

ROADBOOK 2026

THF

Trail du Haut-Forez

Un trail de caractère
dans des villages de
caractère



PROGRAMME DU WEEK-END

HORAIRES DES ÉPREUVES



- **A partir de 4h :**

- Retrait dossards
- Café offert (Coureurs)

- **5h :** **Départ Grand Trail du Haut-Forez (70km)**

- **5h40 :** • échauffement collectif Maratrail by Lilou

- **6h :** **Départ Maratrail du Haut-Forez (45km)**

- **7h40 :** • échauffement collectif Archimonteuse by Lilou

- **8h :** • **Départ Archimonteuse (25km)**

- **8h40 :** • échauffement collectif Foulée de Guy by Lilou

- **9h :** • **Départ La Foulée de Guy (10km)**

- **9h40 :** • **Arrivée des premiers coureurs**

- **10h :** • **Départ Courses enfants**

- **11h :** • Podium 10 km / 25 km
- Podium des enfants

- **A partir de 11h30 :**

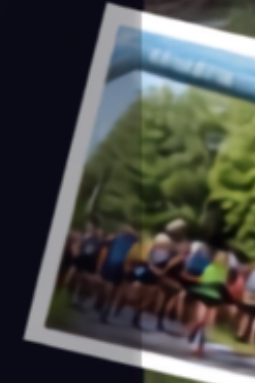
- Ouverture du buffet

- **14h :** • **Podium 45 km / 70 km**

- **19h :** • **Arrivée des derniers participants**

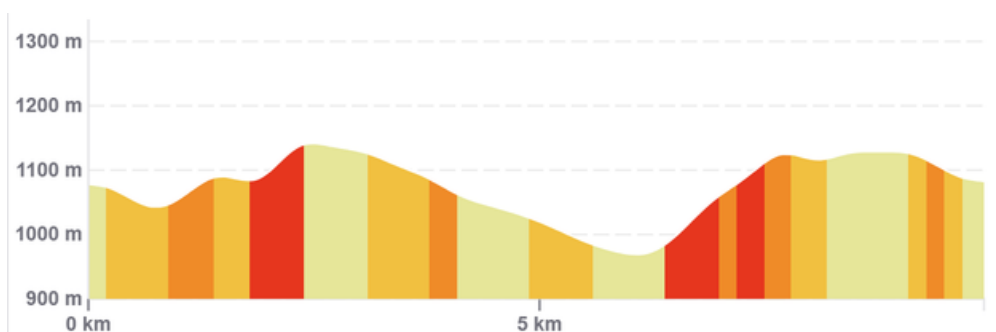
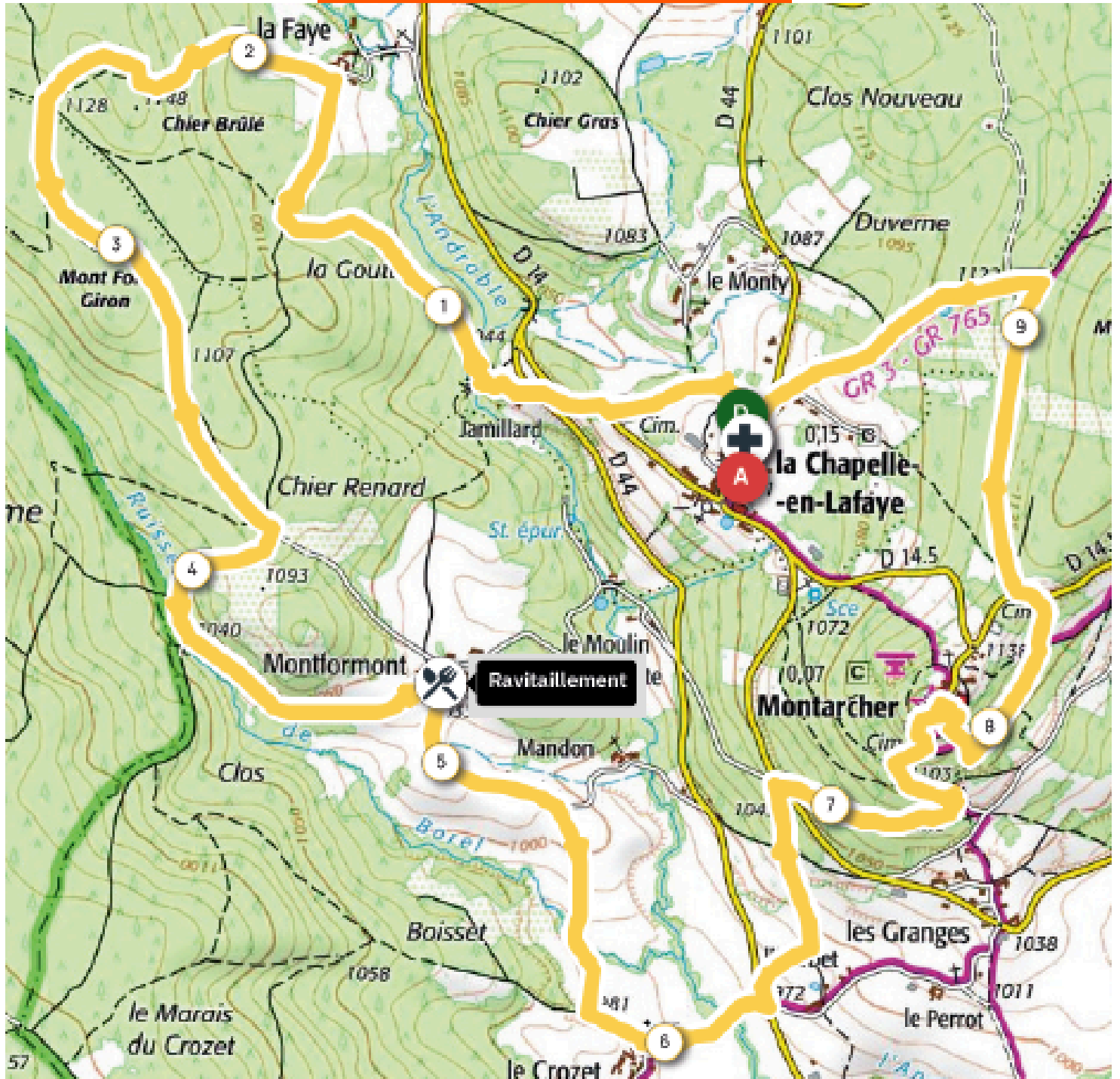


