs, son coéquipier peut continuer seul (en portant sur lui le dossard A car seul celui-ci dispose d'une puce). Il reste classé dans les résultats avec une pénalité de temps.

5. Ethique

- Respecter les bénévoles tout au long du parcours
- Respecter les autres usagers (randonneurs, cueilleurs de champignons, alpagistes, aubergistes, spéléologues)
- En cette période de chasse, porter de préférence des couleurs vives et bien sûr respecter les chasseurs
- Respecter l'environnement traversé (plusieurs zones classées Natura 2000), notamment en ne jetant aucun déchet par terre
- Respecter les autres coureurs
- Porter assistance à tout coureur qui en a besoin
- Ne pas couper (rester sur le chemin balisé)

**SOYEZ PRUDENTS, FAITES-VOUS PLAISIR
ET BONNE COURSE A TOUS !**

Votre matériel obligatoire pourra être contrôlé en tout point de la course (départ, pendant la course, arrivée).

Un concurrent non muni de ces accessoires peut se voir refuser de prendre le départ par le comité de course, ou être arrêté sur le parcours.

Une disqualification sera appliquée aux concurrents en cas de non-présentation du téléphone portable et de la couverture de survie obligatoire.

Matériel obligatoire pour le 10 km et le KV :

- Une paire de chaussures adaptées au trail
- Une couverture de survie
- Un sifflet
- Un gobelet personnel
- Un téléphone portable

Matériel recommandé pour le 10 km et le KV :

- Une réserve d'eau
- Une réserve alimentaire

Matériel obligatoire pour le 21 et 34 km :

- Une paire de chaussures adaptées au trail
- Une couverture de survie
- Un sifflet
- Un gobelet personnel
- Un téléphone portable
- Une réserve d'eau
- Une réserve alimentaire
- Une veste coupe-vent/imperméable

Matériel recommandé pour le 21 et 34 km :

- Une casquette ou bandana
- Une micro polaire
- Des gants et bonnet

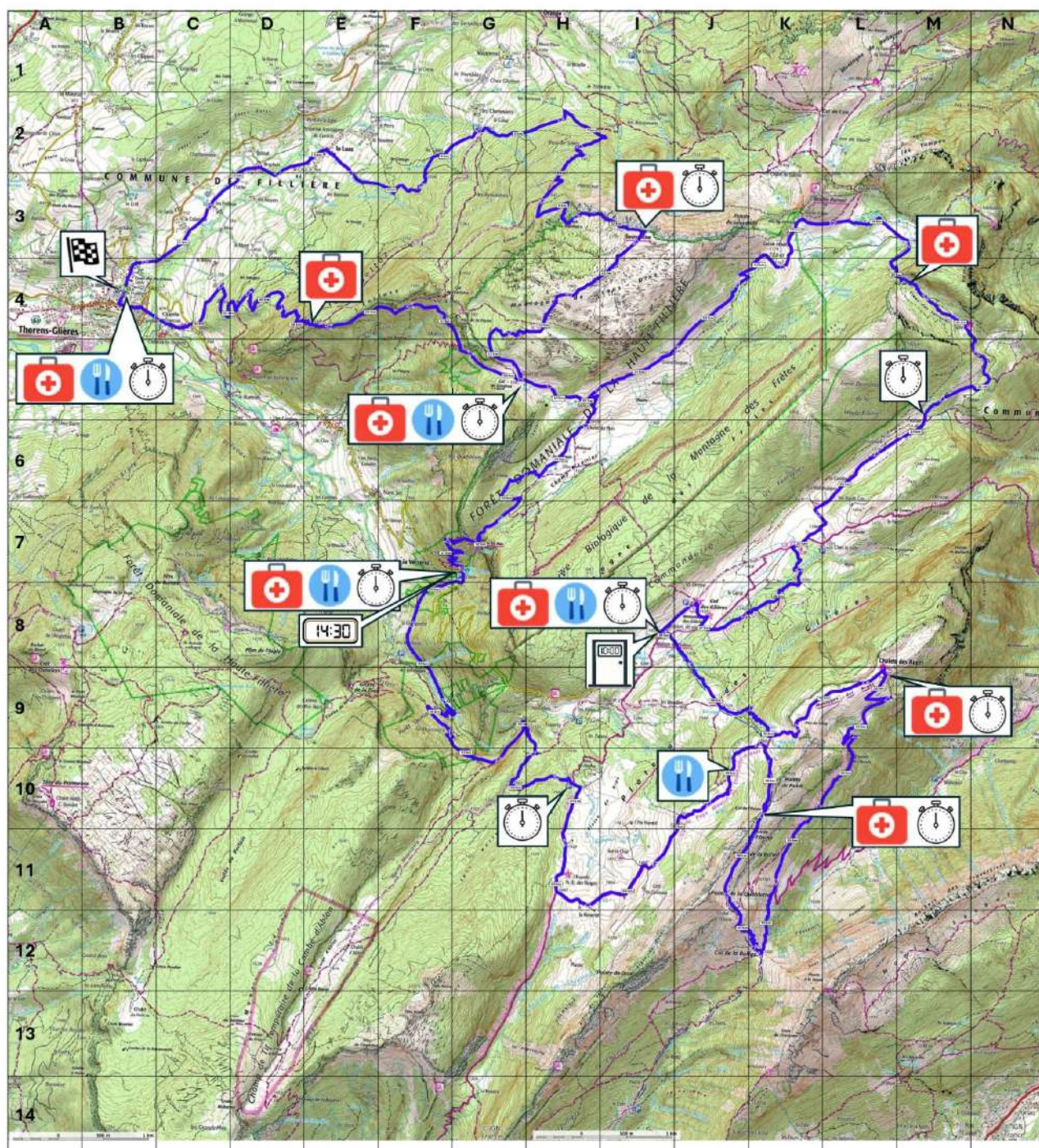
Matériel obligatoire pour le 49 et 64 km :

- Une paire de chaussures adaptées au trail
- Une couverture de survie
- Un sifflet
- Un gobelet personnel
- Un téléphone portable
- Une réserve d'eau
- Une réserve alimentaire
- Une veste coupe-vent/imperméable
- Un bonnet ou buff
- Une couche chaude haut du corps
- Une lampe frontale (pour le 64 km)

