ROADBOOK PARTICIPANTS

DIMANCHE 24 MARS 2024

PRESENTATION DE L'EVENEMENT

L'EKIDEN de Saint-Etienne ENEDIS se déroulera le **dimanche 24 mars 2024** au stade Henri Lux de Saint-Etienne.

Originaire du Japon, l'ekiden est une formule de course en relais sur la distance d'un marathon. C'est d'ailleurs exactement ce que signifie son nom puisque « eki » signifie « étape » en japonais et « den », l'action de transmettre quelque chose.

L'Ekiden de Saint-Étienne ENEDIS est un marathon en relais effectué en équipe de 6 coureurs. L'épreuve se déroule sur un circuit de 5km, où chaque coureur doit réaliser une distance imposée.

Plusieurs classements sont proposés cette année encore sur le marathon en relais :

- Challenge Grand Public
- Challenge Entreprises
- Challenge des Ecoles
- Challenge des Associations

Pour permettre au plus grand nombre de découvrir le concept d'un Ekiden et de participer à la fête, un 20km en relais à 3 est également proposé.

Bien évidemment, la mythique course des enfants sera aussi au programme de cette belle journée sportive !

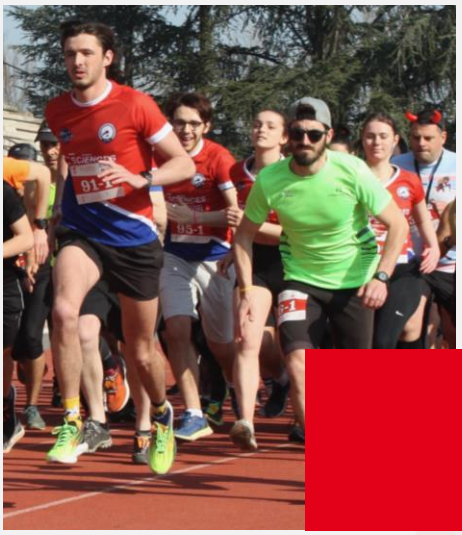
RETOUR SUR L'EDITION 2023 :

PARTICIPANTS
700

BENEVOLES
100

EXPOSANTS
14

TEMPS VAINQUEURS
02:32:37



LES EPREUVES

EKIDEN
Marathon en relais à 6

Les participants à cette épreuve devront parcourir la distance d'un marathon en relais par équipe de 6. L'épreuve se déroule sur un circuit de 5 km, où chaque coureur doit réaliser une distance imposée :

20 KM
Relais à 3

Le 20 km en relais à 3 permet de découvrir le concept en équipe réduite !
L'épreuve se déroule en même temps que l'EKIDEN, sur le même parcours. Chaque coureur devra réaliser une des distances imposées suivantes :

COURSES ENFANTS
De 4 à 6 ans et de 7 à 9 ans

Les enfants aussi seront à l'honneur pour cette édition !
Deux courses seront organisées en fin de matinée (à partir de 11h00). Ces courses sont gratuites et encadrées par les coachs du Coquelicot 42.

PROGRAMME

RETRAIT DES DOSSARDS :
Les dossards sont à récupérer au magasin Terre De Running Montplaisir (44 rue de Terrenoire, 42100 Saint-Etienne)

- Vendredi 22 mars de 16h00 à 19h00
- Samedi 23 mars de 14h00 à 19h00

NB : L'ensemble des dossards d'une équipe sera donné en une seule fois, dans une seule et même enveloppe !

