

		10 000 cœurs & accueil & INTERVENTIONS & <i>clown</i> & TUTTI QUANTI						
Groupe	Ville départ	Ville arrivée	Km	Tps max.	Horaires	Type d'étapes	Page	
17h30 max. : Accueil des bénévoles de l'encadrement, Accueil des équipes et photos des équipes, Accueil des invités & des media								
Pré prologue	Tous	Paris (Place Joffre)			19h20 - 19h45	drancy pays de rambervillers	<p>L'étape Jean Mamere. Les véhicules autorisés se garent étendue sablonneuse à droite face mur de la paix Place Joffre (près de l'Ecole Militaire – champs de mars) : gendarmes (véhicule et motos), 1 DC, 1 logistique, 1 photo, 3 vidéo, 1 médecin, 1 ambulance, 1 car podium, 2 roulante (dont 1 part rapidement à Vincennes), 1 musicien, 3 véhicules lions club, 1 véhicule Renault (Zoé), invités conférence de presse et tribune officielle. Les dirigeants d'entreprises le cas échéant sont déposés.</p> <p>Les autres véhicules se garent au parking réservé à cet effet Place Joffre - Commissaires B (leader) & 4 commissaires parking A & C.</p> <p><i>Toutes les équipes se garent au Parking Joffre.</i></p> <p>Les commissaires B & A balisent la ronde du pré-prologue avec des cyalumes à 19h10 précises.</p> <p>Après le départ : <i>Les commissaires A peuvent aller se reposer à Vincennes ... Les véhicules des équipes du Prologue se rendent directement à l'arrivée du Prologue, les autres véhicules équipes et les véhicules non autorisés vont directement à Vincennes.</i></p>	
Prologue Spé 1	A & B & C & J 1 à 14	Paris (Place Joffre)	Place Honorat (Jardins du Luxembourg)	10,5	20h - 21h20		<p>L'étape de Gus. Neutralisée en peloton. 8 coureurs au moins groupés du départ à l'arrivée - 8 à 20 coureurs max./équipe. Attention : les gendarmes se calent à 8km/h (niveau requis : 10km/h min.). Tout coureur "lâché" (dépassé par ambulance de fin de convoi) stoppe immédiatement et s'écarte sur le trottoir : il rejoint l'arrivée par ses propres moyens. Aucun véhicule suiveur d'équipe autorisé. Véhicules autorisés dans le convoi : gendarmes, DC, 1 photo, 3 vidéos, 1 médecin, ambulance. Les commissaires C (leader) & B mobilisés, assurent la fluidité de l'arrivée.</p> <p><i>Attention commissaires parking C & B : Parking provisoire pour véhicules autorisés exclusivement (gendarmes, 1 médical, 3 vidéos, 1 photo, 1 ambulance, sur la droite de la chaussée après avoir franchi le boulevard Saint Michel, avant l'arrivée, rue Auguste Comte (juste avant l'accès au parking ... sans gêner son accès) & d'autres places de parking réservées après la ligne d'arrivée (DC, Parking Départ), à gauche, avenue de l'observatoire (trottoir de gauche).</i></p> <p><i>Les coureurs C vont dormir après l'étape.</i></p> <p><i>A proximité : Metro ligne 12 : Notre-Dame des Champs / RER B : Luxembourg</i></p>	5
Filles	B 15	Place Honorat (Jardins du Luxembourg)	Château de Vincennes	9,5	21h20 - 22h20		<p>Filles. L'étape de Laurent. Neutralisée en peloton. <i>Pas de véhicule suiveur d'équipe dans le convoi. Attention : les gendarmes ne dépasseront pas les 10 km/h. Aucun véhicule suiveur d'équipe autorisé. Véhicules autorisés dans le convoi : gendarmes, DC, 1 photo, 3 vidéo, 1 médecin, 1 ambulance.</i></p> <p><i>Les coureurs B vont dormir après l'étape.</i></p>	8

