

14<sup>ème</sup>

# RESTONICA TRAIL 7-8-9 JUILLET 2022



Ultra-Trail®  
di Corsica 100M M

## UTC

110km  
7200m D+  
(solo ou relais à 4)

Restonica  
Trail 100K M

## RT

69km  
4000m D+

Tavignanu  
Trail 50K M

## TT

33km  
2500m D+

U Giru di  
Tumbone 20K M

## GT

17km  
650m D+



*Al di là di e limite*  
**BEYOND THE LIMITS**

**UTMB®**  
WORLD SERIES  
EVENTS

RESTONICA  
TRAIL  
CORSICA

BY **UTMB®**

restonicatrail.fr



# G

uide 2022 du  
coureur  
Ultra-Trail®  
di Corsica

- 110 km, 7 200 m D+
- Jeudi 7 juillet à 23h
- 8 ravitaillements
- 12 points de contrôle
- Solo ou relais de 4
- 4 running stones

# HOKA

FLY HUMAN FLY™

# DACIA

**UTMB®**  
WORLD SERIES

RESTONICA  
TRAIL  
CORSICA

BY **UTMB®**

**IS PART OF IT!**

JOIN US AT  
**UTMB.WORLD**

**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 **Trebbisona**, Place Tuffelli



# SEISMIC SPEED

TECTON X



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



BY **UTMB**

- 1 - Retrait dossards Bib's collection
- 2 - Retrait sacs coureurs
- 3 - Pasta Party <sup>Runners' bags collection</sup>
- 4 - Départs courses <sup>Start of races</sup>
- 5 - Arrivées courses <sup>Finish line</sup>
- 6 - Village Tuffelli
- Buffet arrivée <sup>Finishers buffet</sup>
- PC Course <sup>Race direction</sup>
- Boutique <sup>Shop</sup>
- Remise lots finishers <sup>Finishers awards</sup>
- Podium
- WC, douches <sup>Showers</sup>