ECHAUFFEMENT COLLECTIF :
10h10
Animé par KEEP COOL Saint-Etienne

BRIEFING D'AVANT-COURSE :
10h20

HEURE DE DEPART :
10h30

REMISE DES PRIX :
A partir de 12h30 : 20 km
A partir de 14h00 : Ekiden

LE PARCOURS

EKIDEN		
RELAYEUR 1	5 km	1 boucle
RELAYEUR 2	10 km	2 boucles
RELAYEUR 3	5 km	1 boucle
RELAYEUR 4	10 km	2 boucles
RELAYEUR 5	5 km	1 boucle
RELAYEUR 6	7,195 km	*Voir page suivante*

20 KM		
RELAYEUR 1	5 km	1 boucle
RELAYEUR 2	10 km	2 boucles
RELAYEUR 3	5 km	1 boucle

Sur le parcours, des bénévoles signaleurs vous indiqueront le chemin. Veillez également à rester attentif et suivre les rubalises pour ne pas vous tromper de direction.

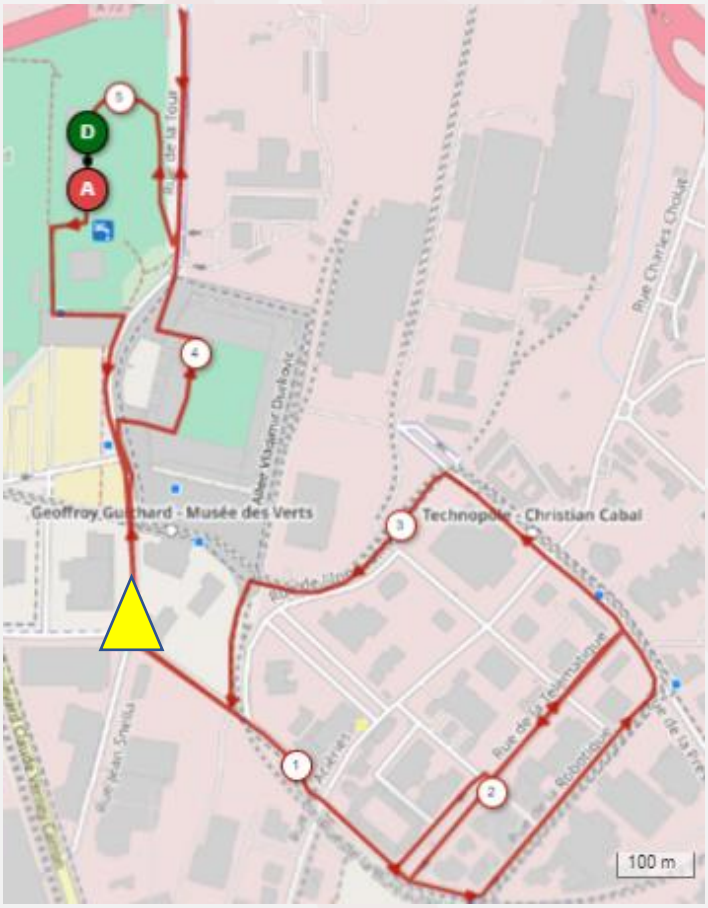
NB : Toute signalisation utilisée pour l'événement sera enlevée par l'organisation le dimanche en fin d'après-midi.

RELAYEUR 6

Le relayeur 6 d'un Ekiden doit parcourir la distance exacte de 7,195 km.

Pour cela, il faudra courir une boucle de 5 km comme ses coéquipiers, puis finir par une petite boucle de 2,195 km. Un signaleur sera présent pour vous montrer le raccourci et ne pas repartir sur une grande boucle.

1 boucle de 5 km



+

1 boucle de 2,195 km

Lieu du raccourci pour la petite boucle

RELAIS

ATTENTION : Lors du retrait des dossards, vous allez recevoir 6 puces de chronométrage. Chaque puce sera numérotée et paramétrée par rapport aux n° de relayeurs. Merci de faire attention à ce que le relayeur n°1 utilise la puce qui finit par un « 1 », le relayeur n°2 la puce qui finit par un « 2 »,… L'organisation décline toute responsabilité en cas d'erreur de puces de la part des participants.