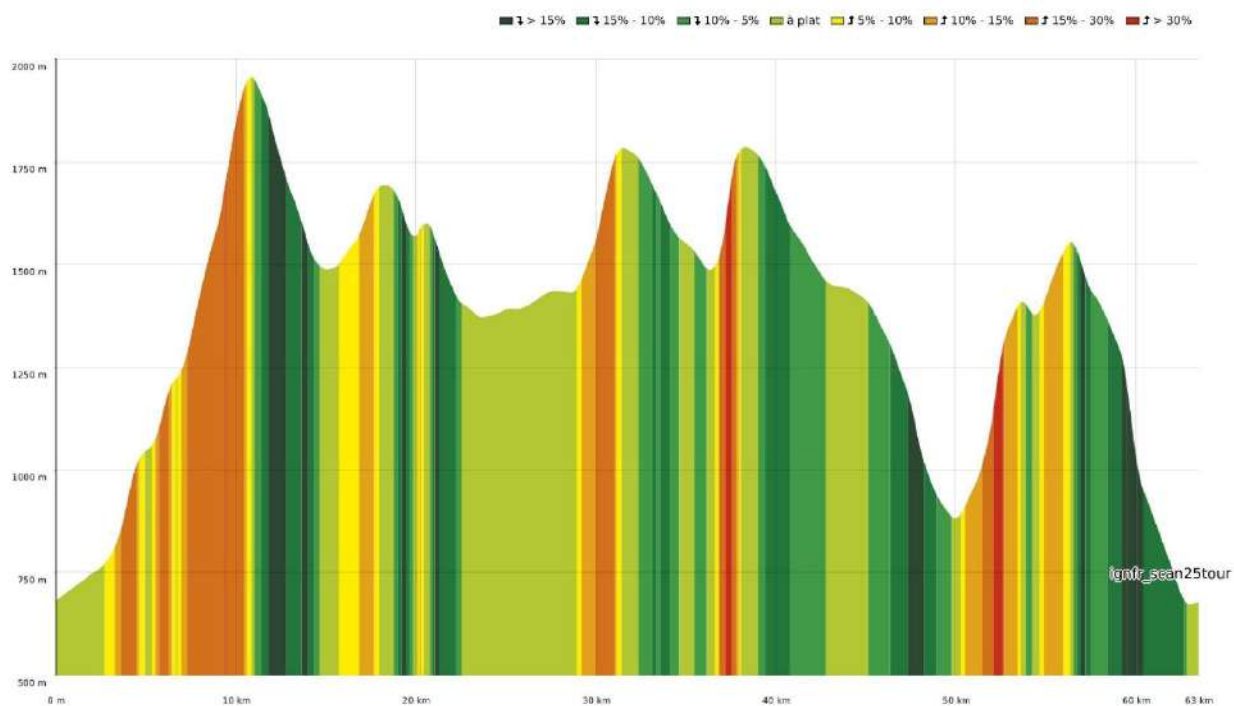
Matériel recommandé pour le 49 et 64 km :

- Une casquette ou bandana
- Une micro polaire
- Des gants et bonnet

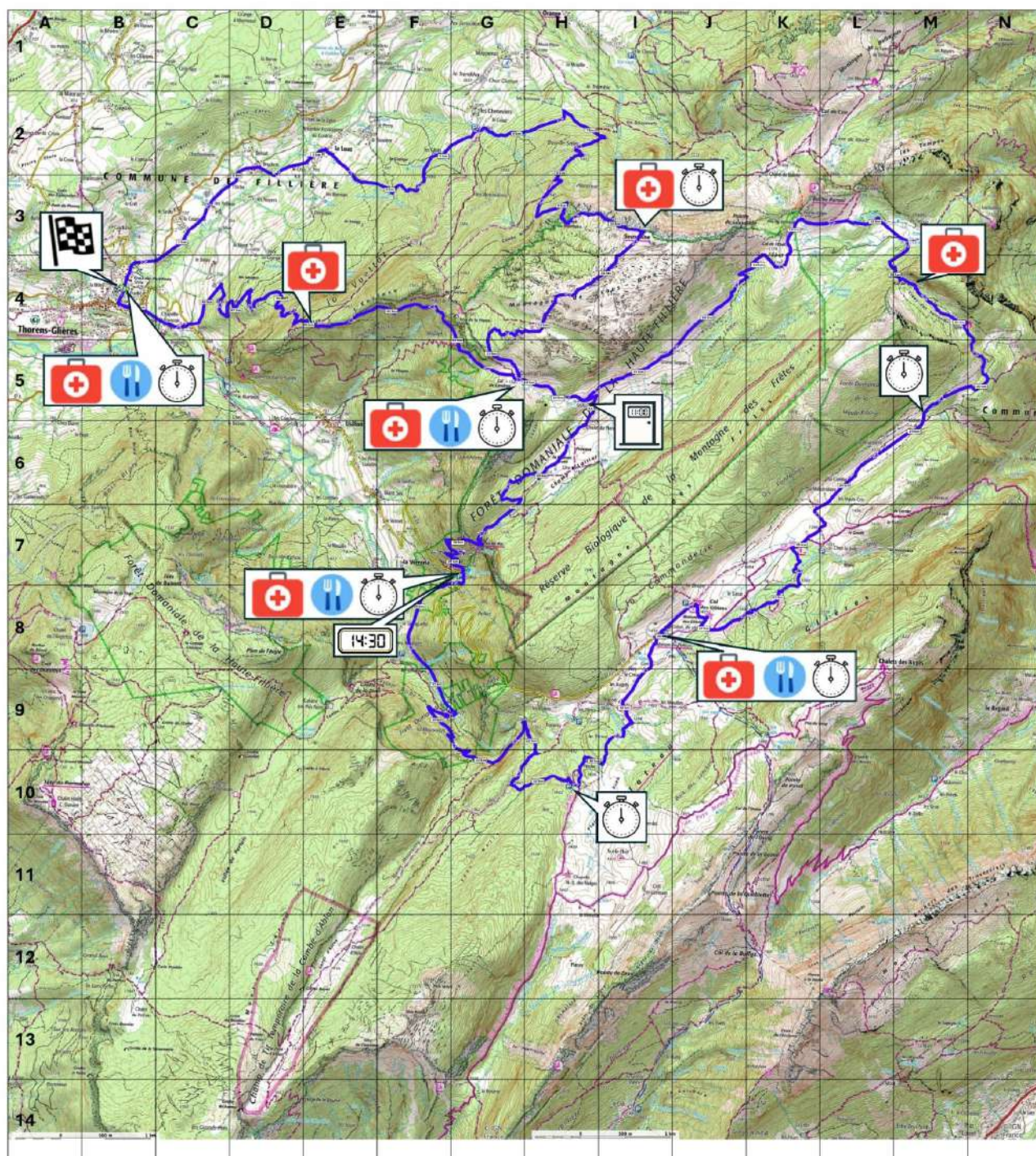
Les bâtons sont autorisés (ils doivent être portés pendant la course entière).



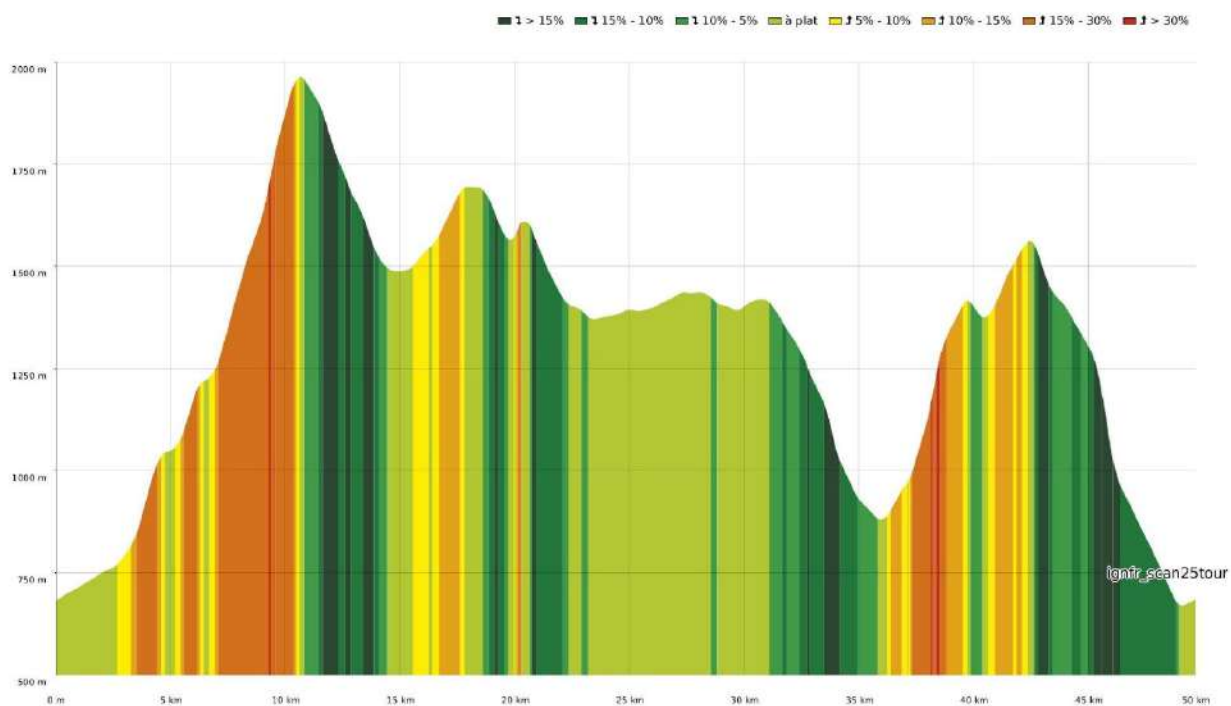
Trail des Glières 2026 – Furious Bouquetin 64 km – 3400 m



