Guide 2022 du coureur Restonica Trail

- **Samedi 9 juillet à 5h00**
- **5 ravitaillements**
- **6 points de contrôle**

HOKA
FLY HUMAN FLY

DACIA

UTMB WORLD SERIES

RESTONICA TRAIL CORSICA BY UTMB

RT Restonica Trail
69km
4000m D+

100K/M

RUNNING STONES 3 UTMB

Jeudi 7 Juillet

- **10h à 19h30** Galerie du Centre Commercial Casino – Retrait des dossards de l'**Ultra-Trail® di Corsica** (**UTC**) – Animation de la galerie marchande. Retrait des sacs coureurs au Cosec (salle omnisports).
- **21h30** Cours Paoli – Animation Batucada ***Samb'ava di Corti***
- **22h30** Rond-point de la Mairie – Accueil des coureurs en chambre d'appel pour les vérifications et les consignes du Directeur de Course avant le départ.
- **23h00** Départ des coureurs de l'**UTC**, le long du cours Paoli jusqu'à la place Paoli, remontée par la Scoliscia (rue Monseigneur Casanova), traversée de la citadelle.

Vendredi 8 Juillet

- **9h00 à 19h30** Centre Commercial Casino – Retrait des dossards du **Restonica Trail** (**RT**), du **Tavignanu Trail** (**TT**) et, **jusqu'à 15h00** du **Giru di Tumbonu** (**GT**). Retrait des sacs coureurs au Cosec (salle omnisports).
- **14h00 à 19h30** Inscriptions pour la marche (l'**Andata**) au profit de l'association **Inseme**
- Animation de la galerie marchande
- **16h00** Arrivée des premiers concurrents de l'**UTC,** cours Paoli
- **17h30** Rond-point de la Mairie, accueil des coureurs du **GT** en chambre d'appel pour les vérifications et les consignes du Directeur de Course avant le départ.
- **18h00** Départ du **Giru di Tumbonu** du rond-point de la mairie
- **19h15** Arrivée des premiers concurrents du **GT**, cours Paoli
- **19h30** Cafeteria du CROUS (av Jean Nicoli près de l'Université) « PASTA PARTY » offerte aux coureurs du **RT** et du **TT**
- **21h00** Remise des prix du **GT**, Place Tuffelli

Samedi 9 Juillet

- **4h30** accueil des coureurs du **RT** en chambre d'appel rond-point de la mairie pour les vérifications et les consignes du Directeur de Course avant le départ.
- **5h00** Départ du **Restonica Trail**, via le cours Paoli et la Scoliscia
- **6h00** accueil des coureurs du **TT** en chambre d'appel rond-point de la mairie pour les vérifications et les consignes du Directeur de Course avant le départ.
- **6h30** Départ du **Tavignanu Trail**, via le Cours Paoli et la Scoliscia
- **6h45** Place Tuffelli, Inscriptions pour la marche (l'**Andata**) au profit de l'association **Inseme**
- **8h30** Départ de l'**Andata** marche de 6 km
- Matin et après-midi, **Plateau d'Alzu**, PC12, animation par le groupe **Mandéo**
- **9h45** Arrivée des premiers concurrents du **TT**
- Au fil des arrivées Buffet d'après course pour coureurs et marcheurs
- **13h00** Arrivée des premiers concurrents du **RT**
- **19h30** Remise des prix (**UTC**, **RT** et **TT**), Place Tuffelli
- Après la remise des prix, groupe musical **Trebbisonda**, Place Tuffelli

SEISMIC SPEED

TECTON X

HOKA

BLASE THE TRAILS WITH DUAL CARBON PLATES
FOR DYNAMIC PROPULSION AND PURE SPEED

Guide 2022 du coureur Restonica Trail

Se repérer dans Corte

LE MINIMALISME RÉINVENTÉ.