- Buvette de 4h30 à 19h00
- Repas de 12h à 19h



La Foulée de Guy

10 km – 300 D+

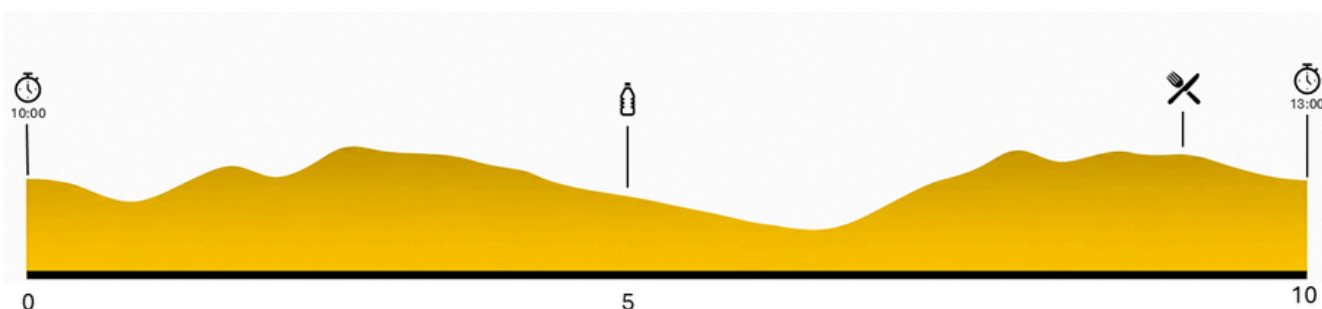


La Foulée de Guy

10 km – 300 D+

Ravitaillements

Kilométrage	Lieu du ravitaillement	Type
KM 5	Montformont	Liquide + Solide (léger)
KM 10 (barrière horaire)	La Chapelle en Lafaye - Arrivée	Liquide + Solide

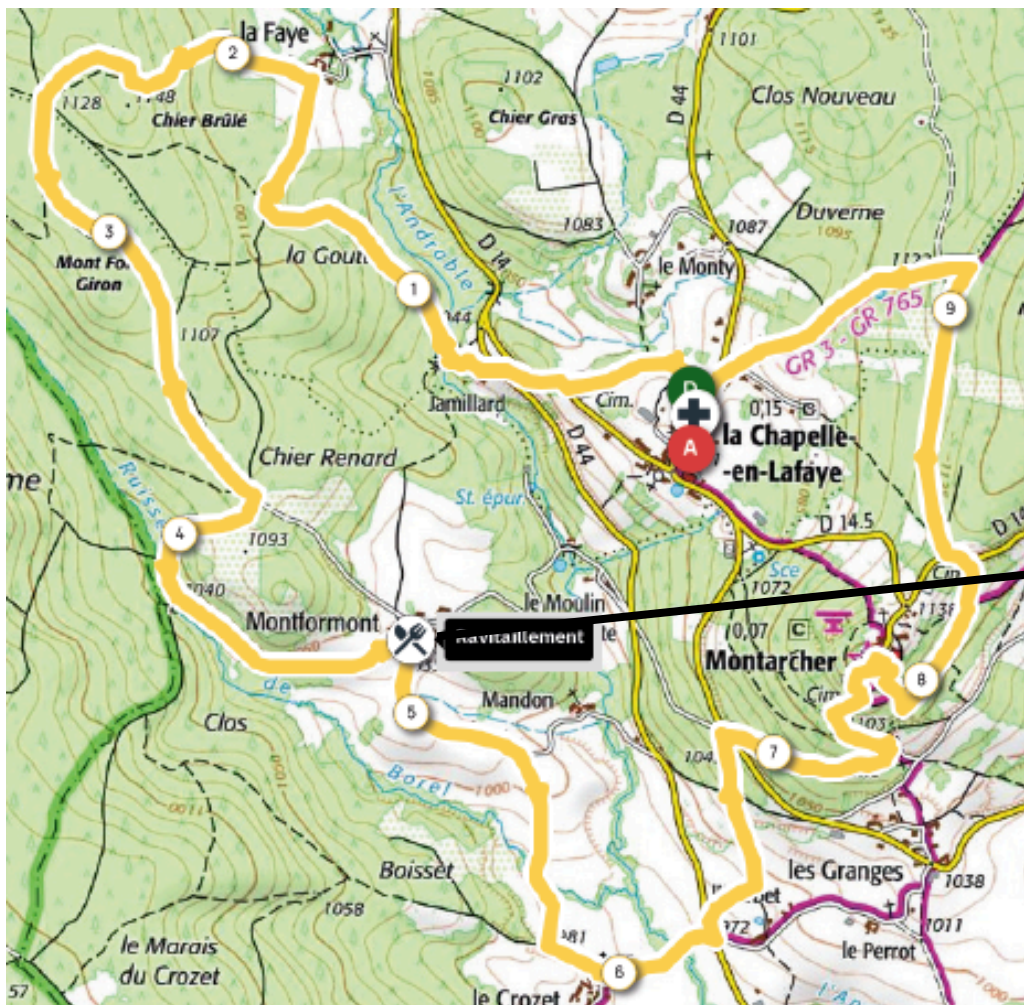


La Foulée de Guy

10 km – 300 D+

ACCOMPAGNANTS

Où voir passer les coureurs ?



