

# WRCA.

GUIDE  
COUREUR

2024



## **INTRODUCTION**

**Vous êtes inscrits sur la nouvelle épreuve du Trail Des Jambes**

**Allaire ! Merci à vous ! Le WRCA est une épreuve unique en son genre.**

**D'une distance de 65km au total et plus de 1000m de dénivelé, vous serez confrontés à la manière du championnat du monde de rallye, à plusieurs spéciales chronométrées avec autant de liaisons non chronométrées entre chaque spéciale que vous parcourrez à votre allure .**

**Attention à bien gérer vos temps de liaison, car des barrières horaires seront situés aux environs du 28ème et 48ème kilomètre.**

**Cette épreuve sera disputée en semi-autonomie, sans ravitaillement (hors ravito arrivée bien sûr!). Vous aurez la possibilité de déposer des sacs ravitos personnels aux 28ème et 48ème kilomètre, pour vous permettre de faire le plein. Des points d'eau seront à votre disposition sur le parcours aux départs/arrivées des spéciales.**

**Nous vous avons concocté des spéciales aux formats les plus différents, que ce soit par la longueur, la technicité ou le dénivelé.**

**Chaque spéciale est une course dans la course.**

**Un classement est attribué à chaque spéciale et vous rapportera des points !**

**Au final, une course où il faudra bien gérer vos efforts . Vous pourrez consulter en temps réel vos classements à l'issue des spéciales, afin d'opter pour les meilleures stratégies.**

**Serrez bien vos lacets, et rendez-vous au premier virage !!!!!**

## REGLEMENT

**\*Age limite :** A la date du trail, il faudra avoir 20 ans révolus pour pouvoir participer.

**\*Matériel obligatoire :**

**-Téléphone portable chargé avec les numéros suivants enregistrés**

**0652326975**

**0614028807**

**-Lampe frontale**

**-Réserve d'eau**

**-Ravitaillement solide suffisant**

**-Il est conseillé d'avoir une montre capable de lire un GPX.**

**\*Barrières horaires :**

**Elles sont fixées à 11h59 au 1<sup>er</sup> dépose sac (environ 28<sup>e</sup> kilomètre) , à 14h44 au 2<sup>eme</sup> dépose sac (environ 48<sup>e</sup> kilomètre) , et à 17h17 à l'arrivée.**

**Si vous dépassez ces barrières, nous vous demanderons de rendre votre puce. Un membre de l'organisation se chargera de vous raccompagner sur site.**

**\*Sécurité parcours :**

**Comme dans toutes les autres courses du TJA, les concurrents ne sont pas prioritaires et sont tenus au strict respect du code de la route.**

**Traversée de routes :**

**Dans les parties de spéciales , des signaleurs seront là pour assurer votre sécurité mais vous demanderont de vous arrêter si la situation l'exige.**

**Dans les étapes de liaisons, il n'y aura pas de signaleurs pour les traversées de route. Nous vous demandons une extrême vigilance.**

**Les temps des liaisons ont été faits de telle sorte que vous pouvez aisément rejoindre la spéciale suivante sans prendre de risque.**

### **\*Assistance :**

**Cette course est en semi-autonomie. Il n'y aura pas de ravitaillement solide prévu par l'orga, hors ravitaillement d'arrivée. A chaque départ/arrivée de spéciale, des signaleurs pourront vous recharger en eau.**

**Il sera interdit aux concurrents de recevoir de l'assistance extérieure sous peine de disqualification.**

**Chaque concurrent aura possibilité de déposer des effets personnels aux déposes sacs, aux environs du 28. kilomètre et du 48. kilomètre pour faire le plein en ravitaillement solide notamment.**

**Les sacs seront récupérés par l'orga avant le départ sur le site de Coueslé pour être acheminés aux déposes sacs.**

### **\*Balisage parcours**

**Le parcours est entièrement fléché et balisé avec de la rubalise réutilisable et des flèches avec du réfléchissant au bout. (cf photos)**

**Cependant, la trace GPX du parcours sera transmise aux concurrents du WRCA, quelques jours avant la course au cas où il y aurait un souci avec le balisage.**