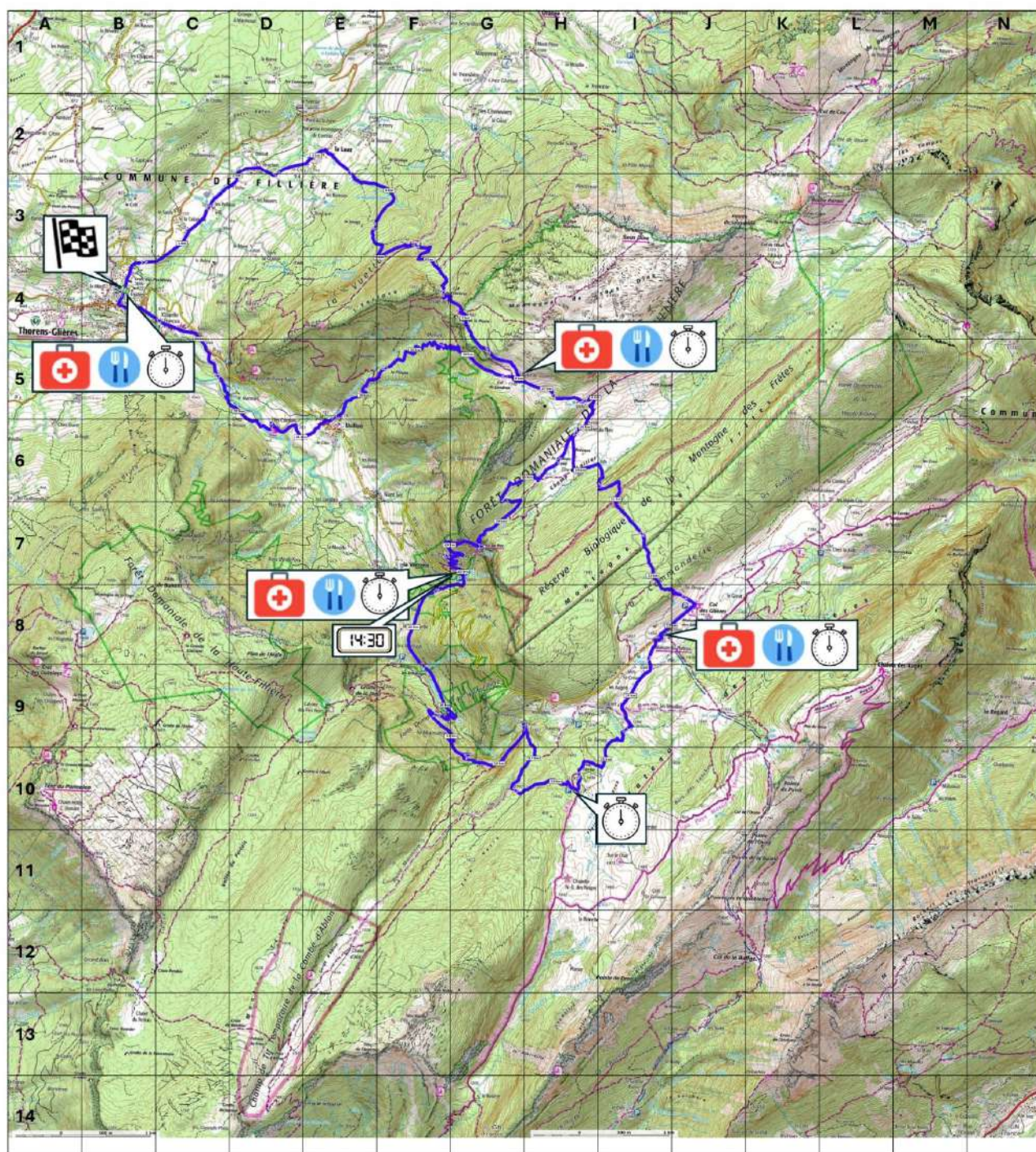
Trail des Glières 2026 – Furious Bouquetin 64 km – 3400 m



Trail des Glières 2026 – Ecureuil Fou 49 km – 2700 m



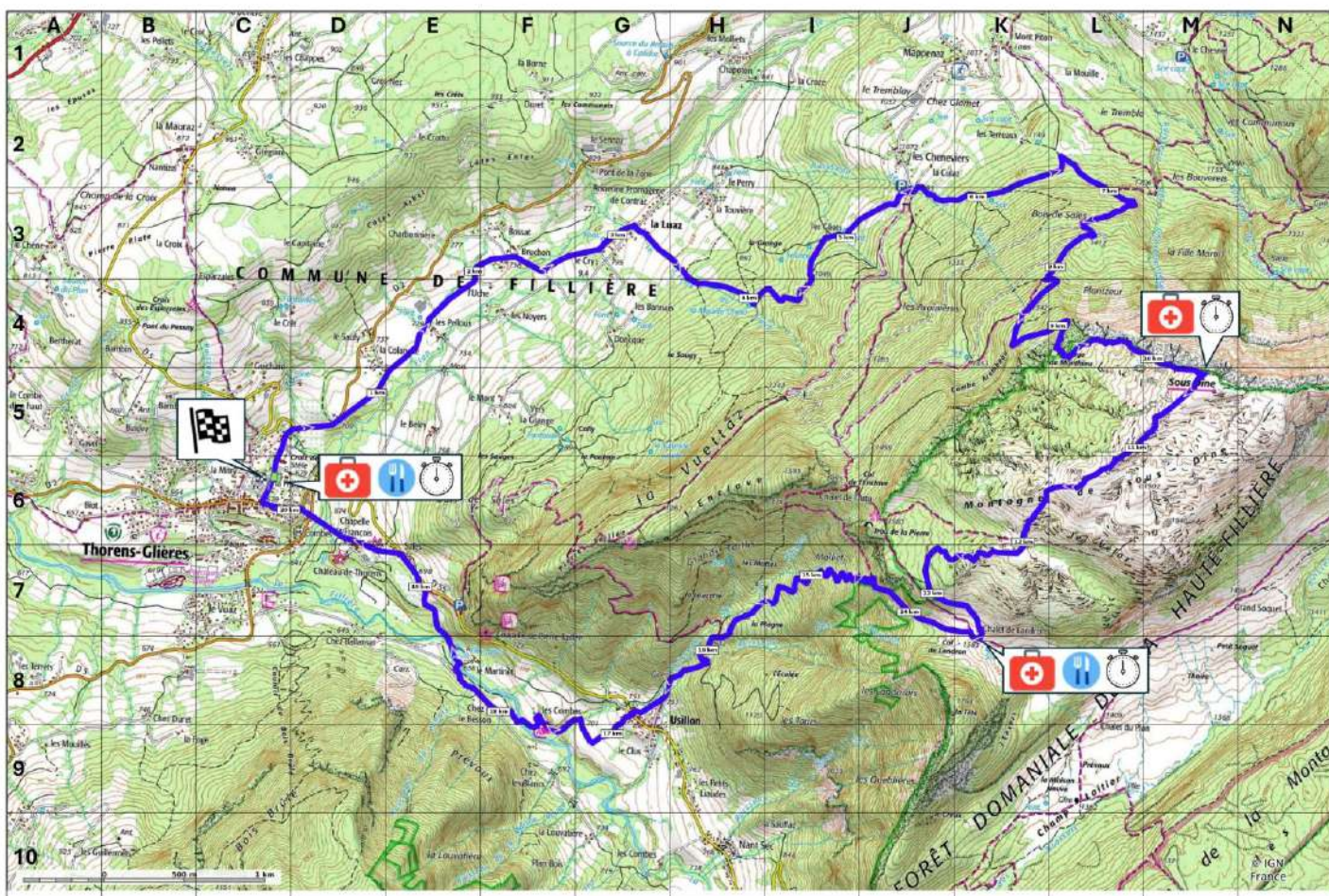
Trail des Glières 2026 – Ecureuil Fou 49 km – 2700 m