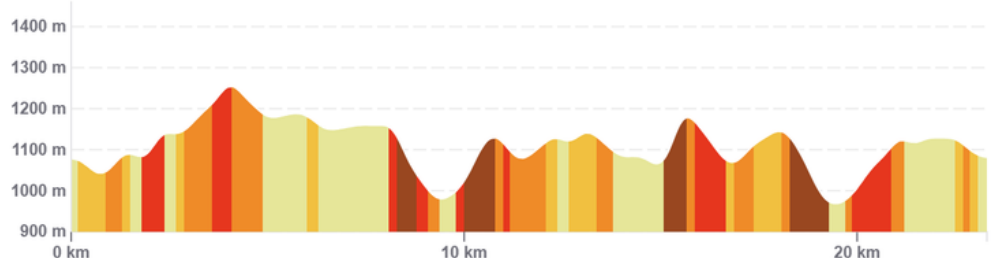
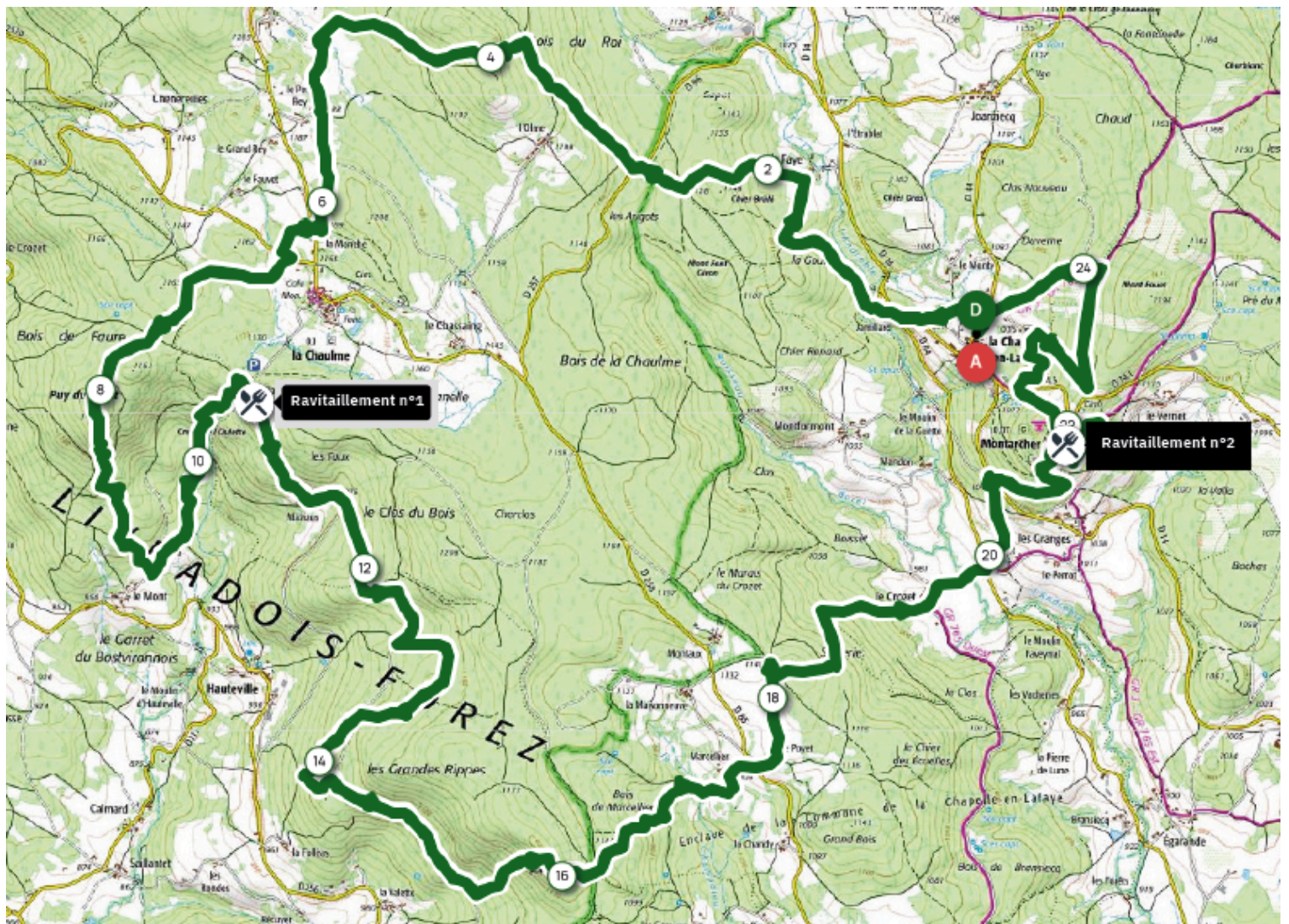
Ravitaillement
(Montformont)