jeudi 19.03.15

10 000 cœurs & accueil & INTERVENTIONS & <i>down</i> & TUTTI QUANTI									
Groupe	Ville départ	Ville arrivée	Km	Tps max	Horaires		Type d'étapes	Page	
A16	Château de Vincennes	Sucy en Brie (parking salle des fêtes)	15,1	1h35	22h35 - 0h05	vincennes saint mandé saint maurice joinville le pont st maur des fossés chennevières sur marne sucy en brie (salle des fêtes)	Etape dite "celle où on ne se perd plus chaque année quoique". Frontales & bandes fluo. <i>Les greffés courent l'étape et partent 5mn avant les autres équipes. Briefing 4 chauffeurs de nuit. Attention warning tous véhicules. Commissaires A (leader), B, C & K mobilisés! Puis K & commissaires C vont dormir (sauf K de nuit).</i> <i>Durant les 6 premiers km : renfort de 2 véhicules commissaires pour sécuriser les coureurs non encore rattrapés par véhicule suiveur...</i> <i>Les coureurs de Sucy accompagnent les coureurs à partir de l'entrée de la ville...</i> Attention : liaison auto obligatoire pour les commissaires entre km 6,1 et 8,3 (p. 14) pour pouvoir doubler le convoi le long de la berge sur la Marne ! Attention : carrefours à commissaires fixes obligatoires : km 14,7 et 4,9 . Attention : carrefour à gendarmes fixes obligatoires km 12,8	11	
Liaison auto : Sucy en brie - Bois du Lys pour médecins et transplantés (35,8 km), p. 16									
A17	Sucy en Brie (parking salle des fêtes)	Brunoy (place St Medard)	15,6	1h35	0h20 - 1h50	marolles en brie villecresnes brunoy	Course en ligne. Les plus lourds (sans pesage !). Frontales. départ groupé. Frontales & bandes fluo.	17	
Liaison auto : Brunoy (Place St Médard) - Brunoy (Pyramide) (2,3 km), p. 20 - 10 mn									
A18	Brunoy (Pyramide)	Seine-Port	21,5	2h15	2h05 - 4h15	<i>tigery (km 5,6) ... café en passant !</i> nandy seine-port (croissants)	Course en ligne. Frontales & bandes fluo. Attention ne pas se perdre en forêt entre les 2 barrières! <i>Ne pas oublier la clé : commissaires ouvrent et ferment les barrières. Faire le moins de bruit possible lors de la traversée de la forêt, et plus spécialement aux abords de la maison forestière de la Souche (sur la route Diagonale) ainsi qu'aux abords des bâtiments de la Faisanderie.</i> Commissaires A et accompagnateurs disent un rapide bonjour à Tigery!	21	
A19	Seine-Port	Bois le Roi (parking de l'écluse)	21,6	2h10	4h25 - 6h30	le mée sur seine	Course en ligne. Frontales & bandes fluo. Attention : <i>plusieurs dos d'ane dangereux en bord de Marne</i> <i>Les plots empêchent les véhicules de passer le long des berges à la Rochette. Les motos des gardes accompagnent les coureurs. Les véhicules suivent la liaison à partir du km 16,8 jusqu'à l'arrivée (p. 27)</i>	23	
Liaison auto : Paris - Bois-le-Roi (devant l'écluse) pour ceux qui n'ont pas couru la nuit (63 km environ), p.28 (conseil : bien regarder la carte !)									
Regroupement général à Bois-le-Roi (devant l'écluse) à 6h15 - PRESENTATION DE L'EQUIPE DES GREFFES et parkas médecins (!) et développement durable (tri des déchets). Prochain départ à 6h45 précises.									
B 20	Bois le Roi (parking de l'écluse)	Moret sur Loing (halte fluviale)	24,6		6h45 - 8h25	FONTAINE LE PORT Moret sur Loing	Duathlon "Bike + Run" (B15,7km + R8,9km). Départ échelonné 15" (ordre croissant des dossards). <i>Attention commissaires B (leader) & C & K mobilisés sur la partie Bike. Jalon gardé au km 15,7 (sortie de Vulaines sur Seine).</i> Casques.	29	
C 21	Moret sur Loing (haut du parking du champ de mars)	Grez sur Loing	16,1	1h40	8h35 - 10h10	LA GENEVRAYE GREZ SUR LOING (croissants)	Course en ligne. Neutralisé jusqu'à km 0,6 (aucun véhicule suiveur au départ). <i>Puis coureurs C vont déjeuner. Coureurs J se rendent directement au départ de l'étape J23. Parking Départ assure départ B22.</i>	32	

jeudi 19.03.15

		10 000 cœurs & accueil & INTERVENTIONS & <i>down</i> & TUTTI QUANTI						
<i>Groupe</i>	<i>Ville départ</i>	<i>Ville arrivée</i>	<i>Km</i>	<i>Tps max</i>	<i>Horaires</i>		<i>Type d'étapes</i>	<i>Page</i>
B 22	Grez sur Loing	Nanteau sur Lunain (mairie)	14,9	1h35	10h20 - 11h50	MONTCOURT FROMONVILLE NONVILLE nanteau sur lunain	Course en ligne. DC = B. Ouverture du convoi par B. Attention commissaires B (leader) & 3 K. Pas d'ambulance, 2 véhicules médecin dont un ferme le convoi. Puis B vont déjeuner.	34
J 23	Nanteau sur Lunain (mairie)	Vallery	23,9		10h45 - 12h30	VILLEMARECHAL lorrez le bocage VALLERY	Duathlon "Bike + Run" (B14,1km & R9,8km). Ouverture par véhicule gendarmes. Ambulance. 1 véhicule médecin. Départs échelonnés 30" (ordre inverse du classement). Casques. Attention commissaires C (leader) & A & 4 K mobilisés sur la partie Bike. Certificat de passage au km 7,7. Jalon gardé au km 14,1. Les véhicules suivent la liaison à partir du km 23,7.	36

Déjeuner échelonné à Vallery, Salle la Margottière de 11h à 14h - Attention : prochain départ à 13h30 !

Rappel Essence !