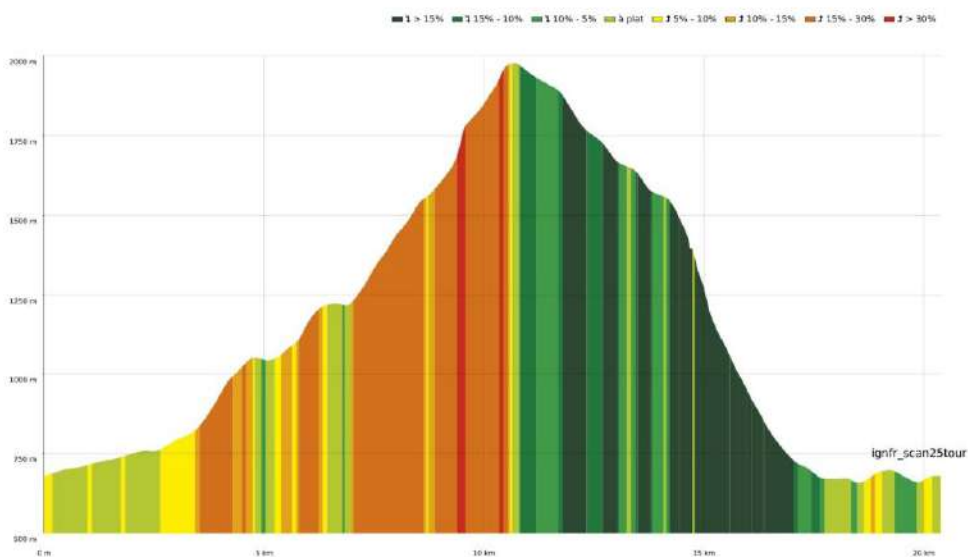
Trail des Glières 2026 – Lynx Déchainé 34 km – 2100 m



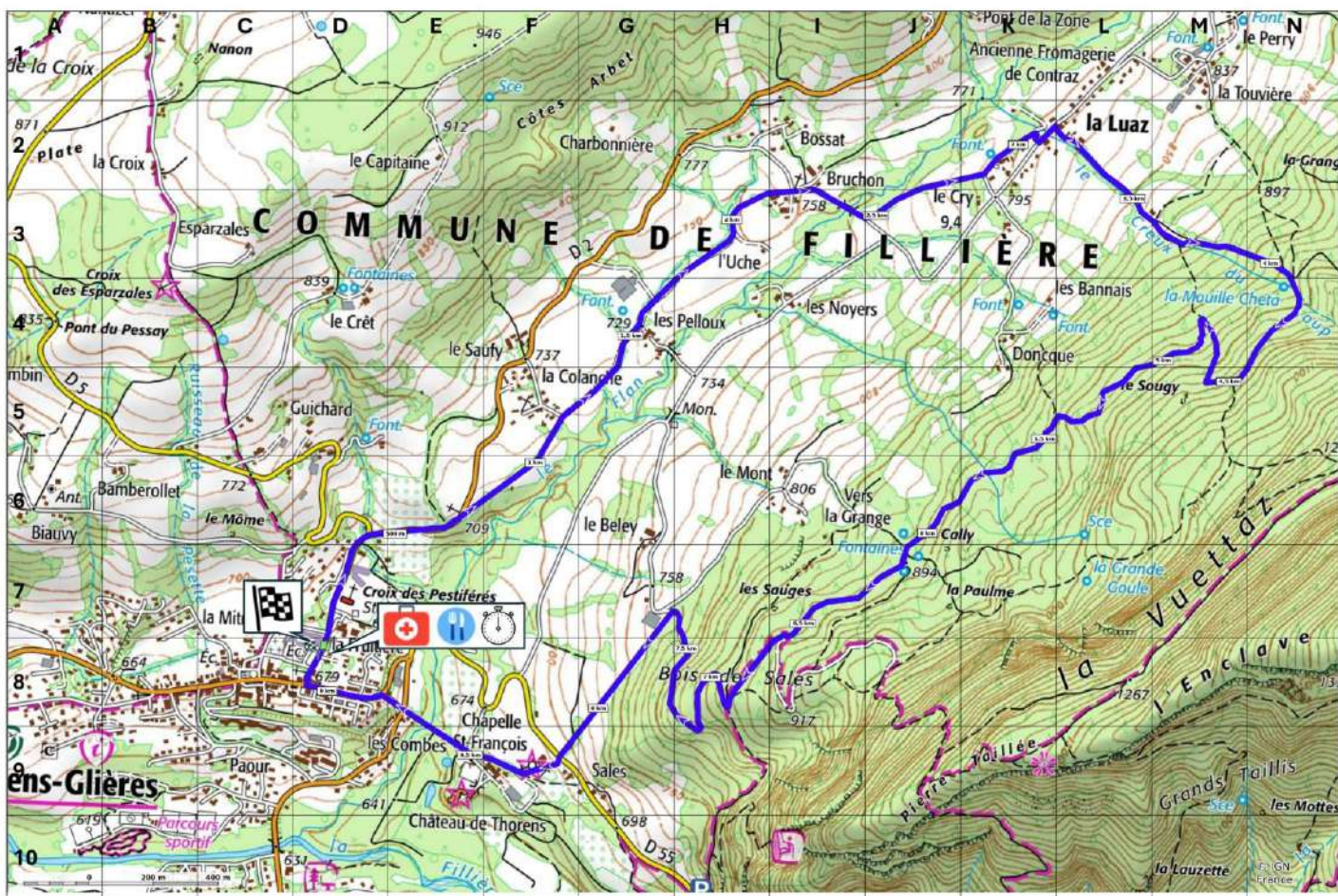
Trail des Glières 2026 – Lynx Déchainé 34 km – 2100 m