## **\*Classement / Chronométrage:**

**Le WRCA fait environ 65km. Tout le parcours doit être effectué sous peine de disqualification. Il est composé de 9 spéciales chronométrées et de 8 liaisons non chronométrées. Chaque spéciale chronométrée donne lieu à un classement .**

**Le vainqueur de la spéciale emporte 1 point, le second 2 points, le troisième 3 points,etc....**

**Le vainqueur est celui qui a le moins de points à l'issue du WRCA , s'il a fini la course, d'une part et dans les temps impartis d'autre part.**

**Les spéciales sont toutes de distances et de dénivelés différents mais chaque spéciale donne la même rétribution de points.**

**Chaque départ/arrivée de spéciale est matérialisé par une oriflamme du TJA. Les classements se font à partir des détections de puces sur les tapis. Pensez à prendre un peu de distance avant le tapis si vous souhaitez temporiser avant de lancer votre chronométrage de spéciale.**



**Le classement sera consultable en live sur  
le site de chronowest via un QR code, ou un lien internet.**



### Spéciale 3

Pl.	Dos	Nom	Sx	Temps	Ecart	Moy	Points
1.	1451	[REDACTED] thieu	Homme	0:16:46		18,97	1
2.	1420	[REDACTED] ylvain	Homme	0:16:52	+0:06	18,85	2
3.	1309	[REDACTED] Nicolas	Homme	0:17:31	+0:45	18,15	3
4.	1292	[REDACTED] Herman	Homme	0:17:59	+1:13	17,68	4
5.	1332	[REDACTED] anon	Femme	0:18:18	+1:32	17,38	5
6.	1424	[REDACTED] Erwann	Homme	0:18:26	+1:40	17,25	6
7.	1423	[REDACTED] nès	Femme	0:18:27	+1:41	17,24	7
8.	1297	[REDACTED] Léandre	Homme	0:18:29	+1:43	17,20	8
9.	1459	[REDACTED] Gillian	Homme	0:18:29	+1:43	17,20	9
10.	1408	[REDACTED] N Clement	Homme	0:18:54	+2:08	16,83	10

### Classement général après Spéciale 3

Pl.	Dos	Nom	Sx	Spéciale 1	Spéciale 2	Spéciale 3	Total
1.	1451	[REDACTED] thieu	Homme	2	3	1	6
2.	1420	[REDACTED] ylvain	Homme	5	1	2	8
3.	1309	[REDACTED] Nicolas	Homme	1	7	3	11
4.	1292	[REDACTED] Herman	Homme	6	2	4	12
5.	1332	[REDACTED] anon	Femme	3	5	5	13
6.	1424	[REDACTED] Erwann	Homme	4	4	6	14
7.	1423	[REDACTED] nès	Femme	7	6	7	21