L'Archimonteuse

25 km – 1000 D+

Parcours

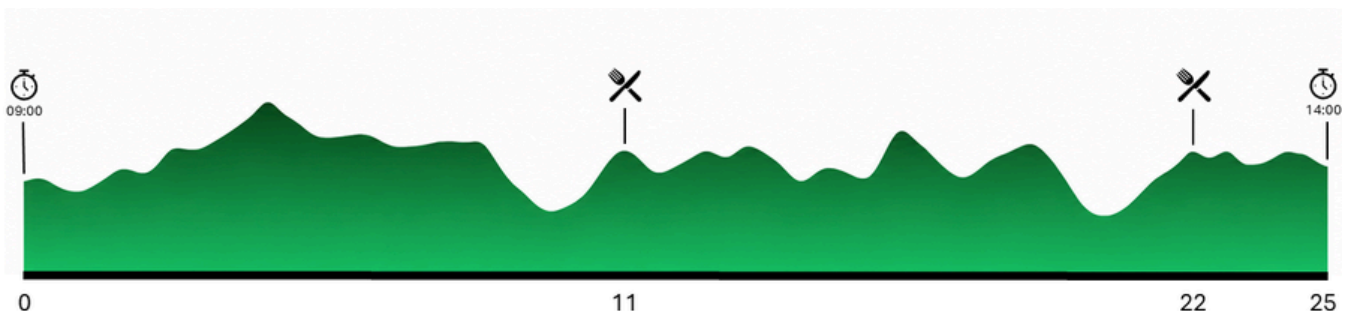


L'Archimonteuse

25 km – 1000 D+

Ravitaillements

Kilométrage	Lieu du ravitaillement	Type
KM 11	Le Creux de l'Oulette	Liquide + Solide
KM 22	Montarcher	Liquide + Solide
KM 25 (barrière horaire)	La Chapelle en Lafaye - Arrivée	Liquide + Solide



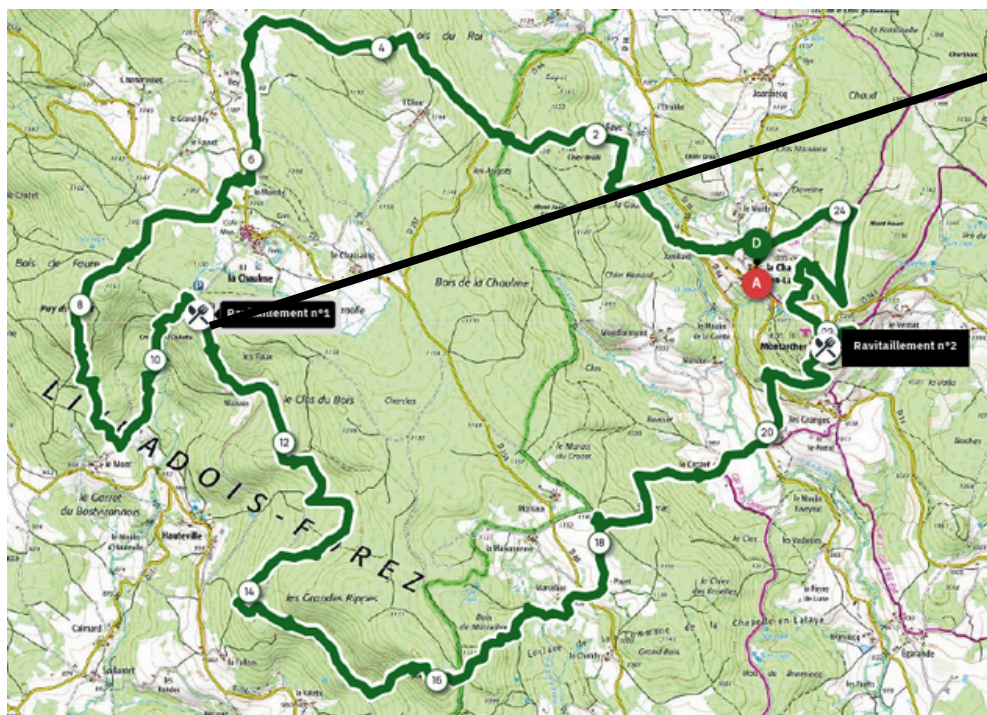
L'Archimonteuse

25 km – 1000 D+

ACCOMPAGNANTS

Où voir passer les coureurs ?