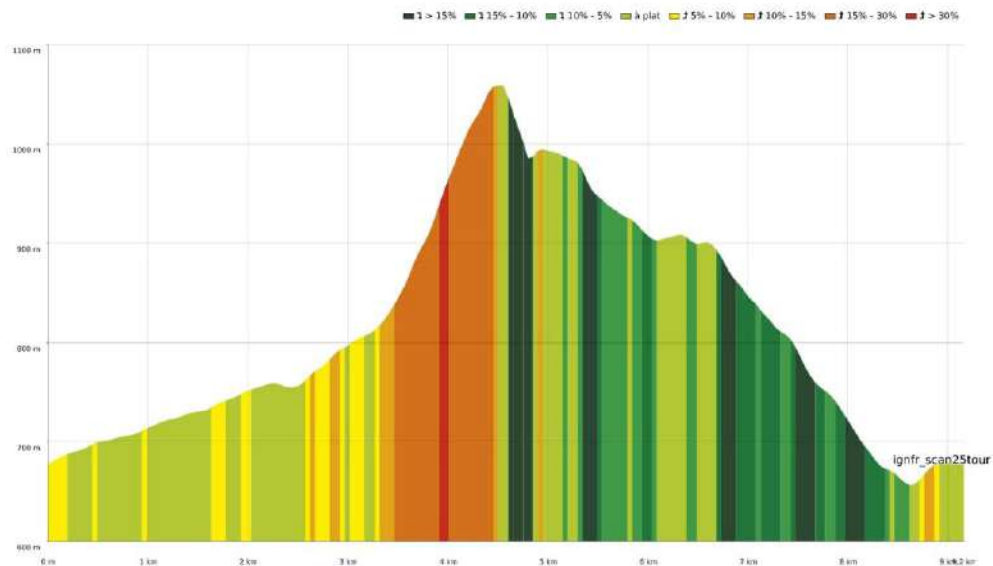
Trail des Glières 2026 – Chamois Rapide 21 km – 1400 m



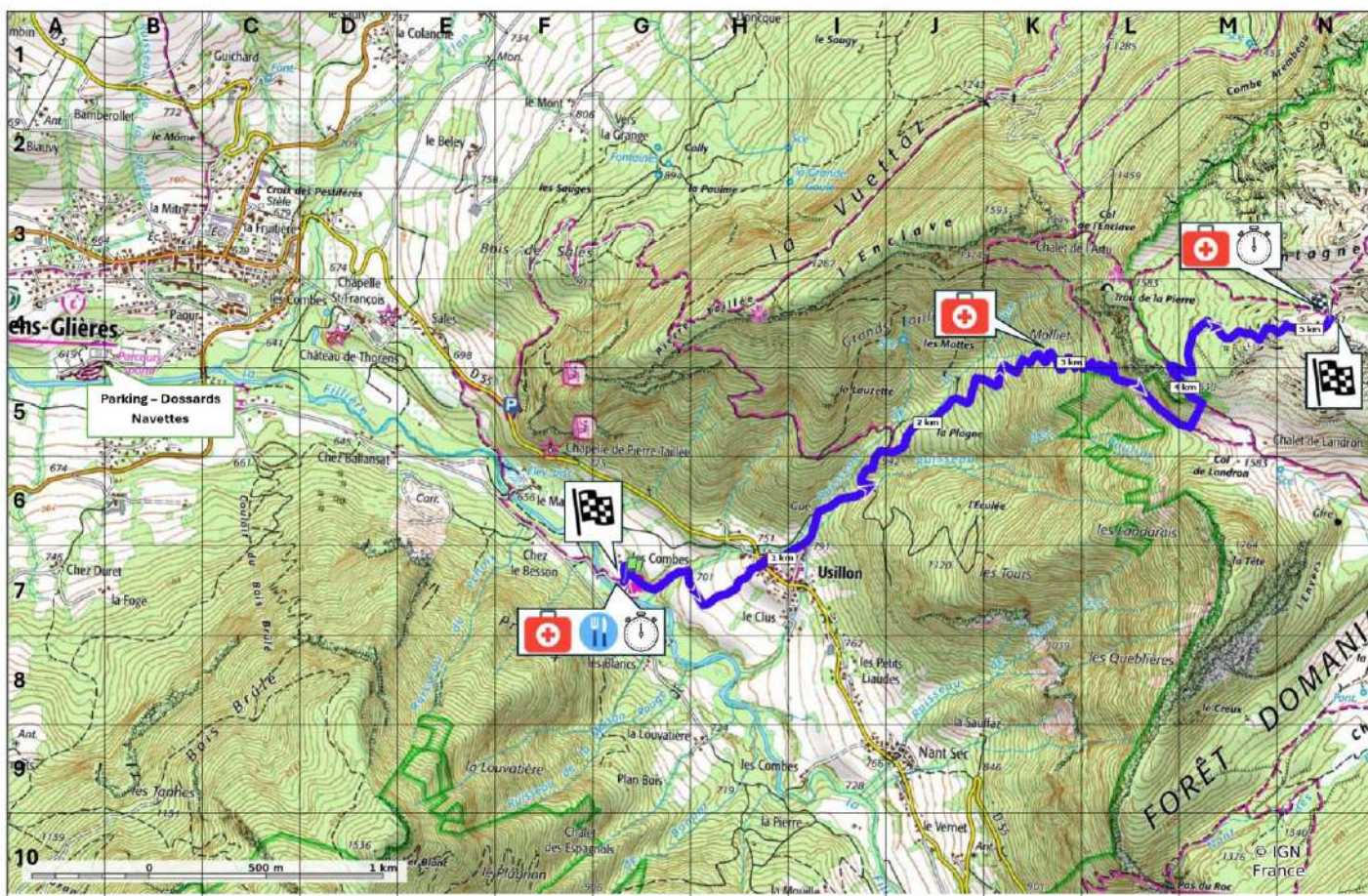
Trail des Glières 2026 – Chamois Rapide 21 km – 1400 m



Trail des Glières 2026 – Marmotte Speed 10 km – 500 m



Trail des Glières 2026 – Marmotte Speed 10 km – 500 m



Trail des Glières 2026 – KV des Glières 4,8 km – 1090 m



Trail des Glières 2026 – KV des Glières 4,8 km – 1090 m

Détail des parcours :

Parcours « Furious Bouquetin » - 64 km :

Points de passage	Distance cumul (km)	Déniv + cumul (m)	Déniv - cumul (m)	Barrière / Déviation	Poste de Secours	Commentaire
Sous Dine	10.1	1300	60		Oui	Pointage
Landron	13.6	1300	300		Oui	Pointage + Ravito
Col de Spé	19.7	1630	540		Oui	
Bas de Fréchet	22	1630	680			Pointage
Métralière	27.2	1720	820	10h - Déviation sur le 49 km	Oui	Pointage + Ravito
Les Auges	31.1	2090	890		Oui	Pointage
Col de l'Ovine	38	2370	1250		Oui	Pointage
Chalet du Loup	39.5	2370	1450			Ravito
Parking Dran	43.5	2370	1890			Pointage
Pont de Pierre	50	2630	2300	14h30 sortie ravito - arrêt définitif	Oui	Pointage + Ravito
Landron	55.5	3110	2450		Oui	Pointage + Ravito
Belvédère	58	3120	2800		Oui	
Village	62.8	3210	3210	18h00	PC Secours	Ravito

Parcours « Ecureuil Fou » - 49 km :

Points de passage	Distance cumul (km)	Déniv + cumul (m)	Déniv - cumul (m)	Barrière / Déviation	Poste de Secours	Commentaire
Sous Dine	10.1	1300	60		Oui	Pointage
Landron	13.6	1300	300		Oui	Pointage + Ravito
Bifurcation	15	1320	440	11h00 - déviation sur le 34 km		
Col de Spé	19.7	1630	540		Oui	
Bas de Fréchet	22	1630	680			Pointage
Métralière	27.2	1720	820		Oui	Pointage + Ravito
Parking Dran	30	1750	940			Pointage
Pont de Pierre	36.3	1860	1640	14h30 sortie ravito - arrêt définitif	Oui	Pointage + Ravito
Landron	42	2440	1740		Oui	Pointage + Ravito
Belvédère	44.5	2450	2100		Oui	
Village	49	2540	2540	18h00	PC Secours	Ravito

Détail des parcours :**Parcours « Lynx Déchainé » - 34 km :**

Points de passage	Distance cumul (km)	Déniv + cumul (m)	Déniv - cumul (m)	Barrière / Déviation	Poste de Secours	Commentaire
Landron	8	960	30		Oui	Pointage + Ravito
Métralière	13.2	1180	340		Oui	Pointage + Ravito
Parking Dran	15.7	1210	520			Pointage
Pont de Pierre	22	1310	1070	14h30 sortie ravito - arrêt définitif	Oui	Pointage + Ravito
Landron	27.4	1930	1070		Oui	Pointage + Ravito
Village	34.4	2030	2030	18h00	PC Secours	Ravito

Parcours « Chamois Rapide » - 21 km :

Points de passage	Distance cumul (km)	Déniv + cumul (m)	Déniv - cumul (m)	Barrière / Déviation	Poste de Secours	Commentaire
Sous Dine	10.1	1300	60		Oui	Pointage
Landron	13.6	1300	300		Oui	Pointage + Ravito
Village	20.6	1370	1370	18h00	PC Secours	Ravito

- suivre Direction « Thonon Evian / Chamonix / Argonay / La-Roche-sur-Foron / Thônes »
- continuer sur la D1203 et prendre la sortie « Thorens-Glières » à droite.