## SPECIALE 1

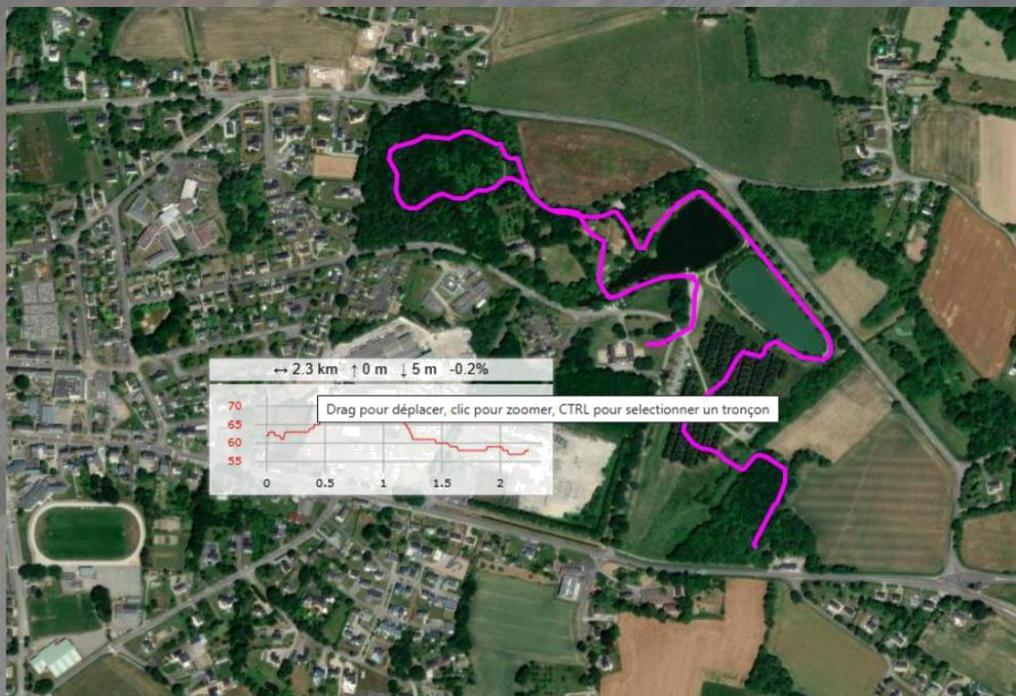
### LE PROLOGUE

Distance : 2.3km

D+ 5m

#### Descriptif :

Il s'agit de la spéciale la plus facile, mais est-ce la plus simple ? Une étape ultra roulante, la seule qui sera faite en peloton. A vous d'aller chercher les premiers points en allongeant la foulée, mais attention à ne pas y laisser quelques plumes.....



## LIAISON 1

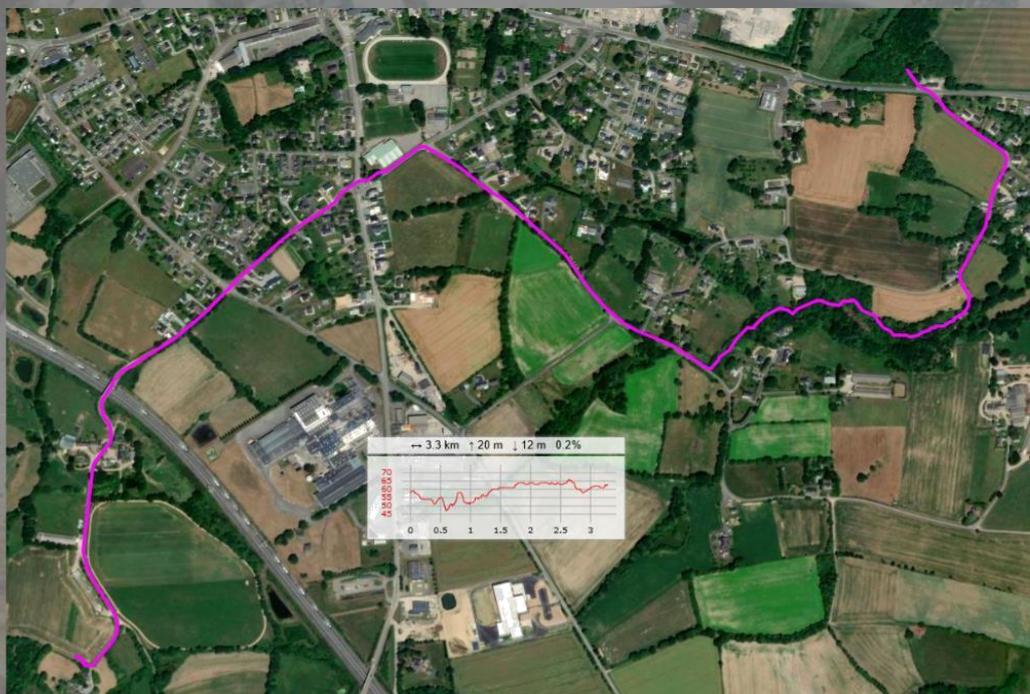
Distance : 3.3km

D+ 20m

#### Descriptif :

Une liaison pour sortir de Coueslé et terminer votre échauffement.

Attention aux traversées de route.