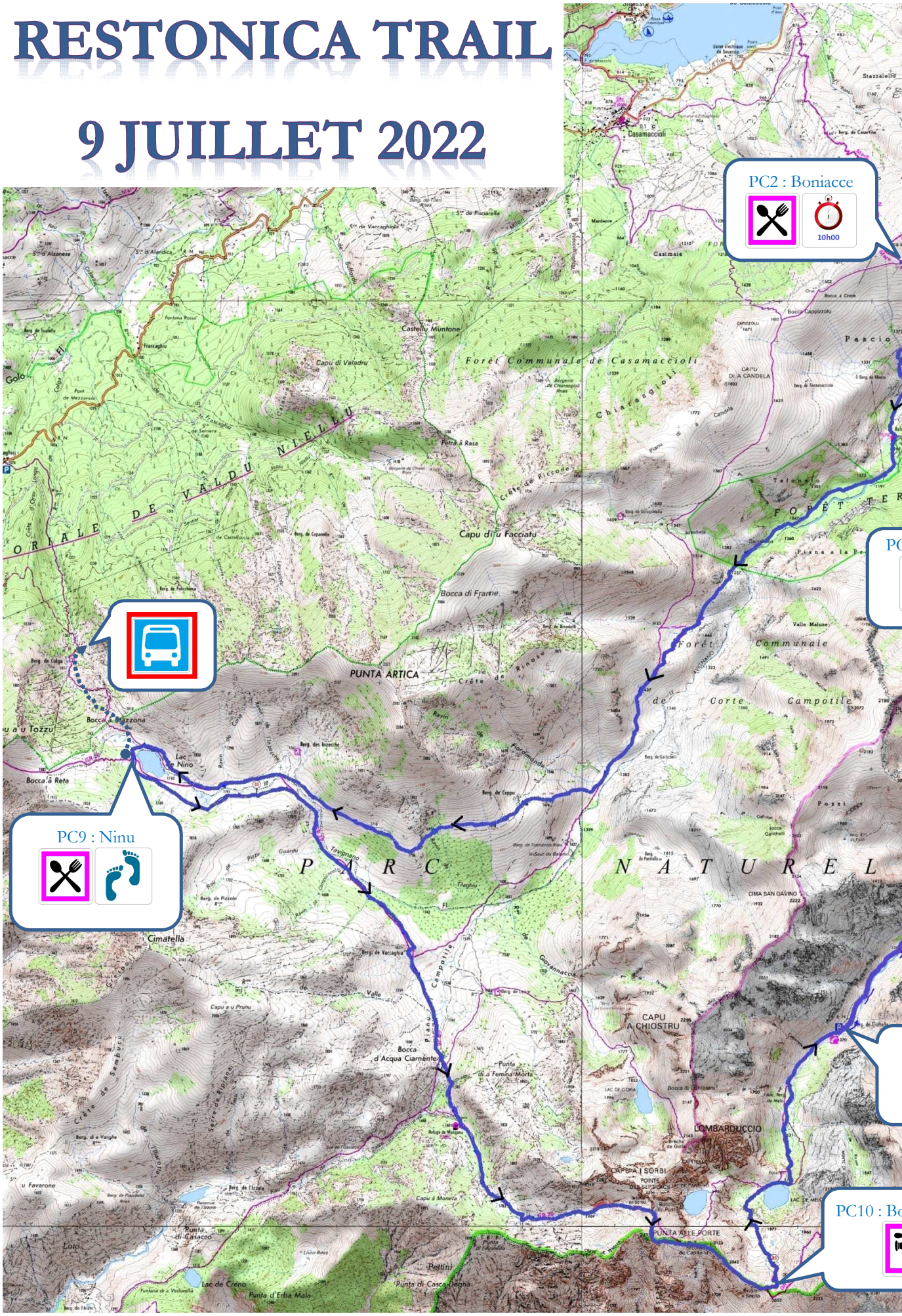
LE ZEPHYR™ VEST

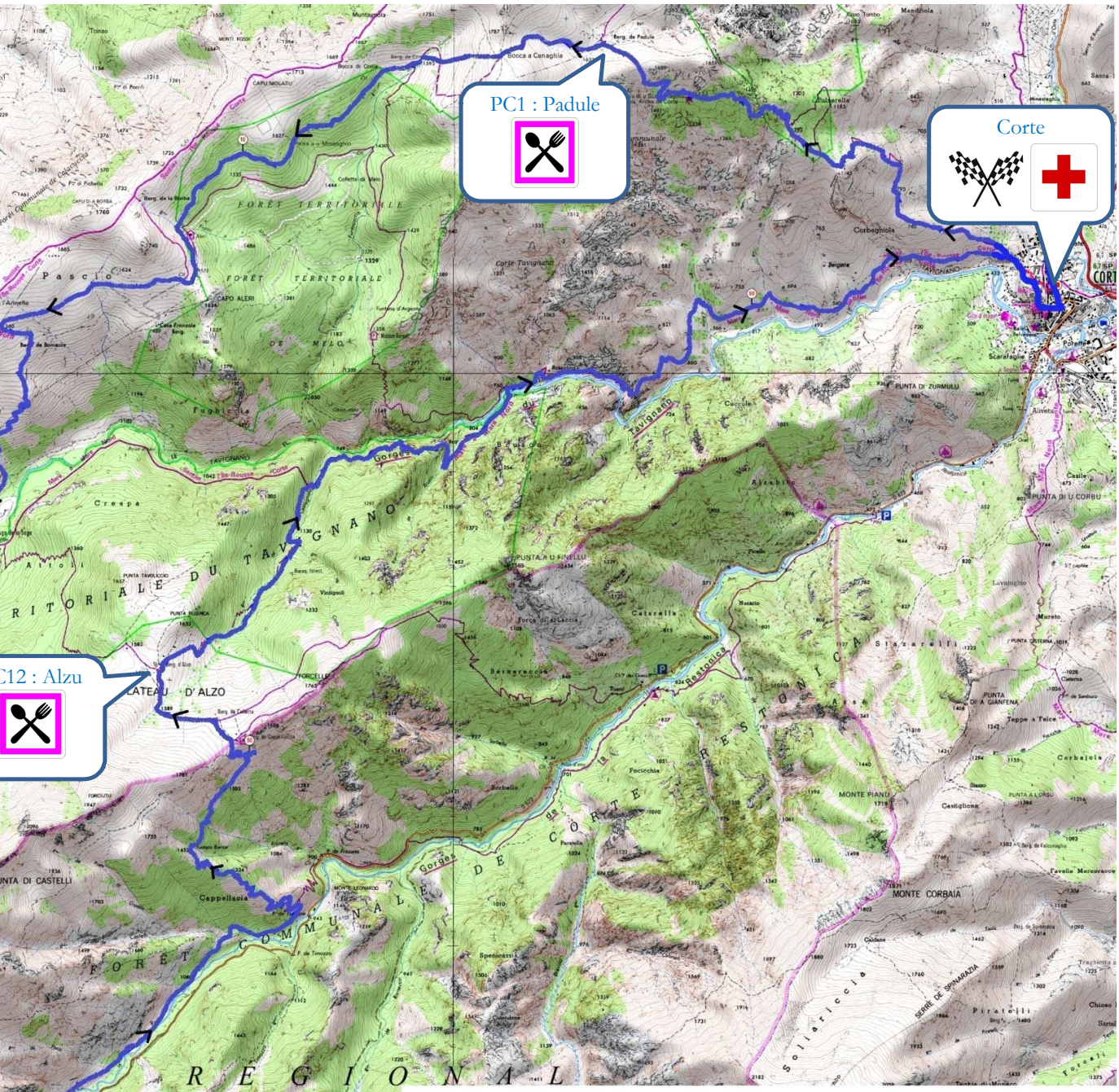
LE ZEPHYR™ VEST EST EXTRAORDINAIREMENT LÉGER ET CONÇU POUR TRANSPORTER JUSQU'À 10L D'ÉQUIPEMENT QUELLE QUE SOIT LA COURSE.

Plus d'informations sur **CamelBak.com**

RESTONICA TRAIL

9 JUILLET 2022




PC1 : Padule
Corte
C12 : Alzu
PC11 : Grotelle
17h00
MONTE ROTONDO
PETRA NIELLA
RESTONICA TRAIL CORSICA
BY UTMB
Ravitaillement
Poste de Secours
heure
Barrière Horaire
Rapatriement

Partenaires UTMB® World Series

HOKA FLY HUMAN FLY

DACIA

Buff

COMPRESSPORT

CAMELBAK

Partenaires institutionnels

CULLETTIVITÀ DI CORSICA
COLLECTIVITÉ DE CORSE

Ville de Corte

UNIVERSITÀ DI CORSICA PASQUALE PAOLI

Parc naturel régional de Corse
Parcu di Corsica

Réserve Naturelle
MASSIF DU MONTE RITONDU

Partenaires adhérents

gan ASSURANCES Agence de Corte

ESPACE ELEC.