- prendre l'Autoroute A41 en Direction d'Annecy
- prendre la sortie No. 18 Allonzier-la-Caille
- au rond-point prendre la 3^è sortie
- au rond-point suivant Direction Groisy
- après la voie ferrée tourner à droite et suivre Direction Thorens-Glières

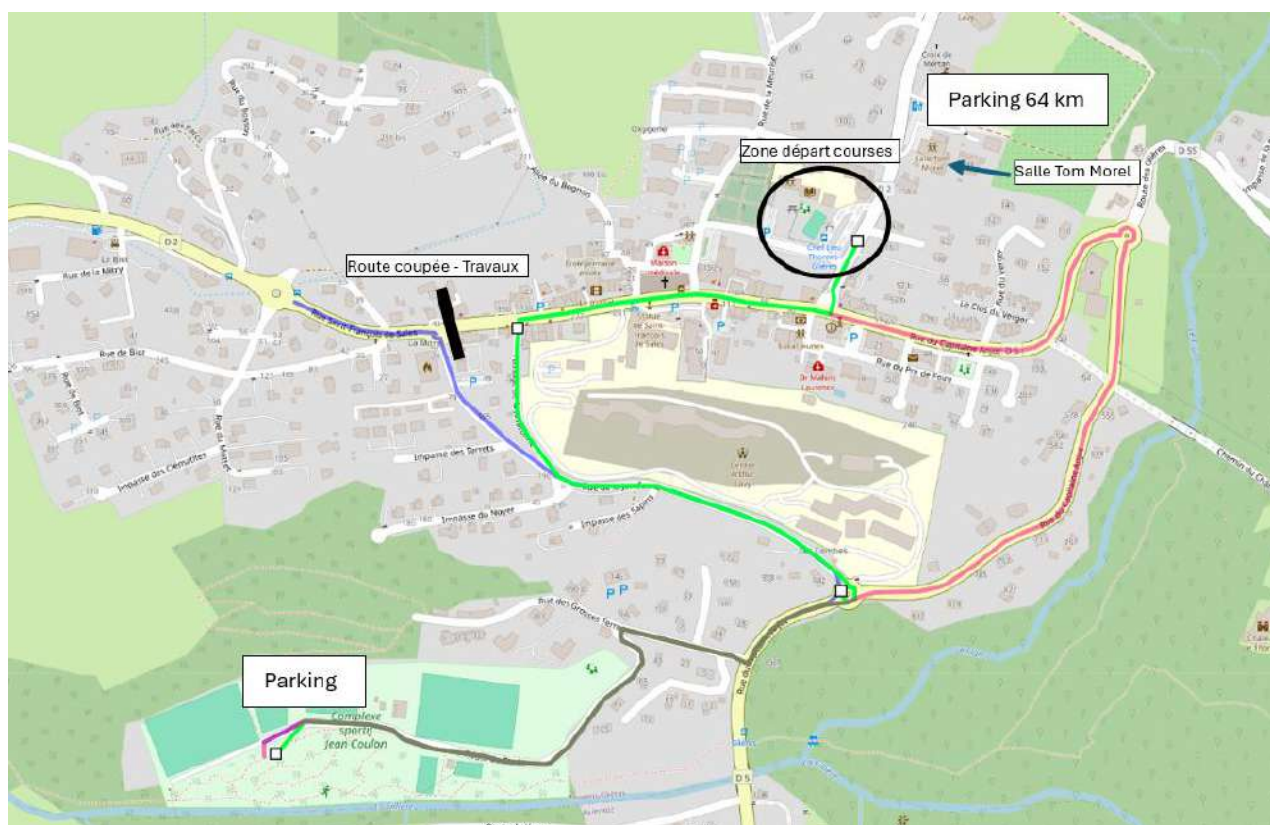
Pour le 64 km : les coureurs du 64 km peuvent se garer à côté de la salle Tom Morel (Parking 64 km indiqué ci-dessous). Pas de service de navettes pour le 64 km.

Autres courses : Parking au stade de football de Thorens-Glières (stade Jean Coulon). Suivre les flèches « parking »

Attention : la route d'entrée de Thorens en venant d'Annecy est coupée (une zone de travaux). Merci de respecter les indications pour le parking.

Service de navettes : un service de navettes « coureurs » a été mis en place afin de vous transporter du parking du stade vers le village et la zone du départ. Il démarre à 6h.

À pied : prévoir environ 10 minutes à pied entre le parking du stade et la zone de départ.