Spé 2 Full Mix greffés	A & B & C 24 & 25 & 26 + greffé	Vallery	Brannay (salle des fêtes)	5,2		13h30 - 14h	<u>BRANNAY</u>	Etape Full Mix "vive les greffés". véhicule suiveur B. Commissaires B. 3 coureurs de chaque équipe + un coureur greffé minimum par équipe tiré au sort, courent liés du départ à l'arrivée. Non chronométré : Bonus 15" x rang d'arrivée inversé. Puis Coureurs A --> Kinés à partir de 19h...	39
spé 3 pyramide à 2 dont senior à handicap	B 27 & 28	Brannay (salle des fêtes)	Egriselles le bocage	17	1h45	14h10 - 15h50	<u>VILLEBOUGIS egriselles le bocage</u>	Pyramide à 2 dont Sénior à handicap. Un sénior B est rejoint par un coureur B au km 12,4 : villeneuve la dondagre (jalon gardé). Le sénior B en course pendant toute l'étape. Les séniors partent en premier. Le sénior présenté par l'équipe annonce son âge en public, et présente sa pièce d'identité (!) au directeur de course. Le handicap est de 30 secondes par année rendue. Le plus âgé part en premier, le plus jeune en dernier.	40
Filles	B 29	Egriselles le bocage	Veron	10,8	1h10	16h - 17h05	<u>veron</u> (foyer communal)	Filles. Course en ligne. Puis Coureurs B --> Kinés à partir de 19h...	42
duathlon bike + run new	C 30	Veron	Villechetive	19,5		17h15 - 18h30	<u>villechetive</u> (cour de mairie)	Duathlon "Bike + Run" (Bike15,6km + Run 4,9km). Départs échelonnés 30" (ordre inverse du classement). Frontales & bandes fluo. Casques. Attention commissaires C (leader) & B mobilisés sur la partie Bike. Jalon gardé au km 15,6. Puis Commissaires B vont dormir...	44
new	C 31	Villechetive	Bussy en othe	9,6	1h05	18h40 - 19h40	<u>BUSSY EN OTHE</u> (salle des fêtes, face mairie)	Course en ligne. Bandes fluo. Puis Coureurs C --> Kinés à partir de 19h...	46
new	J 32	Bussy en Othe	Joigny	18,7	1h50	19h50 - 21h35	Brion Joigny	Course en ligne. DC = C. Frontales & Bandes fluo. Commissaires C mobilisés.	47

Liaison auto : Joigny - Mercure d'Appoigny les Bries (PC) & Kyriad (20,7 km), p. 49

Liaisons PC / hôtels - à partir p. 49

Hébergement au Mercure, Kyriad, Ibis Budget, le Maxime, le Parc des Maréchaux, le Normandie et B&B hôtel. Attention : accueil B&B jusqu'à 21h max (récupération des clés après 21h via logistique)

Dîner au Mercure pour toutes les équipes et pour les bénévoles logés au Mercure (Appoigny les Bries) et les kinés ; dîner au restaurant "Le Marais" pour tous les autres les bénévoles

vendredi 20.03.15

10 000 cœurs & accueil & INTERVENTIONS & <i>down</i> & TUTTI QUANTI									
Groupe	Ville départ	Ville arrivée	Km	Tps max	Horaires	Type d'étapes	Page		

Liaison auto : Mercure Appoigny les Bries (Auxerre) - Tanlay (Château) (49,3 km), p. 59. Départ du PC conseillé à 21h20 max. Accueil à Tanlay à 22h (accueil !). Prochain départ à 22h15 précises.

new	B 33	Tanlay (château)	Nuits sur Armançon (église)	23,1	2h25	22h15 - 0h35	Tanlay (château) ravieres Nuits sur Armançon	Course en ligne dite la "tranquille, je cours". Convoi ouvert par DC. Frontales & bandes fluo. Neutralisé jusqu'à la sortie de Saint Vinnemer (2km). Gendarmes rejoignent le convoi à l'arrivée.	60
new	B 34	Nuits sur Armançon (église)	Abbaye de Fontenay	22,2	2h15	0h45 - 2h55	Abbaye de Fontenay	Course en ligne. Frontales & bandes fluo. <i>Tronçons dégradés km 10 à 17,2 et à partir de km 21,1 jusqu'à l'arrivée. Arrivée des coureurs dans l'enceinte du château.</i>	63
Le plus lourd new	B 35	Abbaye de Fontenay	Les Granges sous Grignon (salle Marius Sebillotte)	17,1	1h50	3h05 - 4h50	Montbard Granges sous Grignon	Course en ligne. Les plus lourds (sans pesage !). Frontales & bandes fluo. Le plus lourd des B, sans pesage - départ groupé.	65
Fille new	B 36	Les Granges sous Grignon (salle Marius Sebillotte)	Flavigny sur Ozerain	14,4	1h35	5h - 6h30	Venarey les laumes Flavigny sur Ozerain	Course en ligne dite la "c'est bon, les filles s'éclatent". Filles nocturnes. Frontales & bandes fluo. <i>Parking à 200m dans la descente.</i>	67

Liaison auto : Mercure Appoigny les Bries (Auxerre) - Flavigny sur Ozerain pour ceux qui n'ont pas couru la nuit (108,4km), p.69

Regroupement général à 6h15 précises à Flavigny. Prochain départ à 6h45 précises.