Le passage de témoin entre deux coureurs d'une même équipe se fera tout de suite après le passage de l'arche d'arrivée dans une zone spécifique. **Merci de prévoir un objet en guise de témoin et d'effectuer les passages de témoin sur la gauche de la piste pour laisser passer les autres coureurs sur votre droite.**

Pour accéder à la piste depuis les tribunes, il est strictement obligatoire d'emprunter le tunnel sous terrain (à prendre sous les tribunes).

Pour entrer dans le sas relayeur, il faudra montrer votre dossard aux bénévoles en poste. Entrée dans le sas possible uniquement lorsque vous êtes le prochain relayeur (exemple : le relayeur 3 est en train de courir, le relayeur 4 peut accéder au sas alors que les relayeurs 5 et 6 devront patienter).

Lorsque vous avez terminé votre relai, suivez les instructions des bénévoles pour vous diriger vers le ravitaillement et rendre votre puce (attention, une puce non remise vous sera facturée 20€).

REGLEMENT

Vous pouvez retrouver le règlement de l'épreuve directement sur notre site internet.
Il est strictement obligatoire de venir à la course avec ses épingles !

PC SECURITE

La sécurité routière sera assurée par la Police Municipale de la ville de Saint-Etienne et les organisateurs.

L'assistance médicale sera assurée par une association de secouristes agréée. Le service médical mis en place a pour compétence de décider de la mise hors-course d'un concurrent pour des raisons médicales.

Merci de vous rapprocher du bénévole le plus proche pour prévenir d'un état d'urgence. Le bénévole pourra contacter les secours directement et prévenir l'organisation.

INFOS PRATIQUES

- **PARKING :** De nombreuses places de parking seront disponibles à proximité du stade Henri Lux (Boulevard Roger Rocher).
- **WC :** Des WC seront à disposition sous les tribunes du stade Henri Lux.
- **VESTIAIRES / DOUCHES :** Les vestiaires du stade Henri Lux seront à disposition pour l'événement.

RAVITO FINAL

Le ravitaillement final sera à retrouver 30m après la zone de relais sur votre gauche.

Vous pourrez accéder à ce ravitaillement une fois que vous aurez rendu votre puce de chronométrage.

NB : Une fois que vous serez sorti de la zone du ravitaillement final, il ne sera plus possible d'y accéder.

LE VILLAGE

Le village de l'Ekiden de Saint-Etienne ENEDIS sera implanté sur la pelouse du stade Henri Lux.

Pour y accéder, il faudra emprunter le tunnel sous-terrain qui se situe sous les tribunes, il s'agira du seul accès disponible le jour de la course.

A retrouver sur le village :
- Podiums
- Buvette
- Stands partenaires
- Stands de courses locales
- Kinés
- Animations gonflables (pour les grands et les petits !)

ACCESSIBILITE

EN VOITURE

Covoiturez dans ce cas !

- Depuis Clermont-Ferrand (1h20) : A89 puis A72, sortie 13 « Montreynaud/Technopôle »
- Depuis Lyon (0h55) : A7 puis A47 puis A72, sortie 13 « Montreynaud/Technopôle »

EN TRAIN

Belle initiative écologique !

