



LE GRAND TRAIL DE LA VALLÉE DU DRÂA

Le Grand Trail de la Vallée du Drâa est un événement unique, le premier ultra marathon à étapes en semi autonomie dans la vallée du Drâa, au Maroc.

Du 09 au 17 Novembre 2024

« La meilleure chose possible serait une vie entière d'aventures. »

Lewis Caroll



Mais au fait, le GTVD, ça consiste en quoi exactement ?

Le Grand Trail de la Vallée du Drâa,
est une course à pied d'environ 180km en cinq étapes,
en **semi autonomie** et à **allure libre** qui se déroule
dans le désert du sud marocain.

Au programme :

cinq étapes chronométrées qui se déroulent sur un parcours varié en boucle,
empruntant des paysages entre dunes de sable,
montagnes de l'Anti Atlas, oueds asséchés, plateaux caillouteux, oasis,
villages ocres et palmeraies de la vallée du Drâa.

C'est une épreuve sans barrière horaire,
ouverte aux marcheurs, accessible à toutes et tous, en individuel
ou par équipe de 3 ou plus.

Les nuits se passent en bivouacs confortables montés pour l'occasion.

Les participants se réjouissent des soirées autour du feu
sous le ciel étoilé du désert !

Rendez-vous pour la 7ème édition du GTVD

du 09 au 17 novembre 2024

avec un nouveau parcours très varié 100% nature
et un départ donné dans la vallée du Drâa en direction du grand désert !!!!!

L'équipe : les Fadas Varois

Cinq doux dingues passionnés de défis en tout genre :
semis, trails, marathons, triathlons, ultras, courses festives
sont à leur palmarès !!

Nathalie



Bérangère

Isabelle



Sylvie



Patrice



Cette aventure hors norme et exigeante implique que chaque coureur atteste :

- connaître ses capacités physiques et les limites de ses compétences techniques,
- être physiquement et mentalement apte à participer à ce type d'épreuve, dans un milieu potentiellement hostile (forte chaleur, vent de sable, capacité à subvenir à ses besoins entre 2 points de contrôle).

Chaque concurrent doit prévoir son équipement personnel pour l'ensemble de l'épreuve :

- Sac à dos de course + poche à eau ou flasques d'une contenance totale de 1,5L minimum,
- Téléphone portable en état de marche sur le territoire marocain avec les numéros de sécurité enregistrés,
- Réserve alimentaire suffisante pour assurer sa semi-autonomie durant toutes les étapes de la course,
- Lampe frontale + 1 jeu complet de piles (ou batterie) de rechange,
- Couverture de survie,
- Gobelet, couteau, briquet,
- Boussole, sifflet,
- Épingles à nourrice,
- Antiseptique cutané, miroir de signalisation,
- Sac de couchage chaud adapté (-5 à 8 c°),
- Trousse à pharmacie complète,
- Lunettes de soleil,
- Casquette avec protège nuque,
- Guêtres anti-sable,
- Coupe-vent, crème solaire corps, visage et lèvres,
- Seconde lampe frontale + piles (ou batterie) de secours,
- Petite trousse de secours dont pastilles de sel, boissons électrolytes.

Comment pouvez-vous nous accompagner ?

- Par une contribution financière qui nous aiderait à acquérir le matériel nécessaire à notre périple,
- Par un soutien en nature (don matériel...)

En s'associant et en nous soutenant comme partenaire ou sponsor vous montrerez votre engagement à partager des valeurs sportives et humaines !

En contrepartie, nous nous engageons à promouvoir votre marque commerciale et à faire connaître notre belle région Varoise au-delà des frontières !!!

Toute participation, quel qu'en soit le montant ou la nature sera la bienvenue

UN GRAND MERCI PAR AVANCE !!

Contacts

Sylvie Trillaud, sylvie.trillaud2@gmail.com

Bérangère Debels, berangere.debels@gmail.com

Patrice Couade, patricecouade732@gmail.com

Nathalie Ridoux-Goret, adin6762@gmail.com

Isabelle Bassac, isabellecathelain@yahoo.fr