B&B new	A 37 & 38	Flavigny sur Ozerain	Vic sous Thil	31,5		6h45 - 8h20		Bike & Bike descente. Casques. Départs échelonnés 30" (ordre inverse du classement général). <i>Commissaires A (leader), B & C & K mobilisés !</i> attention : route dégradée au km 7 (800m). certificat de passage au km 9. <i>graviers km 9,9. tronçon dégradé au km 24 (1,2 km). arrivée au sommet du pont. La garde bloque les véhicules arrivant en sens inverse... Parking : Place de l'hôtel de ville pour les seuls les véhicules autorisés. Parking sablonneux à gauche avant le pont : les autres véhicules se garent. les véhicules suiveurs de l'étape suivante vont se garer à 100m après le parking sablonneux sur la route du départ de l'étape suivante.</i>	70
B&R	C 39 & 40	Vic sous Thil	St Léger de Fourches	29,8		8h20 - 11h20	VILLARGOIX SAULIEU	Bike & Run. Casques. Départs échelonnés 60" (ordre inverse du classement général). 2 véhicules suiveurs ! Pas de relais jusqu'au 1er relais imposé au km 6 (gardé). Ensuite relais auto gérés. Relais interdits entre km 17,1 et 19,1 (entre panneaux entrée/sortie Saulieu). route dégradée par endroits après le km 27,1 (2,4 km). <i>Commissaires C (leader), A, B & K mobilisés ! Puis C vont déjeuner. ET commissaires B aussi... et dorment jusqu'au MDC ! Et le coureur A37 et les commissaires A vont déjeuner aussi !</i>	74
Lourd avec pesée	A 41	St Léger de Fourches	Alligny en Morvan	8,1	55mn	11h20 - 12h	ALLIGNY EN MORVAN	Lourd avec pesée. <i>Commissaires C.</i> départ groupé (handicaps consolidés après l'étape). <i>Parking à gauche avant le pont sur le Ternin. Puis coureurs A vont déjeuner. Pas de popote à l'arrivée.</i>	77
	B 42	Alligny en Morvan	Lac des Settons (restaurant La Pagode)	13,8	1h30	12h - 13h25	MONSAUCHE LES SETTONS	Course en ligne. DC = C. <i>commissaires C.</i> <i>Parking de la Pagode sur la droite à l'arrivée.</i>	78

Déjeuner échelonné à la Pagode de 11h à 14h. Départ canoé à 13h45 précises. Classement "décalé" (féminines - blanc).

Rappel Essence !

mini triathlon Mix canoé avec fille	A & B 43 & 44	Lac des Settons (restaurant La Pagode)	Lac des Settons (restaurant La Pagode)	30mn		14h10 - 16h15		Mix canoé avec Fille. Appel des équipes à 13h45 précises pour briefing et équipement régaté. Canoé par paires (circuit 30mn environ). Certificats natation 50m recommandés. La règle de galanterie s'applique ... Bonus accordé au jalon de l'arrivée du canoé : nombre d'équipes * rang d'arrivée inversé. <i>Commissaires A mobilisés. Puis Coureurs B --> Kinés à partir de 19h</i>	80
	A 43 continue...	Lac des Settons (restaurant La Pagode)	Cussy en Morvan	21,2			CUSSY EN MORVAN	ATTENTION POURSUIVRE SANS STOP : Duathlon "Bike + Run " (B12,4km / R8,8km). Jalon gardé au 12,4. <i>Commissaires A (leader), C et K mobilisés dans la partie Bike.</i>	80

vendredi 20.03.15

		10 000 cœurs & accueil & INTERVENTIONS & clown & TUTTI QUANTI							
Groupe	Ville départ	Ville arrivée	Km	Tps max	Horaires		Type d'étapes	Page	
spé 4 hommes costumés & étape bénévoles	C 44	Cussy en Morvan	Lucenay Levêque (grande place)	9,1		17h30- 18h30		<p>Spéciale "Hommes costumés" - <i>Présentation des costumes & délibération du jury féminin - chronomètre 3mn max / équipe!</i> 1 coureur costumé au moins de chaque équipe. 2 coureurs au moins, groupés du départ à l'arrivée. Neutralisé. GENDARMES OUVRENT. <i>Puis coureurs C --> kinés à partir de 19h.</i></p> <p>PUIS Etape bénévoles - Tous bénévoles autorisés (certificats) sauf commissaires C (ou leurs remplaçants) : ils partent immédiatement après le départ des coureurs ; les commissaires C attendent le passage des bénévoles qui courent avant de quitter un carrefour sécurisé.</p>	82
MDC	A + J 45 à 48	Lucenay Levêque (grande place)	Epinac	28,9		18h30 - 20h30	<p>IGORNAY EPINAC (mairie)</p> <p>Marathon du Crépuscule. <i>Témoins ! Frontales & bandes fluo.</i> Départ échelonné 2mn. 1 véhicule seulement A ou J participe aux relais + 1 véhicule derrière, en protection continue ! 1 chauffeur fixe dans le véhicule de course, en sus de 4 coureurs max. <i>Attention : Commissaires A (leader) et B et C & parking départ mobilisés.</i> Frontales et Bandes fluo. Traversée des villages neutralisés (pas de relais volants) : Pas de relais jusqu'à la sortie de Lucenay (400m), dans Igornay km 12 (700m), Grand Moly km 19,2 (800m), Petit Moly km 20,4 (900m), Morgelle km 23,9 (700m), Epinac km 28,4 (500m). <i>Attention carrefours dangereux aux km 8,8 et 9,9. Attention : tronçon env. 3km à partir km 15,5 très étroit - très difficile de se doubler. Les véhicules se garent sur le Parking de la Mairie.</i></p>	83	

Liaison auto : Epinac - Novotel Sennecé les Macon (env. 96 km), p. 86

Liaisons PC / hôtels - à partir p. 87

Hébergement au Novotel Macon nord (PC), Ibis budget mâcon nord, kyriad, best hôtel, campanile mâcon nord