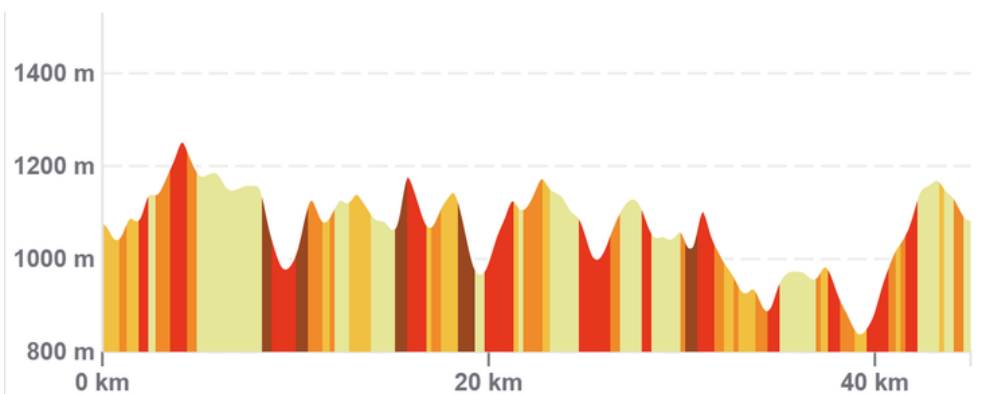
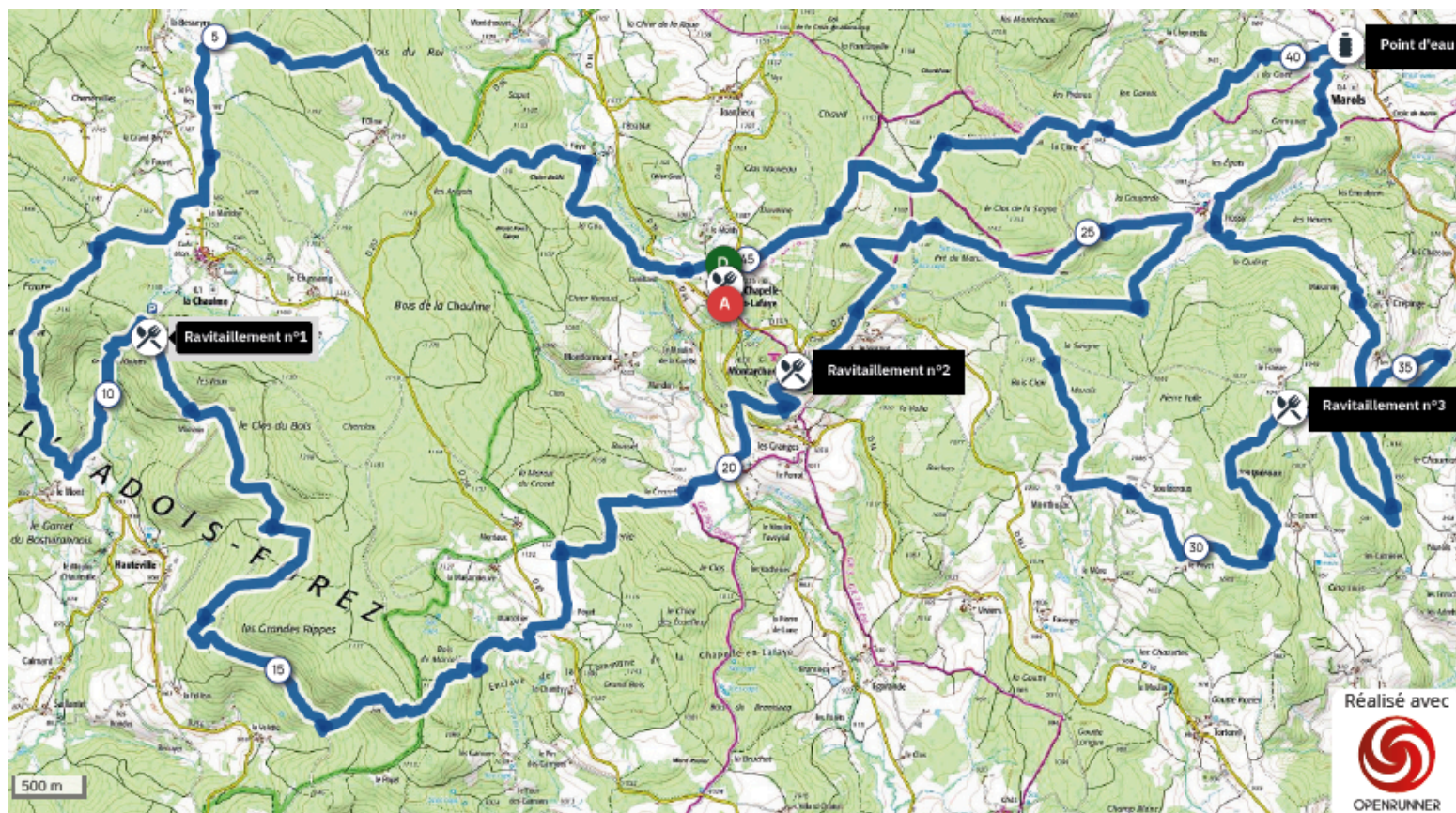
Ravitaillement 1
(Creux de l'Oulette)



Maratrail du Haut-Forez

45 km – 2000 D+

Parcours

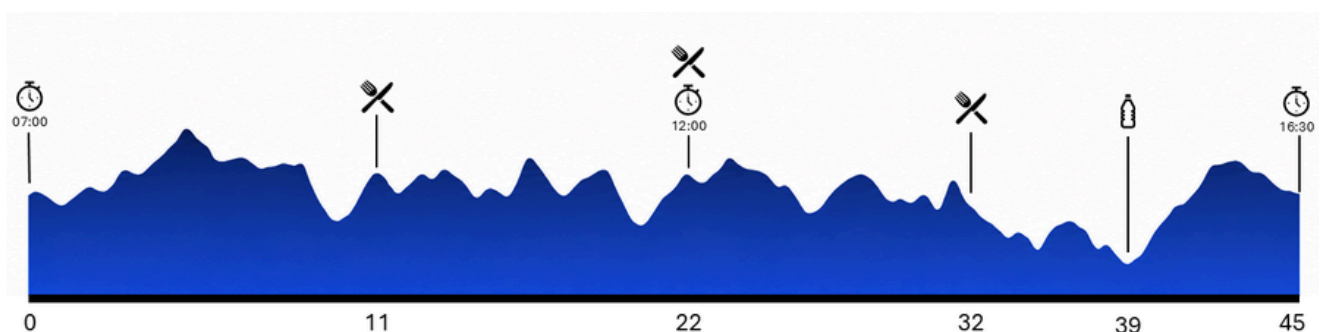


Maratrail du Haut-Forez

45 km – 2000 D+

Ravitaillements

Kilométrage	Lieu du ravitaillement	Type
KM 11	Le Creux de l'Oulette	Liquide + Solide
KM 22 (Barrière horaire)	Montarcher	<u>BASE DE VIE</u> Liquide + Solide Couchages
KM 33	Le Fraise	Liquide + Solide
KM 40	Marols	Liquide
KM 45 (barrière horaire)	La Chapelle en Lafaye - Arrivée	Liquide + Solide

