

**SAMEDI  
14 JUIN  
2025**



**TRAIL DE L'ABBAYE  
DE LAGRASSE**

**Au profit des pompiers de Lagrasse**

**3 COURSES CHRONOMÉTRÉES :**

15 km, 9km et 5km

Parcours découverte : 1km

Marche Nordique : 9km

[trailedelabbayedelagrasse@gmail.com](mailto:trailedelabbayedelagrasse@gmail.com)

06 63 22 41 94

Départ 17h30 pour  
le Parcours découverte,  
à partir de 18h pour les autres :  
Place de la Halle à Lagrasse

Arrivée dans la  
Cour d'Honneur de l'Abbaye :  
remise des lots, tombola  
et DÎNER ouverts à tous !

**PLACES LIMITÉES : inscrivez-vous vite  
en ligne sur <http://trailedelabbayedelagrasse.fr>**



# Règlement simplifié et infos courses

- ▶ **Parcours (non accessible aux personnes handicapées) :** chemins et sentiers. Les accompagnateurs VTT et les chiens ne sont pas autorisés sur le parcours.
- ▶ Les concurrents **non licenciés** devront s'assurer individuellement.
- ▶ Les participants devront présenter une **licence sportive (FFA) OU un PPS datant de moins de 3 mois** (<https://pps.athle.fr/>); les mineurs devront fournir une **autorisation parentale** ainsi qu'une **licence sportive FFA** ou une attestation signée par l'autorité parentale de leur état de santé. A défaut un certificat médical de moins de 6 mois.
- ▶ **Parking gratuit pour les participants** (P1 et P3 à l'entrée du village depuis Lézignan), et rejoindre à pieds le lieu du départ : Place de la Halle, 11220 Lagrasse.
- ▶ Les **inscriptions se font sur <http://traildelabbayedelagrasse.fr>**
- ▶ **Chronométrage à puce.**
- ▶ **Ravitaillements** sur les parcours chronométrés et à l'arrivée.
- ▶ **Douches** à la salle polyvalente de Lagrasse, à l'entrée du village.
- ▶ Chaque coureur **autorise les organisateurs à utiliser les images** sur lesquelles il pourrait apparaître.
- ▶ Un **repas ouvert à tous** sera proposé dans la Cour d'Honneur de l'Abbaye, avec la remise des lots et la tombola.

## Droits d'engagements

COURSES	Catégories	INSCRIPTIONS	
		EN LIGNE * (jusqu'au 12 juin 18h)	SUR PLACE ** (le 14 juin)
LE CHARLEMAGNE 15 km D+ 450m	A partir des Juniors	15 €	20 €
LA GRANDE CORBIÈRES 9 km D+ 250m	A partir des Cadets	9 €	14 €
LA PETITE CORBIÈRES 5 km D+ 200m	A partir des Cadets	5 €	10 €
MARCHE NORDIQUE 9 Km D+ 200m	A partir des Cadets	6 €	9 €
PARCOURS 1 Km D+ 20m	7 à 12 ans	GRATUIT	GRATUIT

\* Ajouter les frais d'inscription du site

\*\* Dans la mesure des places disponibles

**Les inscriptions doivent être récupérés au plus tard avant 17h30. Au delà votre dossard pourra être revendu à un autre coureur.**