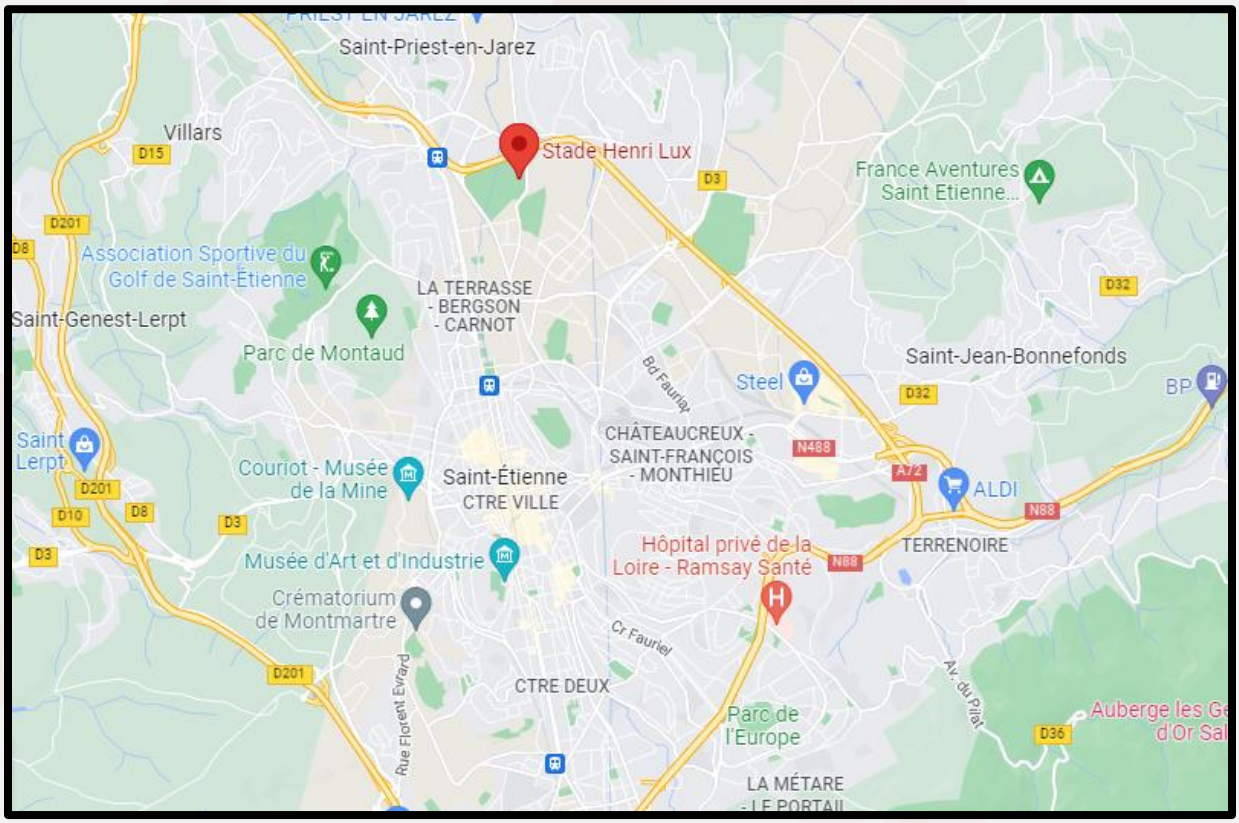
- Depuis Clermont-Ferrand (3h00) : TER Clermont – Roanne puis Roanne – Saint-Etienne
- Depuis Lyon (0h45) : TER Lyon Part-Dieu – Saint-Etienne Châteaucreux

EN TRAM

Pour les locaux !

- Tram T3 arrêt « Geoffroy Guichard »

Parc des Sports de l'Etivallière (stade Henri Lux) :



ACCES SUR PLACE

RAPPEL : Pour accéder à la piste il faudra emprunter le tunnel sous terrain, accessible sous les tribunes du stade Henri-Lux.

PARTENAIRES

PARTENAIRE TITRE

ENEDIS

PARTENAIRES INSTITUTIONNELS

Ville de Saint-Étienne – L'expérience design

Loire – Le Département

La Région Auvergne-Rhône-Alpes

SÉM Saint-Étienne la métropole

ILS NOUS SOUTIENNENT

Temporis

TDR Terre de Running Saint-Etienne

Nissan Bony Automobiles

Clash de Haches

1909

Fabricant Farinër 1999 d'instants gourmands

Seven Squares

Climb Up

Écouter Voir – Optique & Audition Mutualistes

Leroy Merlin

keepcool – Social Sports Club

L'île aux délires

Groupe Aesio

Chazelle – construire ensemble

Inside Park – Bowling, Trampo, Kidspark

Crédit Mutuel

Infinity Ball Concept

Spiruline du Forez – Pure vitalité

RENDEZ-VOUS DIMANCHE !

coquelicot.42@wanadoo.fr