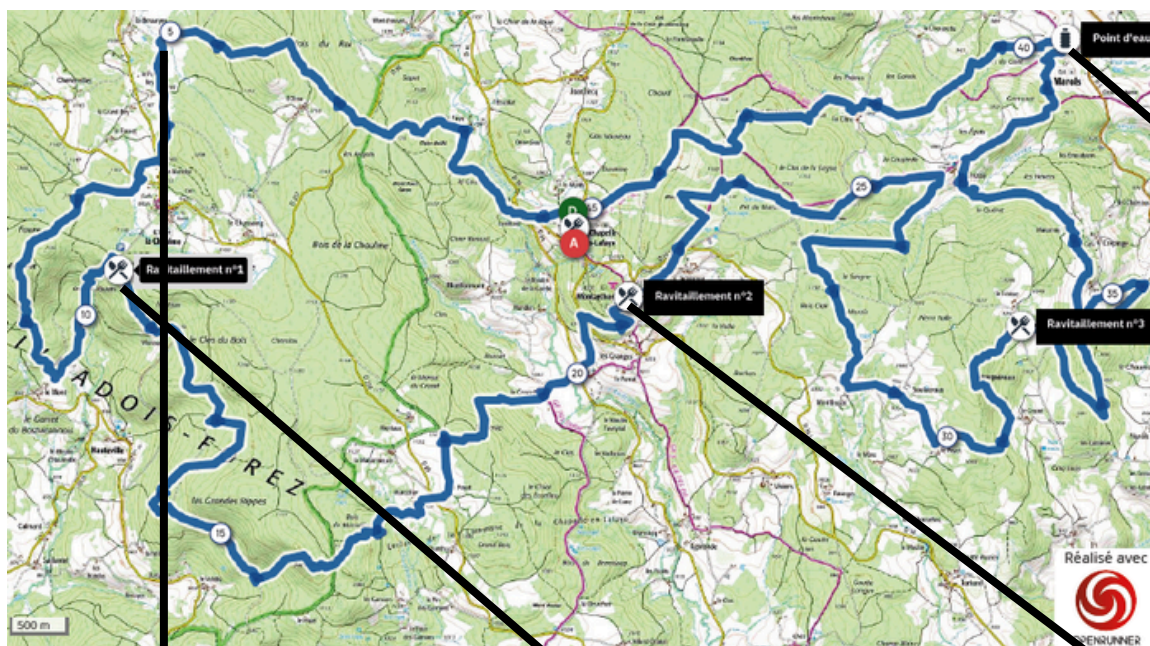


Maratrail du Haut-Forez

45 km – 2000 D+

ACCOMPAGNANTS

Où voir passer les coureurs ?



Ravitaillement 3
(Le Fraisse)



Volcan de Montpeloux



Ravitaillement n°1
Cascade de Creux de
Coudette



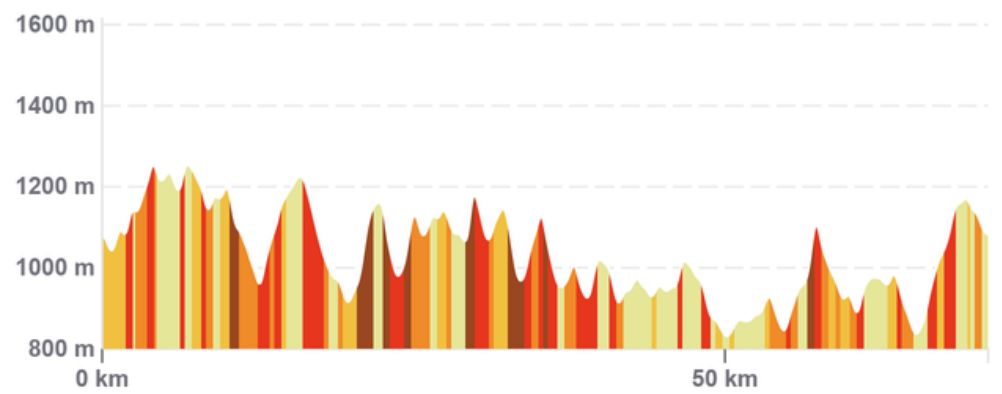
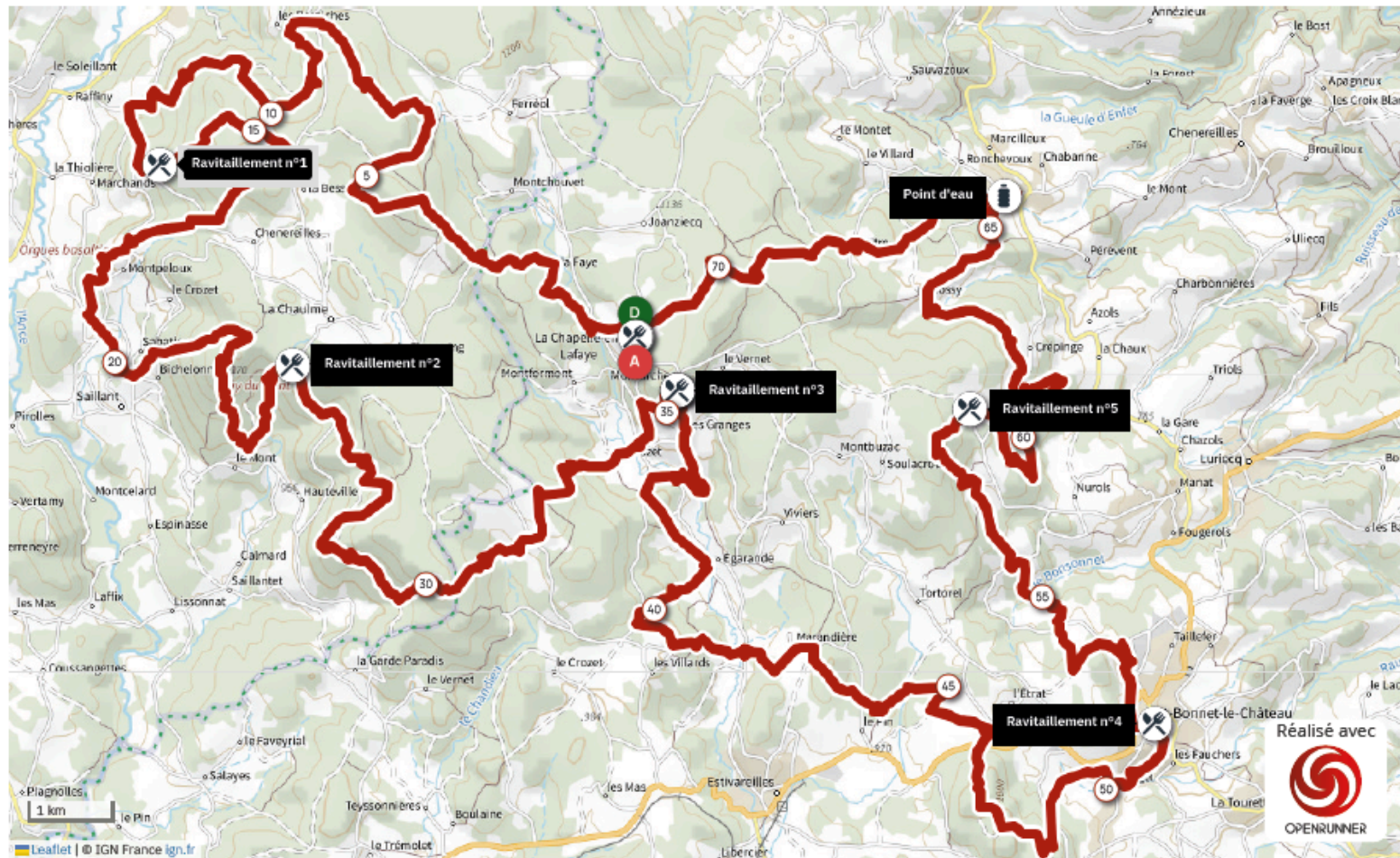
Ravitaillement 2
(Montarcher)



