

**La 6000 D La Plagne capitale du trail du 21 au 25 juillet**

**Portrait**

Posté par : DUBOST

Publié le : 18/7/2010 18:10:00

L'entrée de la 6000D dans la vingtaine fut très remarquable l'année passée quand la naissance de l'Ultra 6000D sur 110kms fut annoncée.

La 21<sup>ème</sup> édition s'adresse à tous ! La semaine 6000D propose des parcours différents correspondants à chacun.

Les traileurs avertis apprécieront !

À

À

L'Ultra 6000D- samedi 24 juillet 2010

Cette deuxième édition avec ses 110 kms pour 6525m de D+, ravira les coureurs adeptes des ultra-trails. Des paysages étonnants, 3 cols à plus de 2000m d'altitude, traversée dans le Parc National de la Vanoise (de Champagny en Vanoise à Peisey-Vallandry) et beaucoup d'émotions pour une course où l'effort physique et le mental des participants sont impressionnants.

À

À

La Classique 6000D - samedi 24 juillet 2010

Avec ses 60km pour 3077m D+, elle continue sur sa lancée avec son nouveau tracé. La première partie reste connue à l'Ultra avec un départ au lac de la Vallée de l'Alpe (550m d'altitude en val d'Aïse). Vient ensuite, l'ascension jusqu'au sommet du glacier de Balétière, qui fait la renommée de la course, et la descente jusqu'en val d'Aïse en passant par le village de Morchaux.

À

À

Les traileurs amateurs s'essaieront à !

À

Au Trail des 2 Lacs – samedi 24 juillet 2010

Retour d'un trail à succès pour cette 4<sup>ème</sup> édition

# La 6000 D La Plagne capitale du trail du 21 au 25 juillet

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=1136>

---

Avec un départ et une arrivée à Plagne Bellecôte, ce trail de 22kms qui compte 1100 m de D+ est moins engageant que la 6000D. Il mène à Roche de Mio à 2700m d'altitude en passant par les lacs des Blanchets et du Carroley. Le Trail des 2 lacs fait partie du 6D Challenge. Plus d'infos : [lien vers communiqué 6D challenge](#).

À

À

Au 6D Trek - du 21 au 23 juillet 2010

À

À

À

En autosuffisance pendant 3 jours et 2 nuits en bivouac, les équipes de 4 personnes (3 coureurs et 1 logistique) devront parcourir les 110kms.

À

À

À

L'organisation d'un trail ne s'improvise pas, surtout sur le plan de la sécurité. La 6000D jouit d'une expérience de plus de 20 ans en la matière et fait figure de très bon élève avec notamment une armada de médecins et secouristes, 400 bénévoles, un hélicoptère SAF gage de rapidité d'intervention sur les potentiels accidents et un suivi des coureurs en temps réel grâce à une puce incorporée dans le dossard.

À

La montagne reste un milieu qui peut se révéler dangereux à plusieurs égards : évolution rapide des conditions météorologiques, terrain difficile et quelquefois hostile avec notamment la fameuse montée du glacier de Bellecôte à plus de 3000 mètres d'altitude pour les traileurs de la 6000D.

Une excellente connaissance du terrain est indispensable et l'équipe organisatrice ne laisse aucun détail au hasard dans le dispositif sécuritaire.

À

## SUIVI DES COUREURS

- Suivi en temps réel des coureurs sur la course grâce aux puces incorporées dans les dossards (chrono et géolocalisation) avec la société Matsport.

Ce sont au total 15 points de contrôle géolocalisés (8 avec, en complément, 2 points de contrôle simples pour l'Ultra 6000D et 7 pour la 6000D).

À

Ce service sera disponible sur <http://www.matsport.fr> / LIVE / Course de Masse pour la 6000D, l'Ultra 6000D et le Trail des 2 Lacs.

À

Le PC Course assure la liaison radio ou téléphonique avec les différents postes de secours.

À

## PROMPT SECOURS

25 postes de secours implantés en divers points sur le parcours (14 pour l'Ultra 6000D et 11 pour la 6000D)

À

Ressource humaines: environ 70 personnes dédiées au secours (plus de 600 heures de présence) parmi lesquelles :

6 médecins dont un affecté à la régulation des secours / hélicoptère

20 pompiers avec 5 véhicules 4X4 sur 7 postes de contrôle

32 secouristes de la Croix Rouge avec 12 véhicules sur 10 postes de contrôle

8 secouristes du Centre français de Secourisme à l'arrivée

3 pisteurs secouristes avec 2 véhicules sur le glacier de Bellecôte (habilitation à intervenir sur les zones enneigées)

À

Ressource en transports :

# La 6000 D La Plagne capitale du trail du 21 au 25 juillet

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=1136>

1 hÃ©licoptÃ©re SAF du lever du jour au coucher du soleil, basÃ© Ã Roche de Mio (2800m), position stratÃ©gique pour toute intervention.