## **SPECIALE 2**

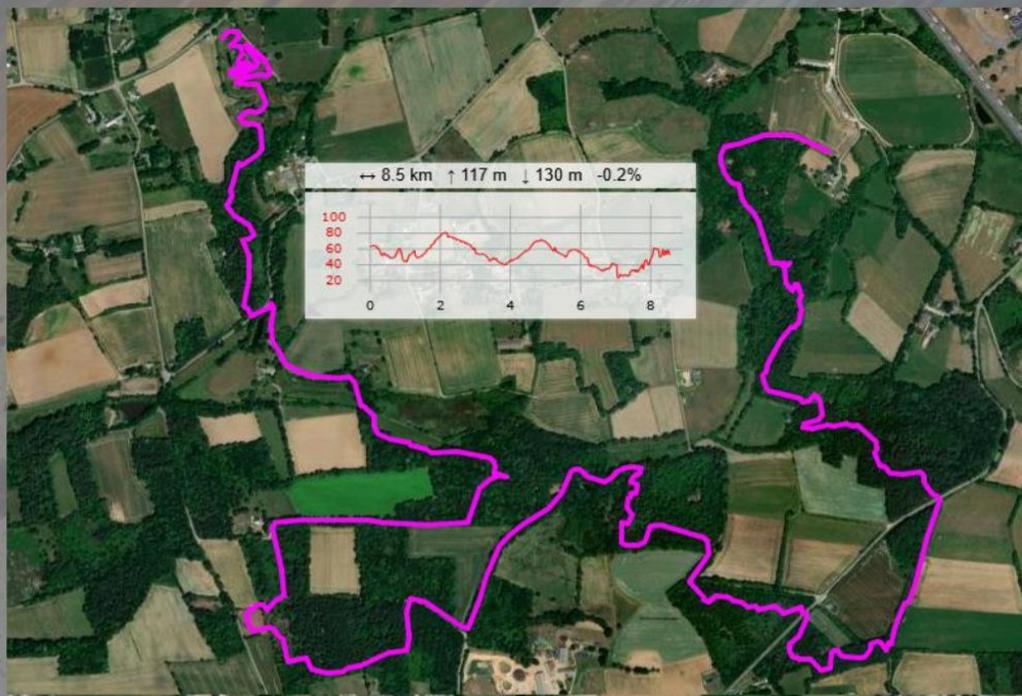
### **LE MOTO CROSS**

**Distance : 8.6km**

**D+ 120m**

#### **Descriptif :**

**C'est parti pour la balade dans les bois ! La spéciale la plus longue du WRCA, roulante mais qui se termine sur un endroit bien connu des Allairiens, le terrain de moto cross, un terrain de jeu parfait pour vos cuissots...**