Grand Trail du Haut-Forez

70 km – 3000 D+

Parcours

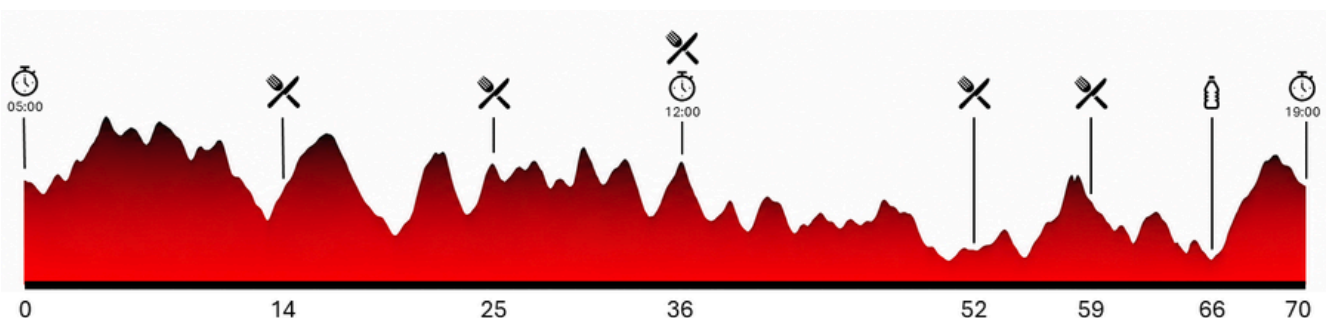


Grand Trail du Haut-Forez

70 km – 3000 D+

Ravitaillements

Kilométrage	Lieu du ravitaillement	Type
KM 15,5	La Besseyre	Liquide + Solide
KM 25	Le Creux de l'Oulette	Liquide + Solide
KM 36 (Barrière horaire)	Montarcher	<u>BASE DE VIE</u> Liquide + Solide Couchages
KM 52	Saint Bonnet le Château	<u>BASE DE VIE</u> Liquide + Solide Couchages
KM 58	Le Fraise	Liquide + Solide
KM 65	Marols	Liquide
KM 70 (Barrière horaire)	La Chapelle en Lafaye - Arrivée	Liquide + Solide