Dîner au Novotel Macon (PC) pour toutes les équipes et pour tous les bénévoles logés au Novotel, à l'Ibis budget et au Kyriad. Dîner au best hôtel des bénévoles qui y sont logés : Attention dernier dîner servi à 22h15 ! Dîner au campanile pour les bénévoles logés au Campanile : Attention dernier dîner servi à 21h15 !

samedi 21.03.15

10 000 cœurs & accueil & INTERVENTIONS & DOWN & TUTTI QUANTI									
Groupe	Ville départ	Ville arrivée	Km	Tps max.	Horaires		Type d'étapes		Page
Liaison auto : Hôtel Novotel Macon - Perrex (20,7 km), p. 95. Départ du PC en convoi (gendarmes) à 0h précises ; accueil à Perrex (salle des fêtes) à 0h30 précises. prochain départ à 1h05 précises.									
Spé 5 neutralisée avec greffés	C 49 à 51 + greffés	Perrex (école)	Vonnas	3,3		1h05 - 2h15	<u>Perrex</u> Vonnas (bugnes !)	L'étape de Camille (1ère Dauphine Miss Don d'organe 2015). Camille a bénéficié d'une greffe cœur poumon ! Frontales et bandes fluo. Les greffés courent ! Neutralisée en peloton, 3 coureurs par équipe. Pas de véhicule suiveur.	96
Le plus lourd	C 52	Vonnas	Condeissiat (place du village)	11	1h10	2h30 - 3h35	<u>chaveyriat</u> Condeissiat (mairie)	Course en ligne. Les plus lourds (sans pesage !). Frontales et bandes fluo.	97
	C 53	Condeissiat (placedu village)	Marlieux (mairie)	13,5	1h30	3h45 - 5h10	<u>Marlieux</u> (salle des fêtes à 150m)	Course en ligne dite "la bien boueuse" (quand il a plu). Frontales et bandes fluo. Coureurs seuls et véhicules autorisés (DC, médecin, véhicule ouvrier, véhicules suiveurs, commissaires) au km 1,9. Route dégradée du km 3,1 au km 4,8. Liaison pour les autres véhicules et motos (6 km de liaison jusqu'au km 4,8).	98
	C 54	Marlieux (mairie)	Joyeux (église)	13,1	1h25	5h20 - 6h40	<u>Joyeux</u>	Course en ligne. Frontales et bandes fluo.	101
	C 55	Joyeux (église)	Pérouges (place du tilleul)	12,1	1h15	6h50 - 8h	<u>Pérouges</u> (petit-déjeuner)	Course en ligne. Une surprise à l'arrivée... Coureurs et véhicules autorisés vont au centre du village Place du Tilleul (DC, 1 médecin, car-podium, popote, gendarmes, animateur, 1 musicien) ; les autres véhicules vont se garer au parking Olivet, en bas de la cité médiévale juste avant la D4.	103
Liaison auto : Hôtel Novotel Macon - Pérouges (88,8km) pour ceux qui n'ont pas couru la nuit, p. 105 - Départ conseillé de l'hôtel à 6h45 max.									
Rassemblement général à Pérouges à 7h30 - prochain départ à 9h									
Filles	B 56	Pérouges (Parking de l'Olivet)	Chatillon la Palud	16,4	1h40	9h - 10h35	rignieux le franc loyes CHATILLON LA PALUD	Filles. Puis C et coureurs B --> déjeuner. Et ensuite C font la sieste... Coureurs A58 et A59 vont déjeuner également!	106
Duathlon R+B	A 57	Chatillon la Palud	Proulieu (salle polyvalente)	19,3		10h45 - 12h10	sainte julie	Duathlon "Run + Bike" (Run 8km + Bike 11,7km). Départs échelonnés 60" (ordre inverse du classement). Casques. Attention commissaires A (leader) & B & K mobilisés sur la partie Bike. Jalon gardé au km 8 (runner devient biker). Route dégradée entre km 16 et 18,5.	108
Déjeuner échelonné à Proulieu (salle polyvalente, échelonné - capacité 150 pax.) de 11h à 14h - prochain départ des A à St Sorlin en Bugey à 13h30 précises ! Classement "décalé" (seniors - bleu). Tous les A prioritaires au déjeuner !									
Liaison Proulieu (salle polyvalente) / St Sorlin - parking municipal et parking foyer communal (5 km) p.110, après le déjeuner pour les coureurs de la Top Grimpeurs. Les véhicules suiveurs des coureurs A se rendent au km 1 de l'étape St Sorlin/Ordonnaz par la liaison de départ p.113. Les autres se rendent à l'arrivée de l'étape et ne font pas de stop à St Sorlin.									
Rappel Essence !									
spé 6	A 58 & 59	St Sorlin en Bugey (parking foyer communal)	Ordonnaz	20,8		13h30 - 15h30	st sorlin en bugey ORDONNAZ	Top Grimpeurs dite "la fait mal" . 2 coureurs au moins, groupés du départ à l'arrivée. Départs échelonnés 1mn. Les véhicules suiveurs rejoignent leur coureurs par la liaison de 1 km.	111
spé 7 - Mix	A & B 60 & 61	Ordonnaz	Condon (lavoir)	14,4		15h40 - 17h10		Spéciale Mix. 2 coureurs au moins, groupés du départ à l'arrivée. Commissaires A et véhicules suiveurs A. véhicules autorisés se garent au lavoir (DC, 1 médecin, animateur, motos gendarmes). Les autres véhicules se garent sur le bas-côté de la D83 en direction de Bellay.	114
spé 8 greffés	A62 + greffé	Condon (lavoir)	Cressieu	4,2		17h10 - 17h40	<u>Cressieu</u>	Etape "vive les greffés" . 1 coureur au moins de chaque équipe + un coureur greffé minimum par équipe tiré au sort, courent liés du départ à l'arrivée. Non chronométré : Bonus de 15" x rang d'arrivée. Tous véhicules médecins présents. Puis coureurs A --> Kinés à partir de 19h	115