DISTRIBUTEUR DE SOLUTIONS ELECTRIQUES

CYRNEA
Chez Pascal
BAR
Rue du professeur Santiaggi
CORTE

Sponsors

corsica ferries

eDF

AIR CORSICA

PAOLINA
UN'ISULA, UNA STORIA, UNA BIERA

MASSEI
Immortal oil

Domaine Vico

ENDUR'ACTIV

A RINASCITA

FERRONNERIE Albertini

zilia
eau de source

Corte Distribution
Vins
Boissons
Spiritueux
Produits Agricoles
RN 200 - 20250 CORTE - TEL. 04 95 46 06 17 - FAX. 04 95 46 11 85

Afpa
CORSICA
U NOSTRU MISTIERU, U VOSTRU AVVENE

CONFISERIE SAINT SYLVESTRE
FRUITS CONFITS DE CORSE

Casino
supermarchés
CENTRE CORSE
CORTE

SOLECO

La Foir'Fouille

Mr.Bricolage
Corte

CORSEFRET
Transports

EURO TYRE

EURO MAT

S.A.S
Corsica Gastronomia
FABRICATION SPECIALITES CORSES

La charcuterie MORACCHINI

ALTIPIANI sports
ALTI-SHOP.COM

SO.CO.GAZ
SOciété COrse de distribution de GAZ
Butagaz
GAZ & ÉLECTRICITÉ

MENUISERIE CORSE P.V.C.

