



TRANSAHARIANA : LE DÉFI DU HOGGAR

Faits marquants

- 268, 216, 162, 130 km non stop
- 50% à + de 2000m d'altitude
- Massif du Hoggar
- Géologie extravagante
- Ermitage de l'Assekrem
- Le col d'Illemane
- Les gazelles



Une aventure formidable ...by RSO

8 jours 100% Ultra .

Un ultra de 268 km ou 190 km ou 130 km en non stop dans le Hoggar, un lieu magique comme il en existe peu dans le monde.



Le Hoggar c'est ou.... ?

Le Hoggar est une chaîne de montagnes du Sahara dans le sud de l'Algérie.

Carte d'identité de l'Algérie :

Fuseau horaire : Gmt

- **Superficie** : 2 382 000 km²
- **Capitale** : Alger
- **Population** : 33,8 millions habitants
- **Monnaie** : Dinar Algérien
- **Langue** : Arabe (officiel) Français et Berbère
- **Economie** :
- **Visa** : obligatoire.
- **Température** : 35°C dans la journée et 5 à 0°C la nuit.



Le team RSO



Contacts : RSO - Cyril Fondeville
 Mob +33 (0) 664 756 231
organisation@raidsahara.com
www.raidsahara.com



L'itinéraire du 268 km

Km 0 : Départ	DEPART DE TAMAKREST Après un transfert à la cascade de Tamakrest ou le bivouac du dimanche soir est installé vous partez en direction du village d'Indalag .Vous dépassez les premières maisons roses Le Lundi matin, Piste facile à travers des oueds boisés En direction du Nord.
Km 21 : CP1	Amezghiane Après Indalag , vous suivez les pistes qui partent en direction du massif montagneux de Amezghiane piste rocailleuse à 1600 m d'altitude (très belle montée dure et caillouteuse.) CP2 est au pied du massif sur la crête de ces champs de lave, fini les foulées dans le sable des premiers kilomètres.
Km 44 CP2	Tiffererane Le CP3 est installé au km 62, sur le site de Tiffererane . On rejoint la piste principale au km 72 qui monte au Nord. Le massif de Izarnan est en vue site de gravures rupestres
Km 67: CP3	Akar -Akar CP 4 Vous y trouverez Jean Pierre au km 95 et on attaque le plateau d' Akar Akar (montagne esulée en direction de la Guelta d'Effilale (petit lac). (CP5 - km 100) Une arche de pierre en Marque l'entrée et nous continuons en direction de l' Assekrem
Km 95: CP4	Assekrem 2514 m (CP5 – km 118) Les premiers massifs magnifiques sont déjà en vue, une géologie surprenante ...
Km 126: CP5	Col de Tim Tera Timt Je vous attends au CP 5 , pour partir à droite en direction du col de Tim Tera Timt CP 6 Ce qui veut dire : on met pied à terre ... vous comprendrez ...attention aux chevilles. (pas de tentes à ce CP)
Km 139: CP6	Issakarassen Après ce sera le parc des gazelles que vous traverserez pour arriver à la guelta d' Issakarassen CP8- km 173... ou elles viennent s'abreuvoir .Vous repartez en direction du volcan d' Imandouazen
Km 160: CP7	Col de Tim Tera Timt Vous repassez le col en sens inverse ... retour vers l'ermitage
Km 181: CP8	Assekrem 2514 m Vous retombez sur les 2 jumeaux avant d'atteindre l'Ermitage de Charles de Foucault ou le père Edouard habite depuis 54 ans et célèbre sa mémoire.
Km 194: CP 9	Illeman haut Après cette vision spectaculaire, c'est reparti dans la vallée pour passer 2 cols à 2412m et 2347 m, qui nous amènent dans la descente de Illeman , un pain de sucre magique ...
Km 219: CP 10 MOBILE	Illeman bas Ne voulez laissez pas distraire par les orgues de pierres, descente très technique ! regardez ou vous mettez les pieds vous passez le CP 11 en haut et le CP 12 en bas
Km 225: CP 11	Tehernanet Plus qu'une petite trentaine de km, pas les plus difficiles, quoique Vous retrouvez la chaleur de la plaine et traversez des champs de laves torturées le village de Tehernanet et ses jardins ... Alain vous attendra au milieu de nulle part ... au CP 12
Km 245 : CP 12	Tissalatenet La lave reprend ses droits sur cette piste et c'est le village de Tamgart qui annonce les 5 derniers km ...Du sable ça faisait très longtemps, et vous suiviez l'oued, ses joncs et la cascade sur 6 km pour arriver aux 3 éléphants de Tissalatenet L'Arrivée
Km 268 : Arrivée	





- 268 km, 216 km, 162km et 130 km en non-stop au départ de Tamanrasset.
- Check point avec ravitaillement liquide et solide tous les 25 km environ
- Check point avec tentes de repos tous les CP à partir de CP4.
- Balisage tous les 600 m environ en fonction de la nature du terrain.

-Temps limite de passage :

Les temps « limite de passage » sont calculés sur la base de 4 km /h soit 10 heures pour une distance 40 km . Ce temps permet à tous de gérer sereinement sa course. Le temps total par épreuve :

- 100 heures pour la course l'élite 268 km
- 75 heures pour la course extrême 216 km
- 60 heures pour la course ultra 162 Km
- 55 heures pour la course ultra 130 km

-Le départ : 8 heures :Départ le matin de bonne heure en fonction des températures extérieures..