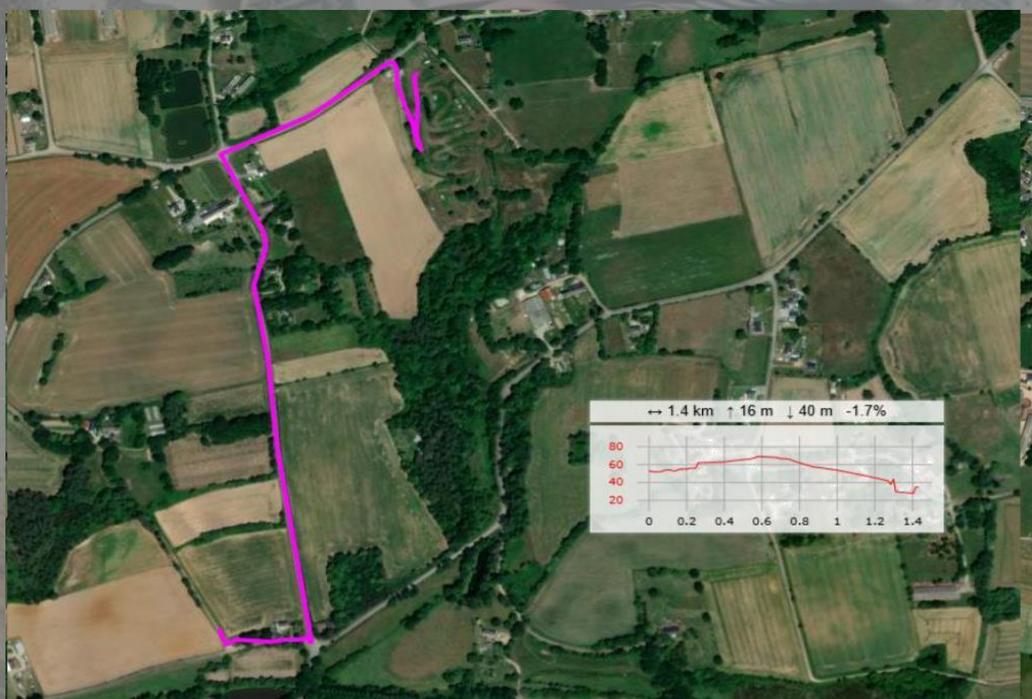
## **LIAISON 2**

**Distance : 1.4km**

**D+ 16m**

#### **Descriptif :**

**Une belle descente pour éliminer les premières toxines ! Vous pouvez admirer sur le parcours les plantations du houblon utilisé pour la bière que vous dégusterez à l'arrivée ! Mais il reste quelques kilomètres avant.....**