						10 000 cœurs & accueil & interventions & down & TUTTI QUANTI		
Groupe	Ville départ	Ville arrivée	Km	Tps max.	Horaires	Type d'étapes	Page	
SMVDC	C & J + B & J 63 à 72	Cressieu	Hauteville sur Fier	68,3	17h50 - 21h50	massignieu de rives lucey (greffés !) billemé & jongieux chindrieux ruffieux lornay val de fier Hauteville sur Fier (sensibilisation DVMO par ANCDB de 17h à 20h)	SMVDC - étape "Serge Levy" . 6 coureurs max. + 2 véhicules max. qui se relaient sur chaque tronçon, 2 chauffeurs fixes. Les 2 jokers font les 2 parties du SMVDC impérativement. <i>Attention : tous commissaires A, B et C (leader) mobilisés + tous bénévoles mobilisés ! Témoins ! Bandes fluo. Attention : Le renfort de bénévoles coureurs ou accompagnateurs pour les équipes est strictement interdit.</i> Départ échelonné 3mn. C & J jusqu'à km 21,2 (parking St Pierre de Curtille, coureurs se relaient sur la route) - <i>popote sur le parking, en face du restaurant "le st pierre" à St Pierre de Curtille.</i> <i>En priorité : Les coureurs C récupèrent leurs clés puis vont dîner au PC ! Halte à Lucey pour faire honneur à l'accueil. les greffés font la liaison Cressieu- Lucey, et prennent le départ un peu avant Lucey éventuellement, s'arrêtent à Lucey et poursuivent le reste du Marathon jusqu'à Hauteville (quitte à faire une liaison intermédiaire).</i> attention gendarmes : sécuriser le switch entre coureurs. <i>Puis coureurs C --> vite chez les kinés, c'est mérité !</i> Puis coureurs B & J se relaient jusqu'à l'arrivée à Hauteville sur Fier. Les greffés s'arrêtent à Lucey puis rejoignent l'arrivée directement. Traversée des villages neutralisés (pas de relais volants) : Relais interdits au km 1,7 (300m), au km 6,8 (600m), au km 9,9 (900m), au km 13,9 (900m), au km 16 (400m), au km 20,8 (700m), au km 23,6 (1,1km). au km 63,1 (1,4km). au km 67,3, dernier relayeur effectuée 1 km sans relais à partir de l'entrée de Hauteville sur Fier jusqu'à l'arrivée. Les voitures se garent sur le parking de la salle des fêtes.	116

Rappel Essence !

Liaison auto : Hauteville sur Fier - Mercure Sud Annecy (PC) (17,8km), p.122.

Liaisons PC / hôtels - à partir p. 122

Hébergement au Mercure Sud Annecy (PC), Adagio, Ibis Style, Novotel Centre, Campanile, Balladins, Kyriad et Altess.

Dîner au Mercure Sud Annecy (PC) pour toutes les équipes, et pour les bénévoles logés au Mercure, Altess, Kyriad et Campanile. Les bénévoles logés au Novotel, Ibis Style et Adagio centre dînent au Novotel centre. Les bénévoles logés au Balladin dînent au restaurant "Tendance" situé à 50m : Attention dernier dîner servi à 22h30 !

