Trail des 7 Hameaux 2023

Dimanche 8 octobre

Et si vous vous lanciez dans une aventure à la découverte des hameaux de Magny-les-Hameaux, en Île-de-France, à la seule force de vos petits mollets ? Le trail des 7 Hameaux est une merveilleuse occasion de courir proche de Paris, mais en pleine nature. Il a lieu le **dimanche 8 octobre** !

Ces deux trails, **l'un de 12,5 km avec un D+ de 250m** et **l'autre de 23,5 km avec un D+ de 400m** vous feront vous élancer à quelques kilomètres du centre de Saint-Quentin-en-Yvelines avant de traverser les 7 hameaux environnants. C'est là que l'aventure commence, avec un parcours qui se veut assez varié : on espère que vous vous êtes entraînés un peu.

Le tracé est sympa, surtout si les conditions sont agréables. La majeure partie du trail se déroule en forêt, au cœur du Parc naturel régional de la Haute Vallée de Chevreuse. Vous pourrez donc courir dans des sous-bois, sur des sentiers et chemins : ça risque de glisser un peu à certains endroits ! La suite, c'est la traversée des 7 hameaux : Magny-Village, Gomberville, Villeneuve, Romainville, Brouessy, le Bois des Roches et Buloyer. Vous aurez également la chance de voir l'abbaye de Port Royal, les Granges de Port Royal Deschamps et la satisfaction de rallier l'arrivée heureux et fier d'en terminer.

Et en parlant de satisfaction, à la fin de ce périple, c'est un bon ravitaillement qui vous attendra et une bonne bière aussi.

Pour l'après-midi, lancez-vous dans les visites : le château de Versailles n'étant pas très loin, c'est l'occasion d'aller découvrir la demeure du roi soleil.

Prenez vos Chaussures de Trail, et venez au Trail des 7 Hameaux !

Deux courses pour les grands et deux courses pour les plus jeunes.

Pour cette 12ème édition, l'association vous propose donc deux parcours pour tous les niveaux, un Trail de 12,5 km D+ 250m et un Trail de 23,5 km D+ 400m, limités à 500 concurrents. **Ces deux courses adultes sont associées à deux courses enfants, catégorie « Eveil Athlétique » et « Poussins », garçons et filles.**

Départ des trails adultes devant l'Hôtel de Ville de Magny-les-Hameaux et l'arrivée sera jugée à l'Espace Jacques Anquetil, rue des écoles Jean Baudin.

– Départ du Trail de 23,5 km à 9h00

– Départ du Trail de 12,5 km à 9h30

Départ des courses enfants :

– Catégorie EA : 9h45

– Catégorie PO : 10h00

Infos pratiques

Démarche écoresponsable

Le trail des 7 Hameaux pour sa 12ème édition est dans une démarche écoresponsable et fait tout son possible afin d'obtenir le label du CDOS78 « Sport citoyen, sport responsable ». Ceci nous engage tous à être respectueux de l'environnement et à répondre aux exigences très précises du label, prenant en compte les impacts environnementaux

Merci à tous pour votre collaboration !

Ici, on va te faciliter la vie pour te rendre à Magny, participer à notre course et y prendre du plaisir.

– En voiture : Privilégiez le covoiturage

Depuis Paris, via la A86 par Antony, puis N12 – Vélizy à Magny les Hameaux

Ou, via la A6B, puis la A10 et la A126, puis D36 et D938

_ En train : Depuis Paris prendre :

La Ligne B-RER à Saint-Rémy-lès-Chevreuse et le Bus 464 à Magny les Hameaux

Ou la Ligne C-RER à St Quentin en Yvelines et le Bus 464 à Magny les Hameaux

_ En Bus :

Depuis la gare de Saint-Rémy-lès-Chevreuse, puis le Bus 464 à Magny les Hameaux

Depuis la gare de St Quentin en Yvelines et le Bus 464 à Magny les Hameaux

A l'approche du site de départ vous serez guidés par des fléchages et des bénévoles, vers les parkings et autres sites, retrait des dossards, consigne et vers le départ (devant l'Hôtel de Ville)

Info Parkings :

Deux parkings seront disponibles pour la course

– Rue planète bleue (derrière Toyota) pour les runners venant de Voisins ou Chevreuse

– Et la voie Jean Moulin, qui sera fermée pour l'occasion, pour les runners venant de la Vallée ou de Versailles

⚠ Merci de ne pas vous garer sur le parking d'Intermarché, il sera surveillé par un vigile. Ni sur les bas côtés des rues (attention aux PV, la police sera présente) ⚠

Le départ étant à 700m du site d'arrivée (lieu du retrait des dossards). Prévoyez une dizaine de minutes pour vous y rendre.

La remise des récompenses aura lieu vers 12h00

3 lots seront tirés au sort en fin de remise des récompenses parmi les numéros de dossards présents

Documents
affiche-td7h-2023-rev.2-sans-magny-optique-et-sans-rando-running.pdf
Liens utiles
https://easqy.fr/trail-des-7-hameaux/
Contact

??? Joaquim RUBIO

? joaquim.jr@free.fr

? 06 52 78 98 01