Restonica  
15km  
400m-1400m

VERS LA VALLÉE  
DE LA RESTONICA

Casino

UNIVERSITÉ  
DE CORSE  
CAMPUS GROSSETTI

H  
HÔPITAL  
URGENCES

STADE

CITÉ  
UNIVERSITAIRE

UNIVERSITÉ  
DE CORSE  
CAMPUS CARAMAN  
MARIANI

LYCÉE  
PASCAL PAOLI

AVENUE LEANI NICOLI

AVENUE DU GÉNÉRAL GAULLE

PLACE DU DUC DE PADOUÉ

AVENUE BERTHON KALIANI

AVENUE X. LUCIANI

AVENUE DE LA RÉPUBLIQUE

AVENUE DE LA LIBERTÉ

AVENUE DE LA PAIX

AVENUE DE LA VICTOIRE

AVENUE DE LA DÉMOCRATIE

AVENUE DE LA JUSTICE

AVENUE DE LA SÉRIÉ

AVENUE DE LA CULTURE

AVENUE DE LA SANTÉ

AVENUE DE LA JEunesse

AVENUE DE LA FAMILLE

AVENUE DE LA VIEillesse

AVENUE DE LA SOLIDARITÉ

AVENUE DE LA COOPÉRATION

AVENUE DE LA PAIX

AVENUE DE LA LIBERTÉ

AVENUE DE LA ÉGALITÉ

AVENUE DE LA JUSTICE

AVENUE DE LA SÉRIÉ

AVENUE DE LA CULTURE

AVENUE DE LA SANTÉ

AVENUE DE LA JEunesse

AVENUE DE LA FAMILLE

AVENUE DE LA VIEillesse

AVENUE DE LA SOLIDARITÉ

AVENUE DE LA COOPÉRATION

AVENUE DE LA PAIX

AVENUE DE LA LIBERTÉ

AVENUE DE LA ÉGALITÉ

AVENUE DE LA JUSTICE

AVENUE DE LA SÉRIÉ

AVENUE DE LA CULTURE

AVENUE DE LA SANTÉ

AVENUE DE LA JEunesse

AVENUE DE LA FAMILLE

AVENUE DE LA VIEillesse

