

3^o Transahariana 6000 m D+

Elite : 270 km Extreme : 216 km Ultra : 162 km

18-25
Fev
2012

Puntos fuertes

- 268 km non stop
- 216 km non stop
- 162 km non stop
- Montañas del Hoggar
- Geología extravagante

TRANSAHARIANA EN ALGERIA



8 días 100% Desertico!

Un ultra de 270 Km. en non stop en el desierto de Hoggar, lugares mágicos como existen pocos en este mundo!



El Hoggar donde se encuentra....?

El Hoggar es una cadena de montañas en el Sahara en el sur de Algeria

Carta de identidad de l'Algeria:

- horarios : Gmt
- Superficie : 2 382 000 km 2
- Capital : Alger
- Población : 33,8 millones de habitantes
- Moneda : Dinar Algerino
- Idioma : Árabe Frances y Berbère
- Visa: obligatorio.
- Temperatura: 35°C de día y puede ser frio por la noche hasta 0°C

el Team RSO



Para tarifas, consulte el formulario de inscripción.

Contacto : RSO - Cyril Fondeville
Mob +33 664 756 231
organisation@raidsahara.com
www.raidsahara.com

3° Transahariana 6000 m D+

Elite : 270 km Extreme : 216 km Ultra : 162 km

transahariana
200 km running - 100g
18-25
Fev
2012

- ☀ 270 km, 216 km, 162 km o 130 km en non-stop Salida de Tamanrasset.
- ☀ Check point con abastecimiento liquido todos los 20/25 km
- ☀ Check point con abastecimiento liquido + tiendas de descanso todos los 20/30 km
- ☀ Balisaje todos los 600 m mas o menos dependió del terreno, mas en los cruces

El recorrido: 270 km

Km 0 : Salida	Salida DE TAMAKREST Salida de TAMAKREST Después de un transfer a la cascada de Tamakrest donde el campamento se instala domingo por la noche...Salida el lunes en dirección hacia la aldea de Indalag.
Km 21 : CP1	
Km 44 CP2	Amezghiane Después de las primeras casas rosas de Indalag cruzaran los primeros Oueds en dirección del Oeste para Amezghiane pista de rocas a 1600 m de altitud (Muy bonito ascenso duro y pedregoso.) el CP2 está a los pies del macizo en la cresta de los campos de lava,
Km 67: CP3	Tiffererane El CP3 está situado en el km 62, en el sitio de Tiffererane. Sigue la pista principal en el km 72, que nace en dirección del Norte. La masiva Izarnan está a la vista –la montaña de Akar Akar
Km 95: CP4	Akar -Akar CP 4 Encontrarás Jean Pierre en el km 90 y el ascenso de la montaña de Akar Akar km 83) continua hacia la Guelta de Effilale (pequeño lago). Un arco de piedra marca la entrada y continuar en dirección de Assekrem (CP5 km 120)
Km 126: CP5	
Km 139: CP6	Tim Tera Timt te Espero en el CP 5, ir a la derecha hacia Tim Tera Timt CP 7 Atención a los tobillos.
Km 160: CP7	Issakarassen Después del CP5 será el parque de gacelas Llegaras a la guelta de Issakarassen... donde vienen beber agua. Sales en dirección del volcán Imandouazen
Km 181: CP8	
Km 194: CP 9	Assekrem 2780 m Pasas al pie de los 2 gemelos antes de subir al ermitaje de Charles de Foucault donde el padre Edouard vive estos últimos 54 años y celebra su memoria ..
Km 219: CP 10 MOBILE	Illemané Después de esta visión pasas de valle en valle pasando 2 pases a 2412m y 2347 m, que nos llevan en el descenso de Illemané, un pan de azúcar...
Km 225: CP 11	No distraigas por los órganos de piedras, descenso Técnico! CP10 y 11 uno arriba el otro abajo Pierre Michel (enfermero) y Jerome les esperan.
Km 245 : CP 12	Tehernanet Más de treinta kilometros después, no los más difíciles, pero.... Encontrarás el calor de las llanuras y campos de lava Cruzaras Tehernanet, el pueblo y sus jardines...
Km 270 : Legada	Alain te espera en el CP 12 km 232 la aldea de Tamgart anunció los últimos 5 kilometros de arena... para llegar a los 3 de elefantes de Tissalatene....



3º Transahariana 6000 m D+

Elite : 270 km Extreme : 216 km Ultra : 162 km

18-25
Fev
2012

La información sobre la carrera:

-Tiempo límite:

Los tiempos « limite » están calculados en la base de 4 km /h o sea 10 horas para una distancia de 40 km. Este tiempo permite a todos de organizarse, su velocidad sus abastecimientos, su carrera.

Sino el tiempo total es de:

100 horas para 260 Km.