-Chaussures : au minimum, 1pointure et demi au-dessus de votre pointure habituelle
Pieds : soin de pieds, bain de Bétadine 10j avant, fil aiguilles éosine -pansements double peau elasto 2cm ciseaux, compresses-Frottements : prévoir de l'elasto pour toutes les parties (épaules, cuisses, orteils...)

-Le matériel Obligatoire : Un duvet - couverture de survie. -une veste et un pantalon de course - miroir de signalisation.- un sifflet.- une lampe frontale - piles de rechange - un briquet.- une petite trousse de secours - un rouleau d'elasto -- une boussole - un couteau de poche- 3 Cyalum - 2 mouchoirs en papier- système d'hydratation : bidons ou bag 3 litres minimums.

Le contrôle s'effectuera le dimanche après midi par l'équipe et un pointage médical personnalisé.

-Encadrement médical : Sur tous les Raids RSO nous avons un médecin français pour toute urgence, accompagné par une infirmière. Le Staff médical s'étoffe en fonction du nombre de coureurs inscrits Au delà de 20 coureurs nous aurons kiné et Ostéopathes.

-Briefing : un briefing sera effectué avant le départ de la course suivi des contrôles médicaux et matériels

-Certificat médical : il fait partie du bulletin d'inscription et aucun coureur ne pourra prendre le départ sans cette formalité. Si le coureur est docteur il devra faire appel à un confrère et ne pourra s'auto-valider.

-Les Repas : Avant et après la course, sur le bivouac, repas froid le midi et chaud le soir. Pendant la course, autosuffisance alimentaire : Fruits et eau seront disposés sur les CP

-Visa : nous vous fournissons l'invitation du ministère du tourisme, notre partenaire, document nécessaire à l'obtention de votre visa au consulat de votre ville. Vous pouvez faire appel à Visa express, action Visa, très pratique.

Attention l'attestation d'assurance rapatriement est obligatoire pour les visas

-Les bagages : Cabine : prenez votre Camel back en cabine, et partez chaussures au pied, pour être sûr de les retrouver à l'arrivée. Pensez à respecter les nouvelles normes, pour les bagages cabines (pas de liquide de + de 200 ml, crème solaire, gel alimentaire) qui pourrait vous faire défaut pendant la course, passez les impérativement en bagages en soute.

En soute : Pensez à étiqueter votre bagage avec nom mais aussi la destination : TAM



-Les assurances : RSO souscrit sur tous ses voyages une responsabilité civile Elle prend effet à l'arrivée à Tamanrasset et prend fin au départ de Tamanrasset

Road Book

ROAD BOOK
2° TRANSahariANA
13 au 21 mars 2010

CP1
CP2
CP3
CP4
CP5
CP6
CP7
CP8
CP9
CP10
CP11
CP12

Illemane km 209
Guelta Elfiliane km 100
Akar Akar km 83
Tissalatene km 260
Tifferane CP 3
Bivouac RSO
Massif Assekrem CP5 - km 120
DEPART 130 km
DEPART 260 et 190 km

INTERNATIONAL CHALLENGE 10 km

RAID SAHARA

2° TRANSahariANA
LE DEFI DU HOGGAR

COURSE A PIED
VTT

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

Ravitaillements et CP
Nous, les 2025 km, il y aura un point de contrôle. Chaque Check point sera matérialisé par une tente, un véhicule, et 2 membres de course accompagnés d'un ou plusieurs membres mobiles de l'équipe médicale.
Nous y fournir: eau, fruits, barres de céréales, soupe, coca

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 miembros y el equipo médico.
Estarán: agua, frutas, barras de cereal, sopa, coca

Rifornimenti e CP
1 Check Point saranno ogni 2025 km in ogni CP troverete un veicolo di emergenza con le attrezzature mediche, 2 persone dell'organizzazione.
In ogni CP troverete barrette di cereal, zuppe, coca

Matériel Obligatoire
- 6000 calories (6000 au départ)
- un sac à dos ou un double porte-bagage
- une réserve d'eau de 3 litres
- une couverture de survie
- un bâton
- une lampe frontale avec piles de rechange
- un bracelet fluo
- de matériel
- une blouse
- 3 cyaalim
- un bivouac
- 1 sac de couchage
- 1 gilet imperméable
- 1 veste de pluie
- 1 troussée de secours
- 1 rouleau d'essui
- 1 bouteille de poche
- mouchoirs en papier

Equipment Required
- 6000 calories (6000 totally)
- A backpack or two bottle carrier
- A reserve of water for 3 litres
- A survival blanket
- A stick
- A headlamp with extra batteries
- A fluorescent armband
- The notebook
- Compass
- 3 Cyaalim
- 1 bivouac
- 1 sleeping bag
- 1 long pants
- 1 jacket
- 1 emergency kit
- 1 roll of cloth
- 1 pocket bottle
- Tissues

ROUTIQUE
Tee-shirt
Casquette
Polaire
CD photos

RAID SAHARA

To make the impossible possible.