6 motos suiveuses pour fermer la course

4 voitures 4X4

3 mini-bus devraient Ãªtre Ã disposition pour les rapatriements

## CONFORT DES COUREURS / RAVITAILLEMENT

Une dizaine de podologues et une vingtaine de kinÃ©sithÃ©rapeutes seront rÃ©partis sur 4 postes sur le parcours de l'Ultra 6000D.

5 lieux avec des lits de repos seront Ã©galement sur le parcours.

Les coureurs de la 6000D bÃ©nÃ©ficieront de ces services Ã l'arrivÃ©e Ã Aime.

Pour reprendre des forces, les traileurs trouveront au total 9 points de ravitaillement (5 pour l'U6D et 4 pour la 6000D) et 3 points d'eau sur la 6000D.

## BALISAGE / SIGNALÉTIQUE

Signaleurs aux grandes intersections + balisage homogÃ©ne tout le long du parcours

Banderoles rÃ©tro-rÃ©flÃ©chissantes pour le parcours de l'Ultra 6000D qui se dÃ©roule en partie en nocturne

## REGLEMENT

MatÃ©riel obligatoire requis pour l'Ultra 6000D : Ã©couteuse d'eau minimum 1 litre, une lampe en bon Ã©tat de marche avec piles de rechange, couverture de survie en Ã©couteuse, sifflet, bande Ã©lastique adhÃ©sive permettant de faire un bandage), rÃ©serve alimentaire, veste impermÃ©able permettant de supporter le mauvais temps en montagne, pantalon ou collant de course, couvre-chef, poche plastique pour les Ã©couteuses.

Le comitÃ© d'organisation et le chef du poste de contrÃ´le se rÃ©serve le droit de vÃ©rifier le sac des concurrents Ã tout moment de la course et Ã l'arrivÃ©e.

Les amoureux de la marche en montagne pourront dÃ©couvrir et apprÃ©cier, Ã un rythme moins soutenu, les sentiers qui traversent l'ensemble des villages de la Plagne (Plagne-Montalbert, Champagny en Vanoise, Montchavin-Les Coches et les villages d'altitude), parcourant les 10 000 hectares de forÃ¢ts, prairies, vallons, le Parc National de la Vanoise et le village de Peisey Nancroix.

La 6D Kids Garmin Ã dimanche 25 juillet 2010

VÃ©tus de leurs costumes de Chasseurs de TrÃ©sors, les enfants ÃgÃ©s de 8 Ã 14 ans, devront, grÃ¢ce aux GPS GARMIN, dÃ©couvrir les vestiges et le fameux TrÃ©sor en plein cÅur de la ville d'Aime.

La 6D Rando des vignes Ã dimanche 25 juillet 2010

Au dÃ©part de Aime, tous les inscrits, petits et grands, pourront prendre la route du versant du Soleil et partir Ã la dÃ©couverte de ses villages et de ses vignes sur 12 kms.

Infos essentielles de ce rendez-vous exceptionnel

- Animations, village expo, dÃ©part et arrivÃ©e des 2 trails Ã Aime en valÃ©e.

- 6D TrailÃ© : DÃ©part Ã 0h du matin Ã Aime le mercredi 21 juillet 2010. Retour Ã 18h Ã Aime le vendredi 23 juillet.

- Ultra 6000DÃ© : DÃ©part Ã 0h du matin le samedi 24 juillet 2010. Temps maximalÃ© : 25h.

- 6000DÃ© : DÃ©part Ã 0h du matin le samedi 24 juillet 2010. Temps maximalÃ© : 11h.

- Trail des 2 LucÃ©s : DÃ©part 0900 de Plagne BellecÃ©ve. Temps maximalÃ© : 5h.

- 6D Kids Garmin et de la 6D Rando des vignesÃ© : DÃ©part le dimanche 25 juillet Ã Aime.

- Retour des pros de toutes les courses le dimanche 25 juillet

Ã