75 horas para 216 km

60 horas para 162 Km.

50 horas para 130 Km.

-El material Obligatorio:

manta de socorro –unachaquete para el frio –un pantalon -espejo de señalización .- un pito .- una lámpara frontalpila de recambio- un mechero .- material de primer socorro – banda adhesiva para la piel- - una brújula - un cuchillo - 2 Cyalum(luminosos) - 2 pañuelos de papel un sistema de hidratación : para 3 litros de agua

-Briefing: una reunión la primera noche para explicar la carrera y las reglas de autosuficiencia.

-Certificado medical: sin esta formalidad el corredor no podrá tomar el avión o tomar la salida de la carrera. El Certificado a rellenar por un doctor, esta en el boletín para registrarse.

-Las cenas: Auto-suficiencia alimentaria.: 4000 calorías en la salida y un saco en el km 120 (CP6).

-Equipo medical: Tenemos nuestro propio equipo que vienen en todos nuestros Raids, Será por lo menos, un medico y 3 enfermeras, mas si necesario dependerá del numero de corredores Mas de 30 corredores tendremos también un equipo de Kiné y osteo

-El equipaje:

Mejor tomar sus zapatos y Camel-bag consigo en el avión, por si acaso se pierde su equipaje podrán correr.

-Visa: les enviaremos la invitacion que van necesitar para retirar su visa .en la embajada de su ciudad

-Seguros:

RSO tiene un seguro para todas sus actividades y toma un seguro de repatriación Individual para cada corredor le será propuesta a cada uno (35 €), que toma efecto llegando a Tamanrasset, y que acaba un año más tarde, valida en el mundo entero (Europ Assistance).

-Anulación (98 €): Les propondremos un seguro anulación, que le asegura el Reembolso del viaje, hasta 30 días de la salida, después es según, las condiciones de nuestro asegurador. Si no lo toman, pues tienen que pedir el reembolso a su compañía de seguro directamente.



3° Transahariana 6000 m D+

Elite : 270 km Extreme : 216 km Ultra : 162 km

Transahariana
201 km Transah - Hoggar

18-25
Fev
2012

Road Book 2012:

ROAD BOOK

CP1 2° TRANSAHARIANA

CP2 13 au 21 mars 2010

CP3

CP4

CP5

CP6

CP7

CP8

CP9

CP10

CP11

CP12

2° TRANSAHARIANA

LE DEF! DU HOGGAR

COURSE A PIED

VTT

Ultra: 130 km
Extrême: 190 km
Elite: 260 km

Ravitaillements et CP

Tous les 2025 km, il y aura un point de contrôle. Chaque Check point sera matérialisé par une tente, un véhicule, et 2 commissaires de course accompagnés d'un ou plusieurs membres mobiles de l'équipe médicale.

Supplies and CP

There will be a check point every 2025 kilometers. Each check point will have a tent and a vehicle and will be staffed by 2 race marshals and 1 or more members of the medical team.

The check points will be supplied with water, fruit, cereal bars, soup, coca.

Abastecimientos y CP

Cada 2025 km, habrá un punto de control. Cada punto de verificación se materializará por una tienda, un vehículo, y 2 comisarios y el equipo médico.

Abastecimiento: agua, frutas, barras de cereal, sopa, coca.

Rifornimenti e CP

I Check Point saranno ogni 2025 km. In ogni CP troverete un veicolo di sorveglianza con le attrezzature mediche, 2 persone dell'organizzazione.

In ogni CP troverete barrette di cereal, frutta, coca.

Matériel Obligatoire	Equipment Required
- 8000 calories (4000 au départ)	- 8000 calories (4000 initialy)
- un sac à dos ou un double porte-bagage	- A backpack or two bottle cages
- une réserve d'eau de 3 litres	- A reserve of water for 3 litres
- une couverture de survie	- A space blanket
- un étui	- a sheath
- une lampe frontale avec piles de rechange	- A headlamp with extra batteries
- un bracelet anti-UV	- A fluorescent armband
- un roadbook	- This roadbook
- une boussole	- Compass
- 2 cravates	- 2 Cravates
- un briquet	- Lighter
- 1 sac de couchage	- 1 sleeping bag
- 1 sac à dos	- 1 long pants
- 1 gilet de froid	- 1 jacket cold
- 1 trousser de secours	- 1 emergency kit
- 1 mouchoir d'étole	- 1 set of gloves
- 1 douille de pneu	- 1 pocket knife
- mouchoirs en papier	- Tissues

BOUTIQUE

Tee-shirt, Casquette, Polaire, CD photos

RAIDSAHARA

To make the impossible possible

www.raidsahara.com

Una aventura formidable...by RSO

Contacto : RSO - Cyril Fondeville
Mob +33 664 756 231
organisation@raidsahara.com
www.raidsahara.com