10 000 cœurs & accueil & INTERVENTIONS & Down & TUTTI QUANTI										
Groupe	Ville départ	Ville arrivée	Km	Tps max.	Horaires	Type d'étapes	Page			
<p>Les A : Liaison auto : PC - Veyrier du Lac pour les A (8 km), p. 135 - Départ du PC à 4h50 précises (convoi gendarmes) . Départ des A à 5h20 précises à Veyrier du Lac.</p> <p>Les J : Liaison auto : PC - Faverges pour les J (27,3 km), p. 145. Départ conseillé de l'hôtel à 8h max. Départ des J à 8h30 précises à Faverges.</p> <p>Les C : Liaison auto : PC - Moutiers - ville du cœur (71 Km), p. 137. Départ conseillé de l'hôtel à 7h max. Rassemblement des C et de tous (sauf A et C et kinés) à la ville du cœur "Moutiers" à 8h précises.</p> <p>Les B : Liaison auto : PC - Pomblière (env. 74 Km), p. 138. Départ conseillé de l'hôtel à 5h30 max. Prochain départ de Pomblières à 6h45 précises</p>										
spé 9	A 73 & 74 *	Veyrier du Lac	col de la Forclaz	18,8	1h55	5h20-7h10	Top Grimpeurs . Etape dite "la ouille, ouille, ouille, c'est beau". Ambulance. 2 médecins. Roulante. Environnement nuit. Km 3,4 : Attention, toute petite route ! véhicules utilitaires peuvent ne pas s'engager et prendre sur la gauche vers la départementale roulante à proximité, puis prendre cette départementale sur la droite et rejoindre un peu plus loin le convoi qui rejoindra cette départementale au km 3,9. <i>Attention après km 7,1 : grosses ornières...</i>	141		
Le plus lourd	A 75	col de la Forclaz	Faverges (parking joseph serand)	11,8	1h15	7h10-8h20	faverges Course en ligne . Etape dite "la descente à pic". Les plus lourds (sans pesage !). DC = A. Km 0,9 : Petite route au bord du ravin - Attention à la route très étroite ! Les véhicules larges poursuivent la route principale (rejoignent le convoi au km 1,8) <i>Décrochage DC vers ville du cœur Moutiers durant l'étape (environ 50 km).</i>	143		
Spé 10 Pyramide à 3	J + A & J 76 à 78 *	Faverges (parking joseph serand)	Allondaz (église)	23,2		8h30-11h	ALLONDAZ (cour école) Pyramide à 3 (fin de l'étape en spéciale à 3). DC = A. Un coureur J1 est rejoint par 2 coureurs A & J2 en spéciale à km 11,5 - collet de Tamié (jalón gardé). Le coureur J1 en course pendant toute l'étape. Départ échelonné 1 mn selon l'ordre du classement général. <i>véhicules A ou J suiveurs. Puis A & J vont déjeuner à Bourg Saint Maurice : Escorte gendarme.</i>	147		
Liaison auto pour les A & J : Allondaz - Bourg St Maurice (64,1 km), p. 150. Les A sont attendus à Bourg Saint Maurice au gymnase du collège à partir de 12h30/12h45.										
Rappel Essence !										
spé 11	B 79 à 81	Pomblière	Aime (Basilique)	24,4		6h45 - 9h	Spéciale " Circonflexe". DC = B. O ouverture par véhicule gendarmes. Pas d'ambulance, un véhicule médecin ferme le convoi. Environnement. Roulante. <i>Puis après le départ Environnement et Roulante (sauf véhicule balai) vont directement à Moutiers, ville du cœur.</i> Les équipes partent toutes les 1 mn dans l'ordre du classement général. Toute équipe rattrapée doit impérativement se laisser doubler sans effectuer de relais. 4 coureurs au maximum par équipe sont transportés par un véhicule au maximum de l'équipe. 1 chauffeur fixe dans la montée : 3 coureurs se passent le témoin en relais volant dans la montée à partir du Km 1,9 (jalón gardé). <i>Changement éventuel de chauffeur au sommet. 1 chauffeur fixe dans la descente.</i> Les relayeurs descendent groupés à 3 à partir du km 11,6.	153		
Liaison auto pour les B : Aime - Montgirod (via parcours des C) 11,8 km, p. 155. Les coureurs B quittent impérativement le parking de la basilique à 9h15 max et sont attendus à 9h40 à Montgirod sur l'étape des C (spé 12) juste avant la descente vers Bourg St Maurice (se garer sur le bas côté au début de la descente). Ils descendront groupés avec les C à leur passage. Les véhicules suiveurs B se positionnent derrière leurs véhicules suiveurs C et n'en bougent pas. <i>Les commissaires parking facilitent la circulation des véhicules B au Parking de l'amphithéâtre à Aime (basilique).</i>										
	Tous sauf coureurs J, A, B et commissaires A & B	Moutiers (place de l'hôtel de ville)	Moutiers (place de l'hôtel de ville)			8h - 9h10	MOUTIERS Ville du Cœur - place de l'hôtel de ville. Animateur. Roulante. A 8h30, départ parcours 850m. Neutralisé avec enfants : 6km/h max. Ouvert par police municipale. <i>DC rejoint la ville du cœur place de l'hôtel de ville. Départ des C à 9h max vers prochaine étape. Les autres rejoignent Bourg Saint Maurice. Puis Roulante & Environnement à Aime en complément de l'accueil (parking de l'amphithéâtre - basilique).</i>	151		
Liaison auto pour les C : Moutiers-Aime (basilique) (14,1 km), p. 152 à 9h max. Parking de l'amphithéâtre à Aime. Départ des C de Aime à 9h30 précises.										
spé 12	C puis C & B 82 à 87	Aime (Basilique)	Bourg Saint Maurice (Mairie)	17,2		9h30-11h	Spéciale "Freddy Klopfenstein". Ouverture par véhicule gendarmes. Pas d'ambulance, deux véhicules médecin dont un ferme le convoi. Commissaires C (leader) & B. Les équipes partent toutes les 1 mn dans l'ordre du classement général. Toute équipe rattrapée doit impérativement se laisser doubler sans effectuer de relais. 4 coureurs C au maximum par équipe sont transportés par un véhicule au maximum de l'équipe. 1 chauffeur fixe dans la montée : 3 coureurs se passent le témoin en relais volant dans la montée à partir du Km 0,5 (jalón gardé). <i>Changement éventuel de chauffeurs au sommet. 1 chauffeur fixe dans la descente.</i> Les relayeurs C descendent groupés à 3 à partir du km 12,1. Ils sont rejoints par les 3 coureurs B dans la descente. Les véhicules suiveurs B se placent derrière leur véhicule suiveur C et n'en bougent pas. <i>Parking de la Mairie pour véhicules autorisés (DC, car podium, médecins, gendarmes, animateur, popote). Les autres sur parking de la gymnase (incluant véhicules suiveurs).</i>	156		

