



TRAIL MARGERIDE
Sur les pas de la Bête.

margeride
en gévaudan

Oxstitis

PROGRAMME DU STAGE

Vendredi 24 mai

Arrivée des coureurs de 09h30 à 10h maximum

. Installation et présentation du programme.

. *Apéro d'arrivée et repas sur place.*

. **Sortie Trail** depuis Amourette Julianges : Mont Mouchet 16,5km et 350+
Fin de journée cool discussions et échanges.

. Repas et **Soirée avec Mathilde Sagnes**

Samedi 25 mai

. **Petit-déjeuner**

. **Sortie Trail** depuis le Malzieu-Ville : Le Truc du Chapelet 22km et 740+

. Retour au camp de base : douche et pause avant : **Visite** de la Tour d'Apcher.

. **Repas**

. **Sortie Trail Nocturne** depuis le Malzieu-Ville : *Tests de frontales Petzl*

Dimanche 26 mai

. **Petit-déjeuner.**

. **Sortie Trail** depuis le Malzieu-Ville : Cap sur Apcher 17km et 400+

. **Repas** au gîte puis débriefing des 3 jours et départ.