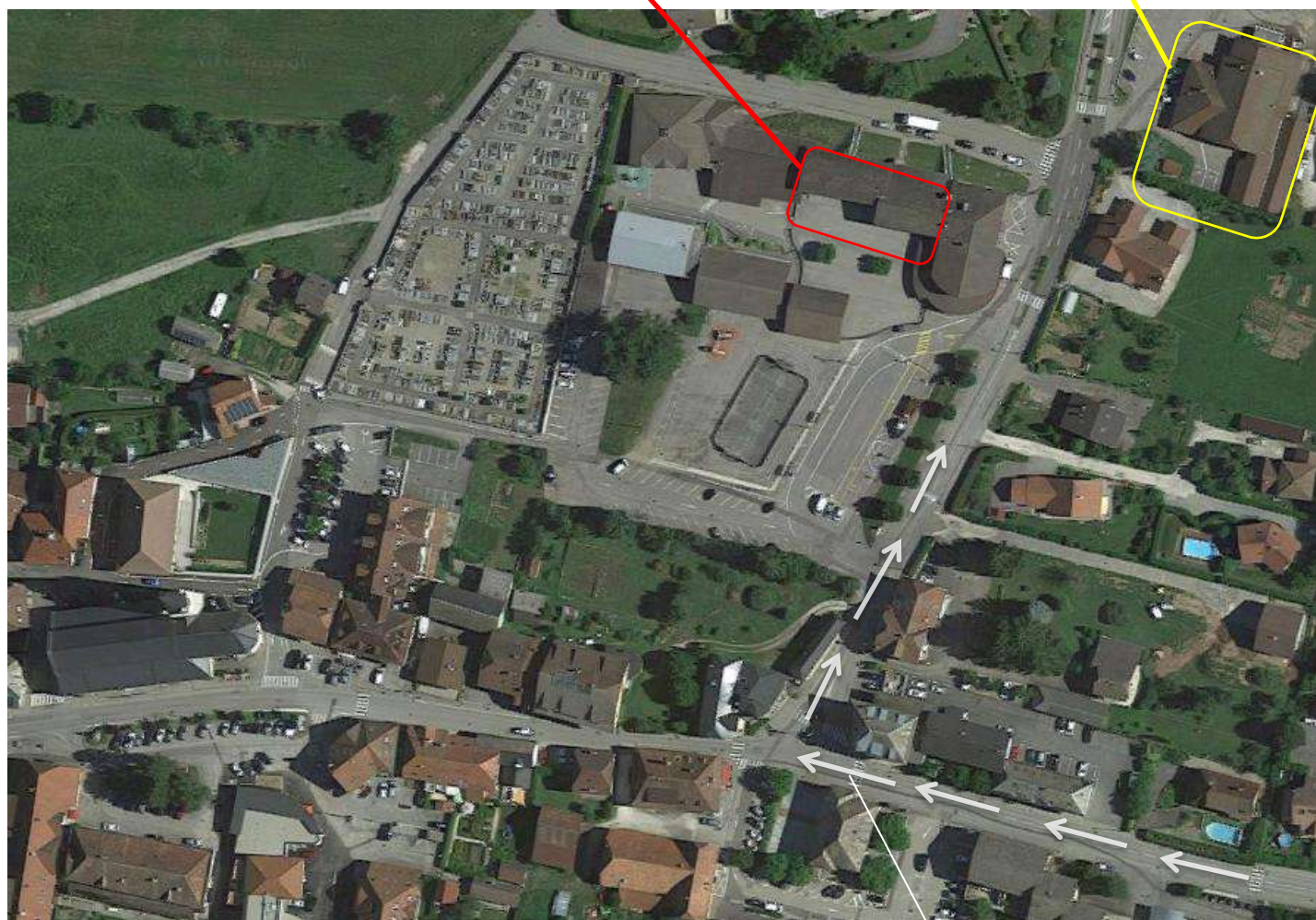


Préau intérieur école

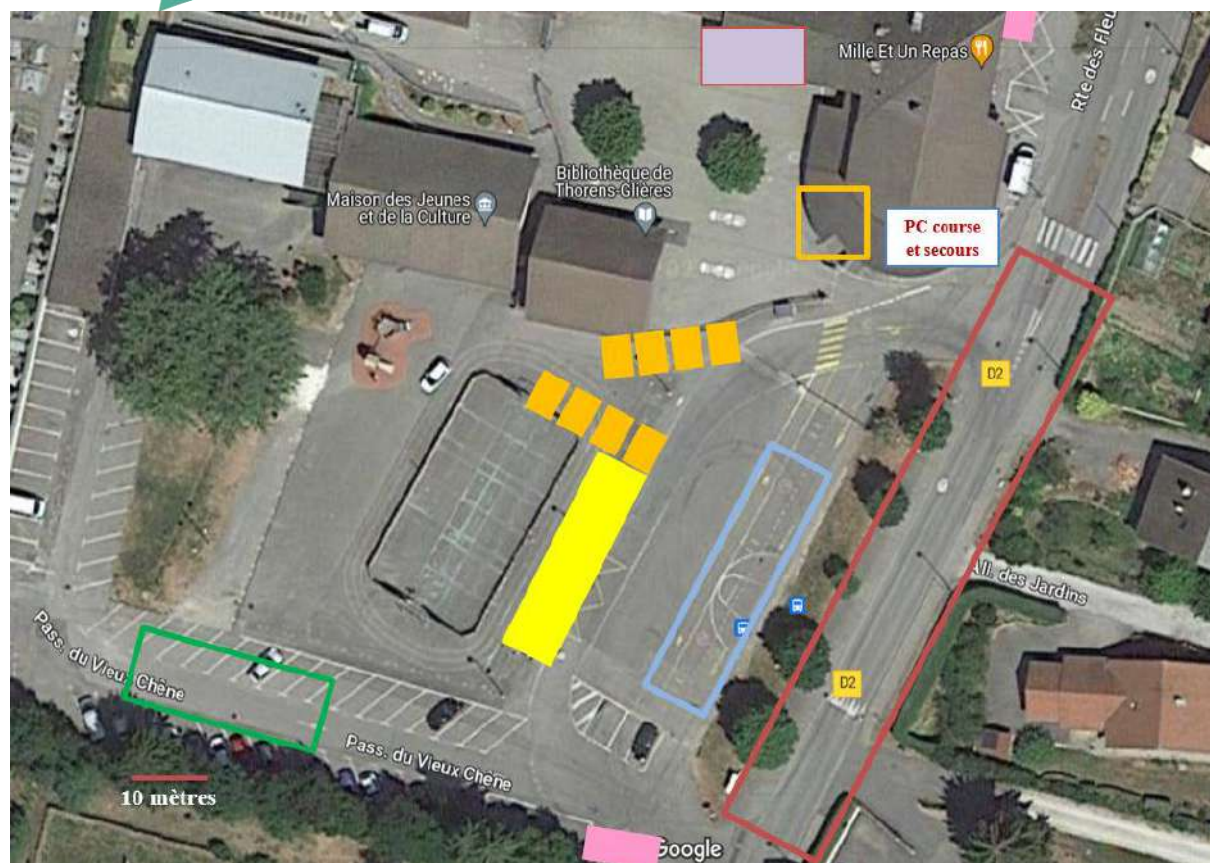
- Espace récupération
- Dépose de sacs

Salle Tom Morel

- Remise des dossards
- Accueil des coureurs
- Repas des coureurs et accompagnants
- Douches



Sens d'arrivée des coureurs



	Départ des courses enfants		Arrivée et départ des courses		Espace initiation Biathlon		Espace récupération		Dépose sacs
	WC		Douche de la salle Tom Morel		Buvettes		Village : exposants et producteurs		Barnum devant la salle Tom Morel



Le retrait des dossards a lieu à :

➤ **Salle Tom Morel**

Le samedi 3 octobre 2026 : de 16h à 19h pour les courses **adultes** et **enfants** (recommandé pour le parcours 64 km)

Le dimanche 4 octobre 2026 : de 6h à 13h pour les courses **adultes**, de 7h30 à 10h30 pour les courses **enfants**. Déplacé devant la salle Tom Morel à partir de 12h.

Merci de vous présenter **au moins 1h avant le départ** de votre course avec votre pièce d'identité.

Vous pouvez retirer le dossard d'une autre personne sur présentation de sa pièce d'identité.

Assurez-vous d'avoir complété votre dossier avec votre numéro de QS ou certificat médical pour les mineurs. Pas de dossard pour les dossiers incomplets.

Quelques conseils :

1. Consultez votre numéro de dossard sur le listing à l'entrée de la salle.
2. Dirigez-vous vers le stand remise des dossards



Furious Bouquetin – 64 km



Ecureuil Fou - 49 km



Lynx Déchainé – 34 km



Chamois Rapide – 21km



Marmotte Speed – 10km

3. Notre équipe de bénévoles vous remettra :

- Un dossard électronique à porter en permanence durant la course et après la course. Il vous permettra de prendre votre repas (sauf 10 km et KV), votre boisson d'après-course (bière), votre lot et votre médaille (à retirer sur le stand TDG)
- Des tickets pour les repas accompagnants si vous en avez pris lors de votre inscription

Suivi live des coureurs : cliquez sur le lien

<https://live.l-chrono.com/resultats/trail-des-glieres-2026>

Aire des animations

Tout le détail sur les animations (horaires, lieux) figure dans le programme au début de ce document.

Espace récupération : sur le trail des Glières, vous êtes chouchoutés !

Après l'effort, place à la récupération :

- Ostéopathes de l'école d'ostéopathie Isostéo de Lyon www.isosteo.fr
- Equipe de masseuses :
 - Anais Pons : 0634535282 - <https://www.anais-sport-massage.com/> - @anaissportmassage
 - Aurélie Labouret : 0681669909 - <https://lesmassagesdaurelie.fr/> - @lesmassages_daurelie
 - Eva Guillegault : 0649089988 - <https://www.hawah-bienetre.fr/> - @Hawah_bienetre
 - Coralie Pernoud : 0788248650 - @la.base_coralie.pernoud

Des douches sont à votre disposition devant la salle Tom Morel.