CECC
Corse Entretien Chauffage Climatisation

19 73
LE CAMP DE BASE
OMNISPORTS CORTE

autocars RINIERI

Restonica Trail

PC	Lieu	Temps 1°	Horaire 1°	Km	Delta Km	Km Reste	D+ cumulé	Delta D+	D- cumulé	Delta D-	Altitude	GPS		Ravito	Médical	Rapatrie	Barrière
	Départ		5h00			66,9					436	N 42,3066°	E 09,1507°				
1	E Padule	1h08	6h08	6,8	6,8	60,1	1278	1278	112	112	1600	N 42,3259°	E 09,1028°	x			
2	Boniacce	2h03	7h03	14,0	7,2	52,9	1577	299	446	334	1565	N 42,3037°	E 09,0387°	x			10h(RT)
9	Ninu Funtana A Reta	3h06	8h06	28,3	14,3	38,6	2308	731	992	546	1748	N 42,2565°	E 08,9377°	x			
10	Bocca a Soglia	4h51	9h51	39,9	11,6	27,0	3052	744	1477	485	2009	N 42,2047°	E 09,0219°				
11	E Grotelle Chez Téo	5h21	10h21	43,9	4,0	23,0	3065	13	2114	637	1385	N 42,2288°	E 09,0301°	x	x	x	17h(RT)
12	Alzu	6h51	11h51	54,2	10,3	12,7	3825	760	2673	559	1586	N 42,2769°	E 09,0556°	x			
Arr	Arrivée	8h00	13h00	66,9	12,7		4003	178	3996	1323	436	N 42,3066°	E 09,1507°	x	x		

PC	Lieu	Accès voiture	Chaud				Froid				Sucré							Salé			Fruits				
			RT 69 km	Café	Soupe	Thé	Eau	Eau gazeuse	Coca	Ice Tea	Fruits secs	Canistrelli	Chocolat noir	Gâteau marbré	Compote à boire	TUC	Saucisse corse	Saucisson	Fromage Corse	Emmental	Orange	Banane	Pastèque	Salade de riz	Pain (mie et complet)
1	E Padule		X				X	X	X		X	X	X	X		X	X		X		X	X			
2	Boniacce		X	X		X	X	X	X		X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X			X
9	Ninu Funtana A Reta		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X			X
10	Bocca a Soglia		X				X																		
11	E Grotelle Chez Téo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X		X	X	X	X	X		X
12	Alzu		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X		X	X			X

Chers a*mis trailers,*

Afin que la fête soit belle, nous nous devons de vous rappeler des consignes de sécurité qui pourront être bien utiles en cas de problèmes.
Est-il besoin de vous redire qu'il s'agit d'une course en montagne et que les aléas de celle-ci s'appliquent à nous : chute des températures nocturnes, dangers objectifs : pierres instables, orages, vent…
Nous sommes comme vous des montagnards passionnés et pour notre sécurité ne partons jamais sans le matériel adapté. Nous faisons appel à votre bon sens pour assurer votre propre sécurité ou pouvoir venir en aide à quelqu'un (cf liste du matériel dans règlement).
Les beaux jours reviennent enfin et il est temps de peaufiner votre affutage, nous avons hâte de vous recevoir.

*A prestu nant'i nostri chjass*i montagnoli,

Jean-Eric

Extrait du règlement

ARTICLE 3 Matériel obligatoire pour la course :

ULTRA-TRAIL DI CORSICA et RESTONICA TRAIL :

- Réserve d'eau minimum 1l,
- Téléphone mobile chargé et allumé mettre dans son répertoire le numéro de sécurité de l'organisation : 06.84.76.25.33,
- Gobelet personnel 15cl minimum,
- Lampe frontale pensez à amener 2 frontales ou des piles de rechange,
- Couverture de survie entière,
- Veste imperméable à la taille du coureur,
- Sifflet,
- Des vivres de course,
- Une bande élastique adhésive 80 cm minimum,
- Casquette ou bandana ou équivalent.

numéro de sécurité de l'organisation : 06.84.76.25.33

UNFOLD & GO

PACK SPEED CAP

Designed to go the distance with you. Lightweight and made from recycled plastic fibres, it adapts to your route, stash it away or snap it back into shape when you need it. Packable, minimalist design for maximum performance.

Featuring Andreu Simon, BUFF® ambassador.

BUFF.COM