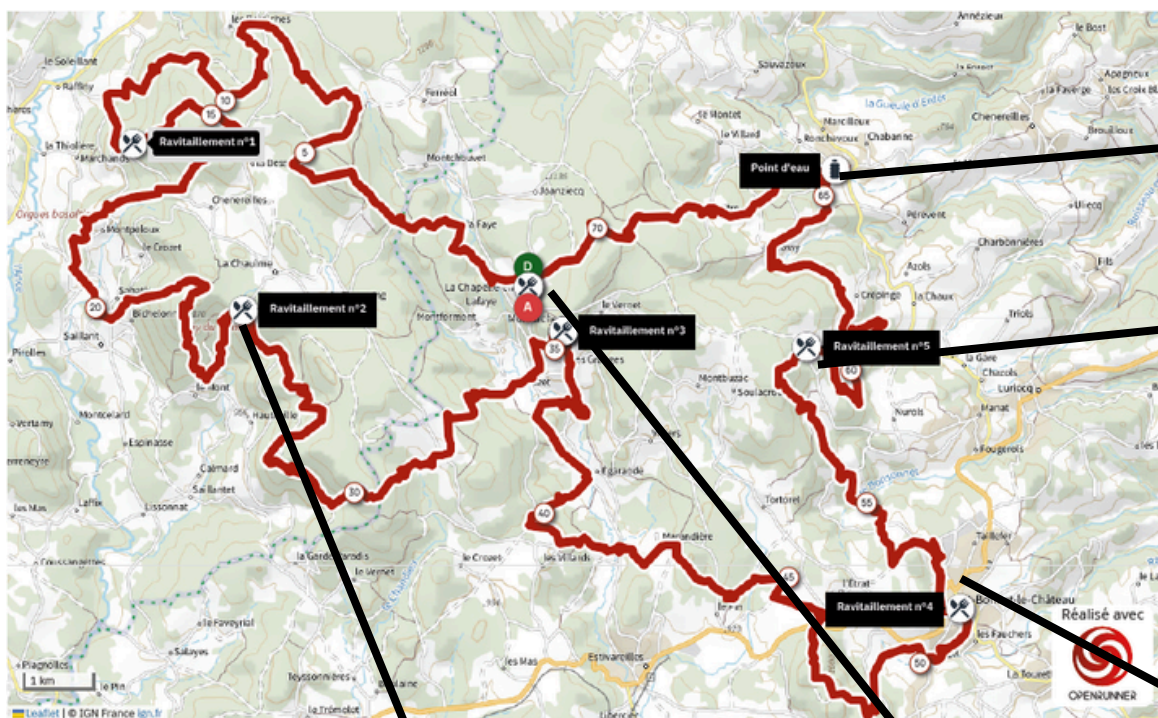


Grand Trail du Haut-Forez

70 km – 3000 D+

ACCOMPAGNANTS

Où voir passer les coureurs ?



Ravitaillement 5 (Le Fraise)



Ravitaillement 2 (Cascade du Creux de l'Oulette)



Ravitaillement 3 (Montarcher)



Ravitaillement 4 (St-Bonnet)



Volcan de Montpeloux





Composition des ravitaillements

Ravitaillement	Kilométrage	Parcours concernés	Horaires	Type
Ravitaillement n°1 : Hauts du Lac - La source	KM 13,8	70 km	5h30 - 8h	Liquide + Solide
Ravitaillement n°2 : Cascade du Creux de l'Oulette	KM 10,8 KM 10,8 KM 25	25 km 45 km 70 km	6h30 - 12h	Liquide + Solide
Ravitaillement n°3 - Montarcher (Barrière horaire)	KM 22 KM 22 KM 36	25 km 45 km 70 km	7h30 - 12h30	BASE DE VIE Liquide + Solide 4 couchages
Ravitaillement n°4 - Saint Bonnet le Château	KM 52	70 km	10h - 15h	BASE DE VIE Liquide + Solide 4 couchages
Ravitaillement n°5 - Le Fraisse	KM 32,6 KM 58,5	45 km 70 km	9h30 - 16h30	Liquide + Solide
Point d'eau n°1 - Montformont	KM 32,6 KM 58,5	10 km	10h - 11h	Liquide + solide (léger)
Point d'eau n°2 - Marols	KM 32,6 KM 58,5	45 km 70 km	10h30 - 17h	Liquide uniquement

	Arrivée La Chapelle	Le Fraisse	Saint Bonnet le Château	Montarcher	Le Creux de l'Oulette	Montformont	Hauts du Lac - La Source
10 km	X					X	
25 km	X			X	X	X	
45 km	X	X	X	X	X	X	
70 km	X	X	X	X	X	X	X
Chaud							
Bouillon vermicelles	X	X	X	X	X	X	X
Eau	X	X	X	X	X	X	X
Eau gazeuse	X	X	X	X	X	X	X
Coca	X	X	X	X	X	X	X
Froid							
Sirup menthe	X	X	X	X	X	X	X
Sirup citron	X	X	X	X	X	X	X
Sirup grenadine	X	X	X	X	X	X	X
Quatre-quart	X	X	X	X	X	X	X
Fruits secs	X	X	X	X	X	X	X
Sucré							
Chocolat noir	X	X	X	X	X	X	X
Gâteau de semoule	X	X	X	X	X	X	X
Compote à boire	X	X	X	X	X	X	X
Pain d'épices	X	X	X	X	X	X	X
TUC	X	X	X	X	X	X	X
Cacahuètes	X	X	X	X	X	X	X
Salé							
Saucisson	X	X	X	X	X	X	X
Fourme	X	X	X	X	X	X	X
Brie	X	X	X	X	X	X	X
Fruits							
Banane	X	X	X	X	X	X	X
Orange	X	X	X	X	X	X	X
Pomme	X	X	X	X	X	X	X
Pastèque	X	X	X	X	X	X	X



Sécurité

Que faire en cas de problème ?

Je préviens le PC COURSE :

- Problème lié au parcours (perte, débalisage constaté, ...)
- Problème médical
- ABANDON

Il est primordial de nous prévenir en cas d'abandon

Notre équipe est composée de médecins et secouristes spécialisés. L'appel du PC course permettra de mettre en place le protocole secours.

Je contacte les secours (pompiers : 18 ou SAMU : 15) uniquement en cas d'URGENCE MEDICALE





Parkings

Pensez au co-voiturage :



COORDONNEES PARKING



Nos partenaires

INTERSPORT®



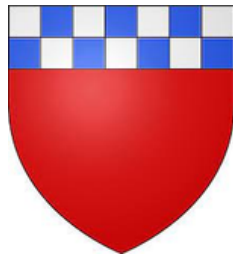
MONTARCHER

Eau de source de Montarcher
93 Le Suc, 42380 Montarcher
04.77.30.66.30

info@montarcherlasource.fr



La Chapelle en Lafaye



Montarcher

Loire

LE DÉPARTEMENT

Loire FOREZ

Agglo



Nos réseaux sociaux

Partagez vos photos, vidéos
et votre expérience
sur nos réseaux sociaux !



Facebook



Instagram



TikTok

Trail du Haut-
Forez

[trailduhautforez](#)