AVENUE DE LA SOLIDARITÉ

AVENUE DE LA COOPÉRATION

AVENUE DE LA PAIX

AVENUE DE LA LIBERTÉ

AVENUE DE LA ÉGALITÉ

AVENUE DE LA JUSTICE

AVENUE DE LA SÉRIÉ

AVENUE DE LA CULTURE

AVENUE DE LA SANTÉ

AVENUE DE LA JEunesse

AVENUE DE LA FAMILLE

AVENUE DE LA VIEillesse

AVENUE DE LA SOLIDARITÉ

AVENUE DE LA COOPÉRATION

AVENUE DE LA PAIX

AVENUE DE LA LIBERTÉ

AVENUE DE LA ÉGALITÉ

AVENUE DE LA JUSTICE

**CAMELBAK®**

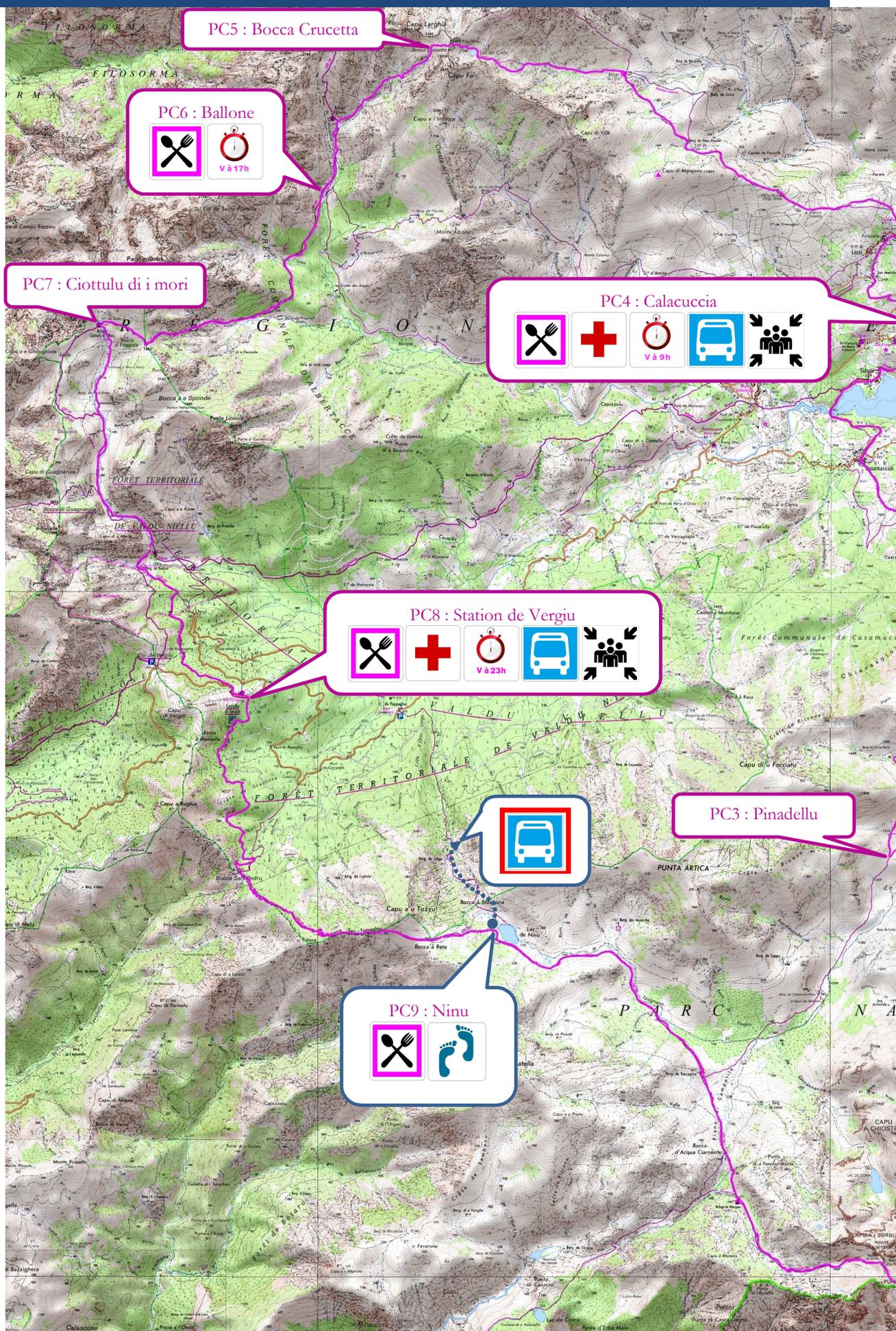


# LE MINIMALISME RÉINVENTÉ.

## LE ZEPHYR™ VEST

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

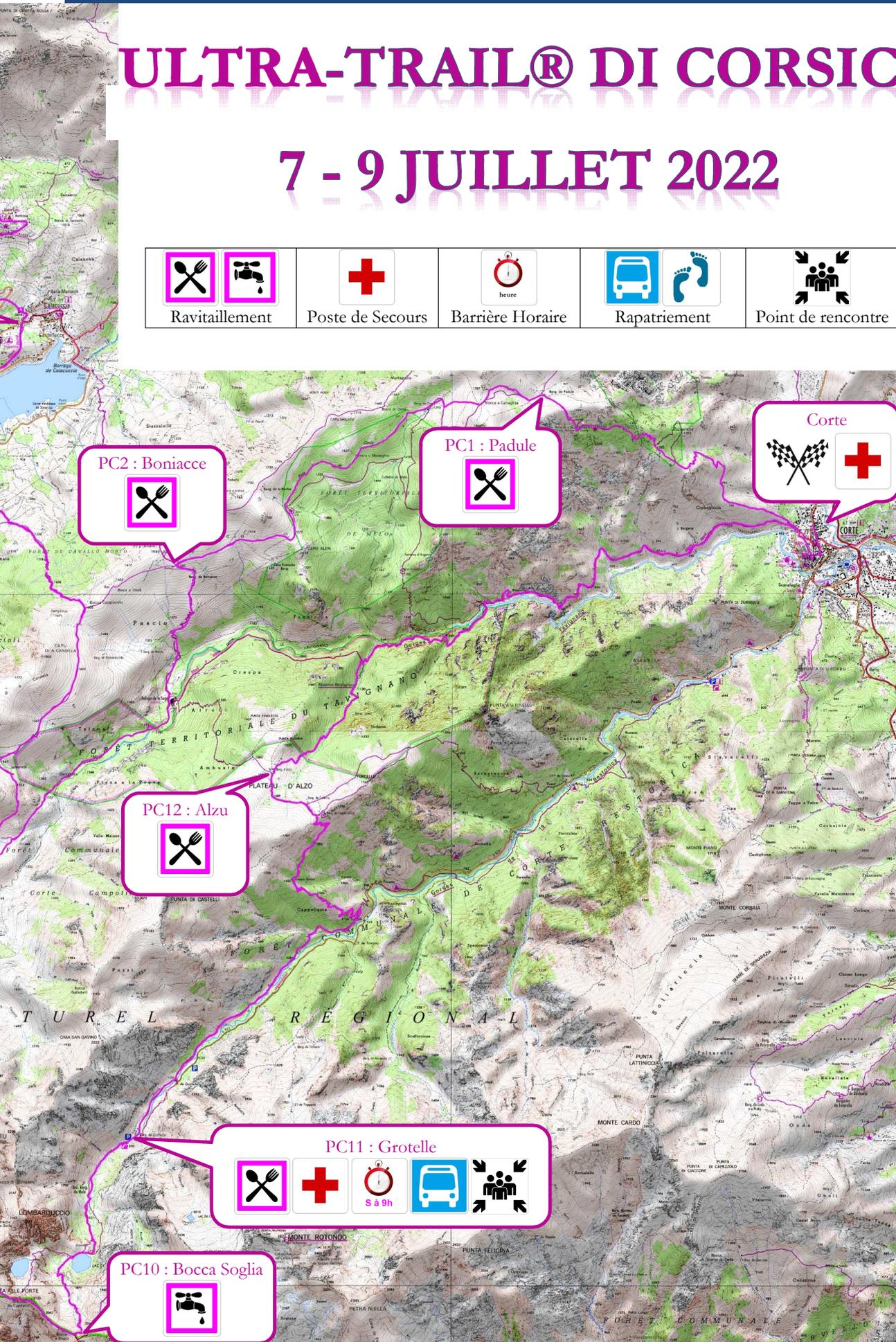
Plus d'informations sur [CamelBak.com](https://www.camelbak.com)



# ULTRA-TRAIL® DI CORSICA

## 7 - 9 JUILLET 2022

 		 heure	 	
Ravitaillement	Poste de Secours	Barrière Horaire	Rapatriement	Point de rencontre



Partenaires UTMB® World Series



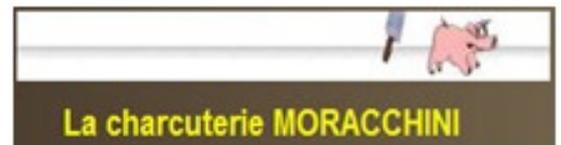
Partenaires institutionnels



Partenaires adhérents



Sponsors





Chers amis 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 chjassi 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® and the logo are trademarks of Buff®. © 2014 Buff®

[BUFF.COM](http://BUFF.COM)