10 000 cœurs & accueil & INTERVENTIONS & <i>Down</i> & TUTTI QUANTI							Page
Groupe	Ville départ	Ville arrivée	Km	Tps max.	Horaires	Type d'étapes	
B & C	Bourg St Maurice (Mairie)	Bourg St Maurice (Mairie)			11h - 12h	<u>BOURG St MAURICE</u> Ville du Cœur. De 10 à 10h45 : clowns à l'école ste bernadette. Harmonie municipale de 10h30 à 11h15 (place de la mairie). A partir de 11h15 : discours officiels, rencontre des greffés (remise de médailles) et des écoliers, poèmes enfants, échanges cœurs/médailles, discours. <i>A 11h30, départ parcours 1 km max : Place Marcel Gaimard (devant la Mairie) · avenue du centenaire · route de Montrigon · Grande Rue · Arrivée Place Marcel Gaimard. Neutralisé avec enfants : 6km/h max. Ouverture par police municipale.</i>	159

Déjeuner des A et J à Bourg St Maurice, gymnase collège à partir de 11h30 ; déjeuner des B & C à partir de 12h. Classement "décalé" : grimpeur - rouge.

4 places Popote à réserver au gymnase (cœurs, goodies, ...). Le parking du gymnase pour le déjeuner n'est autorisé que pour les véhicules autorisés (DC, popote, animateur, gendarmes, médecins, logistique, vidéastes, musiciens). Les autres véhicules doivent se garer sur autre parking réservé qui se situe au-dessus du gymnase !

Distribution des formulaires Top Sympa (attention : 3 points pour le plus sympa, etc.)

Prochain départ à 14h15 précises. Liaison Rond Point Coopérative / parking du funiculaire 500 m : p.160

Tous	Bourg St Maurice (parking du funiculaire)	Les Arcs 1800 (Taillefer)	14	1h30	14h45-16h15	<u>Les Arcs</u> Le pré-épilogue "Denneville-Aussant" - témoins, départ échelonné toutes les 2mn. Transplantés en premier. Les autres équipes partent dans l'ordre du classement. Les balisages sont inversés du jalon 13 au jalon 1 - 14 tronçons. 3 véhicules suiveurs max. ! Toute équipe rattrapée doit impérativement se laisser doubler sans effectuer de relais. <i>Attention : tous commissaires A (leader), B et C mobilisés.</i> Passage des barrières par les coureurs près de l'arrivée : prendre sous les portes de la station. <i>- Voie de gauche pour la descente des véhicules – mot de passe « Course du Cœur »</i> <i>- Voie centrale avec 1 policier : ouverte pour les coureurs et leurs véhicules suiveurs en montée</i> <i>- Voie de droite pour la montée des autres véhicules – prendre 1 ticket !</i> Arrivée jugée juste après le virage à 200m avant le Parking Taillefer. Attention : Les véhicules autorisés (DC, logistique, tous gendarmes, tous médecins, 1 ambulance, 1 car podium, commissaire parking Départ, 1 animateur, tous commissaires A dont parking) se garent parking Taillefer. Les autres véhicules se garent parking Taillefer jusqu'à ce que le parking soit complet. Commissaires parking B et C se garent au parking Les Lauzières. Dès que le parking Taillefer est complet, les autres véhicules poursuivent et se garent parking Les Lauzières après le virage (cf. plan). <i>Commissaires A assurent le guidage des véhicules au parking Taillefer ou au parking Lauzières.</i> <i>1 véhicule commissaire A au parking Taillefer est responsable du chargement provisoire du matériel des véhicules bénévoles garés à Taillefer (le dit matériel sera ensuite remis aux gros véhicules popote garés au parking Les Lauzières).</i> <i>La restitution du matériel par les équipes & bénévoles se réalise au parking Les Lauzières (docs ABM, témoins, gyros, baudriers, radios, etc.) : Le matériel est chargé dans les 2 gros véhicules popote.</i> <i>Tout ceci est opéré sous la responsabilité des commissaires B & C.</i> Annoncer mot de passe "course du coeur" à l'interphone des barrières pour redescendre s'installer à Seez : attention, ne pas utiliser le ticket pris pour monter le cas échéant. Pour remonter à la soirée de gala, prendre un ticket. Puis mot de passe "course du coeur" à l'interphone pour redescendre dormir : attention, ne pas utiliser le ticket pris pour monter.	161
------	---	---------------------------	----	------	-------------	--	-----

Le matériel de la course doit être restitué à l'arrivée au parking Lauzières comme précisé : baudriers, gyrophares, flèches, cônes, docs, radios, etc.

Attention bénévoles : Les véhicules devront être nettoyés par les passagers véhicules aller ! Et défloqués par les passagers véhicules retour !

A l'entrée du parking Taillefer, les participants se regroupent ACTIVEMENT par équipe et groupes bénévoles puis marchent ensemble jusqu'à la zone d'arrivée selon l'EPILOGUE: place Miravidi ; p 165. Echelonner les arrivées sous le porche, équipe Trans-Forme en dernier.

Présence Jean-Luc Crérier, champion Olympique de descente. Présence Marine Lorphelin, marraine de l'équipe Trans-Forme, Miss France 2013, 1ère Dauphine Miss Monde 2014.