Dépose-sacs :

Un espace abrité pour déposer votre sac est disponible à côté du préau de l'école. Il est surveillé. Votre sac est déposé et rendu sur présentation de votre dossard.

Météo :

Nous souscrivons un service météo professionnel. Leur bulletin sera communiqué au moment du retrait du dossard et avant le départ.

Les températures sont fraîches en montagne notamment le matin. Pensez à prendre des vêtements chauds et contre le vent/la pluie.

Comme mentionné dans le règlement, l'organisation se réserve le droit jusqu'au dernier moment de modifier les parcours pour garantir la sécurité des coureurs et des bénévoles.

Matériel obligatoire :

Vous devez respecter le matériel obligatoire (cf règlement).

Des contrôles aléatoires sont susceptibles d'être fait en tout point de la course (départ, pendant, arrivée).

Conformément au règlement, une disqualification est possible en cas de non-respect de cette règle.

Repas :

Le repas d'après-course est servi de 12h à 18h à la salle Tom Morel, pour les coureurs et les accompagnants ayant acheté leur repas en ligne lors de l'inscription (sauf 10 km et KV). Pas de vente sur place de repas mais des stands de petite restauration/buvettes sont disponibles place d'Esnandes (consommation possible dans la salle Tom Morel).

Accès :

Depuis Annecy :

- suivre Direction « Thonon Evian / Chamonix / Argonay / La-Roche-sur-Foron / Thônes »
- continuer sur la D1203 et prendre la sortie « Thorens-Glières » à droite.

Depuis Genève :

- prendre l'Autoroute A41 en Direction d'Annecy
- prendre la sortie No. 18 Allonzier-la-Caille
- au rond-point prendre la 3^e sortie
- au rond-point suivant Direction Groisy
- après la voie ferrée tourner à droite et suivre Direction Thorens-Glières

Parkings et retrait des dossards :

Au stade de football de Thorens-Glières (Stade Jean Coulon – rue des grosses terres) :

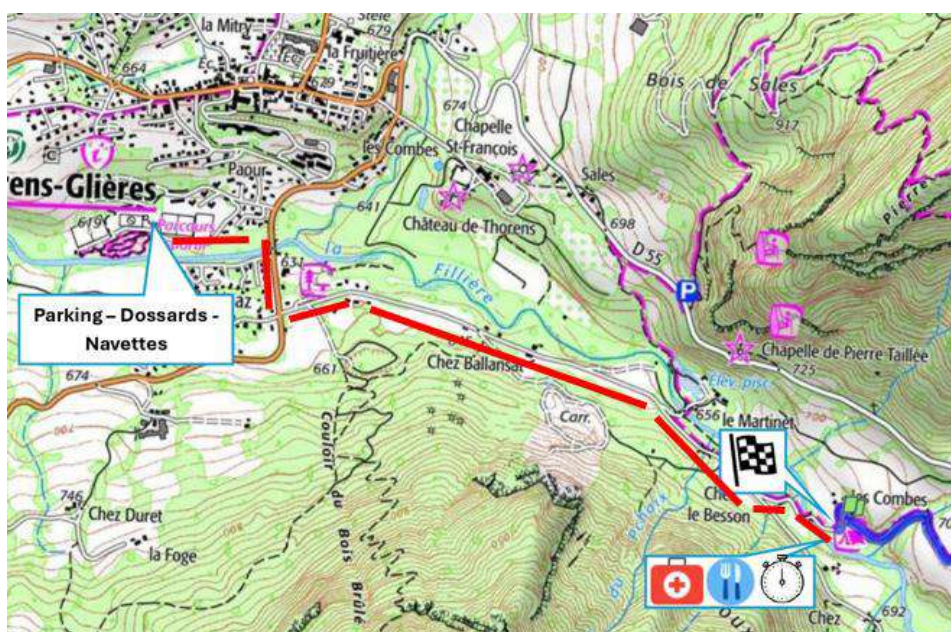
Retrait des dossards de 12h15 à 13h15

Assurez-vous d'avoir complété votre dossier avec votre numéro de QS ou certificat médical pour les mineurs. Pas de dossard pour les dossiers incomplets.

Parking obligatoire au stade car il n'y a pas de parking sur le lieu du départ du KV.

Des navettes sont à votre disposition pour rejoindre le lieu du départ du KV (camping Les Combes d'Usillon). Vous pouvez y aller également à pied (itinéraire balisé – trait rouge ci-dessous – distance : 3 km).

Vous pouvez laisser votre sac au camping, sur le lieu de départ.



13h45 Briefing sous l'arche de départ et contrôle du matériel obligatoire
coureurs du parcours « **Kilomètre Vertical des Glières** ». Camping d'Usillon

14h **Départ groupé du parcours « Kilomètre Vertical des Glières »**

14h35 **Arrivée des premiers coureurs du « Kilomètre Vertical des Glières »** au
Velaz (au-dessus du chalet de Landron)
Arrivée des derniers coureurs vers 16h00 max.

**La redescente s'effectue en marchant par le même chemin que la montée.
La priorité doit être donnée aux coureurs qui montent.**

Le ravitaillement d'arrivée est situé au même endroit que le départ (camping
d'Usillon)

16h30 **Remise des prix (scratch)**
Résultats sur le site du live :
<https://live.l-chrono.com/resultats/trail-des-glieres-2026>
Podium extérieur. Camping d'Usillon

Des navettes sont à votre disposition pour retourner au stade et au parking depuis le camping (ou retour à pied pour les plus courageux !)

ATTENTION : pour le KV, tout se passe au stade de football et au camping d'Usillon. Il n'y a pas d'accueil au village ni à la salle Tom Morel.

Matériel obligatoire :

Vous devez respecter le matériel obligatoire (cf règlement).

Des contrôles aléatoires sont susceptibles d'être fait en tout point de la course (départ, pendant, arrivée).

Conformément au règlement, une disqualification est possible en cas de non-respect de cette règle.

Le règlement des courses adultes est accessible ici : [Règlement courses adultes](#)

Le règlement des courses enfants est accessible ici : [Règlement courses enfants](#)

Tous ensemble pour faire du trail des Glières un évènement éco-responsable dans le but de réduire son impact sur l'environnement

- Réduction et tri des déchets :

Sur le parcours, interdiction de jeter les déchets au sol. Merci de porter attention à bien fermer vos poches !

Sur les ravitaillements, dans le village du trail et à la salle des fêtes : présence de points de tri avec les consignes suivantes :



- Lutte contre la pollution de l'eau :

Lors des douches, nous vous remercions d'utiliser le savon biodégradable mis à disposition

- Incitation au covoiturage avec notre partenaire Togetzer :

<https://togetzer.com/covoiturage-evenement/r4th3v>



Club Nørdic Glières



**Galerie
Atelier Bois**



Club Nørdic Glières

TRAIL des Glières

15 ÈME ÉDITION

ORGANISÉE PAR Club Nordique Glières



3-4
OCTOBRE
THORENS GLIÈRES

**PRUDENCE, PLAISIR
et BONNE COURSE !**

Trail des Glières « CNG « Section Trail » - 30, place de la Mairie - 74570 THORENS-GLIÈRES
Email : contact@traildesglieres.com - web : www.traildesglieres.com

21 KM

10 KM
KV



COURSES ENFANTS
INITIATION BIATHLON
ANIMATIONS VILLAGE



INFOS ET INSCRIPTIONS SUR TRAILDESGLIERES.FR