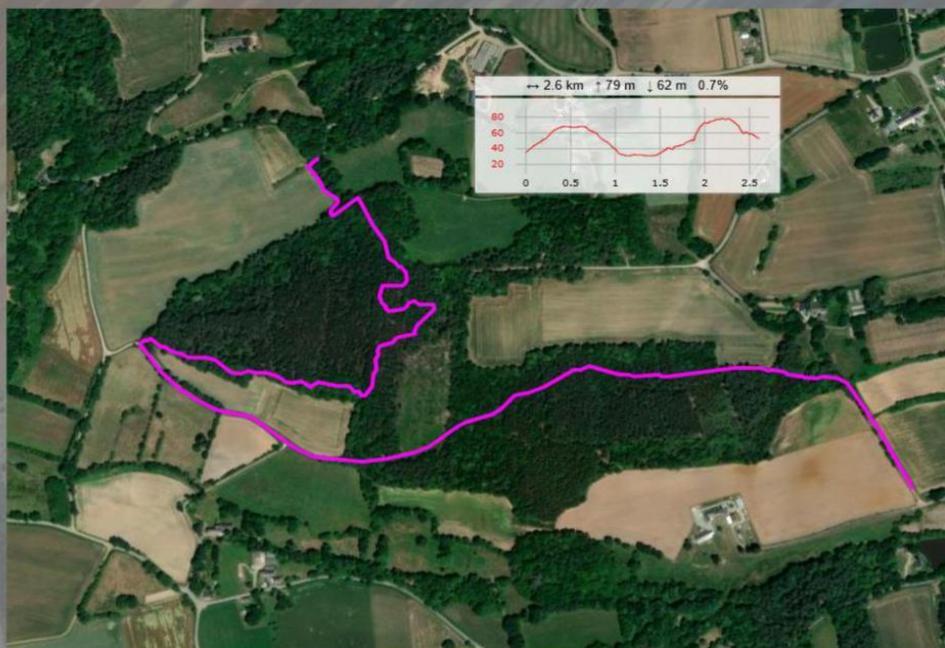


### **SPECIALE 3**

#### **LE GRAND BUISSON**

**Distance : 2.6km**

**D+ 80m**



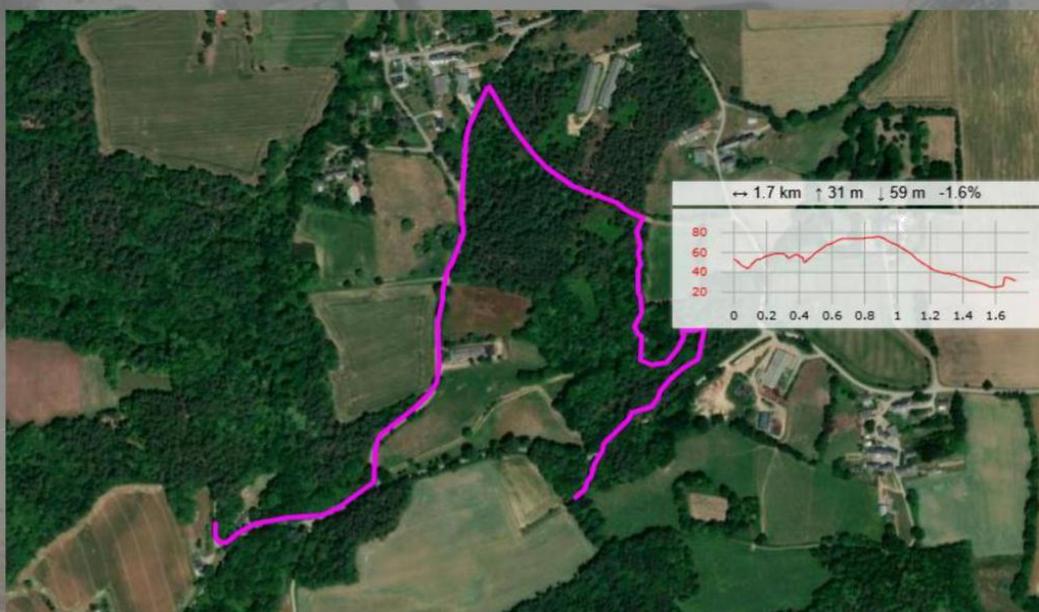
#### **Descriptif :**

**Une spéciale assez courte mais avec 2 bons raidars. Une spéciale pour les punchers capable de faire monter le cardio pour passer les bosses en force. Il y a des points à aller chercher , vamos !**

### **LIAISON 3**

**Distance : 1.7km**

**D+ 37m**



#### **Descriptif :**

**Une liaison dans la vallée de Peudu. Qui dit vallée dit dénivelé... Vous allez chercher une bosse, et vous redescendez.**

**A vous de gérer pour garder ou pas le rythme de la spéciale précédente, mais attention à celle qui arrive...**

## SPECIALE 4

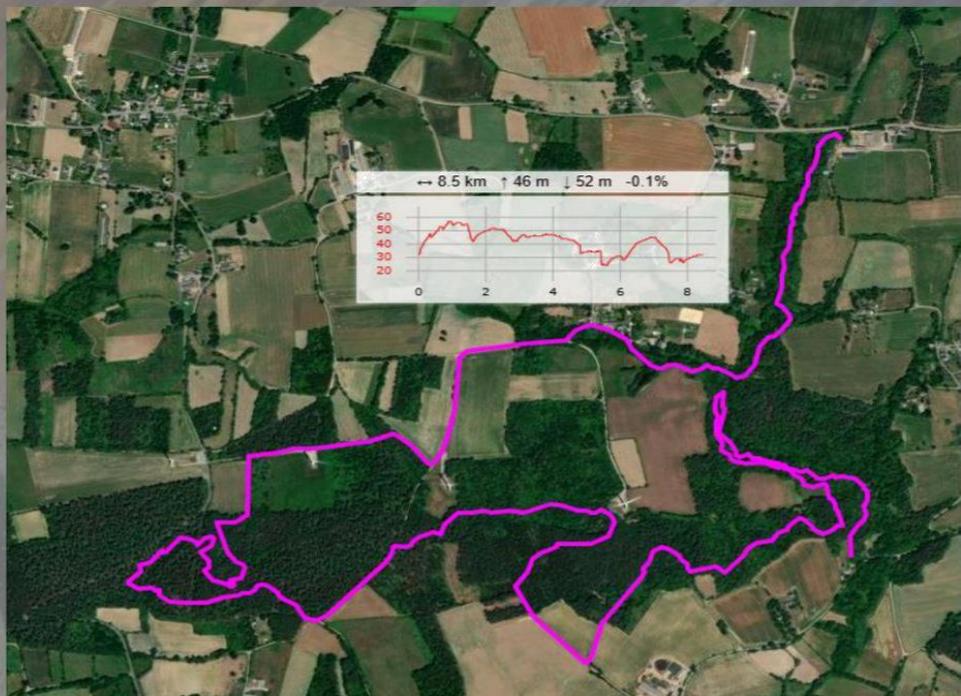
### LES EOLIENNES

Distance : 8.5km

D+ 50m

#### Descriptif :

**Peut être la spéciale la plus technique et la plus compliquée. Un vrai terrain de jeu de Trail. Profitez de la vue sur la campagne Bégannaise et tenez bon, le premier dépose sac est au bout de cette spéciale !**



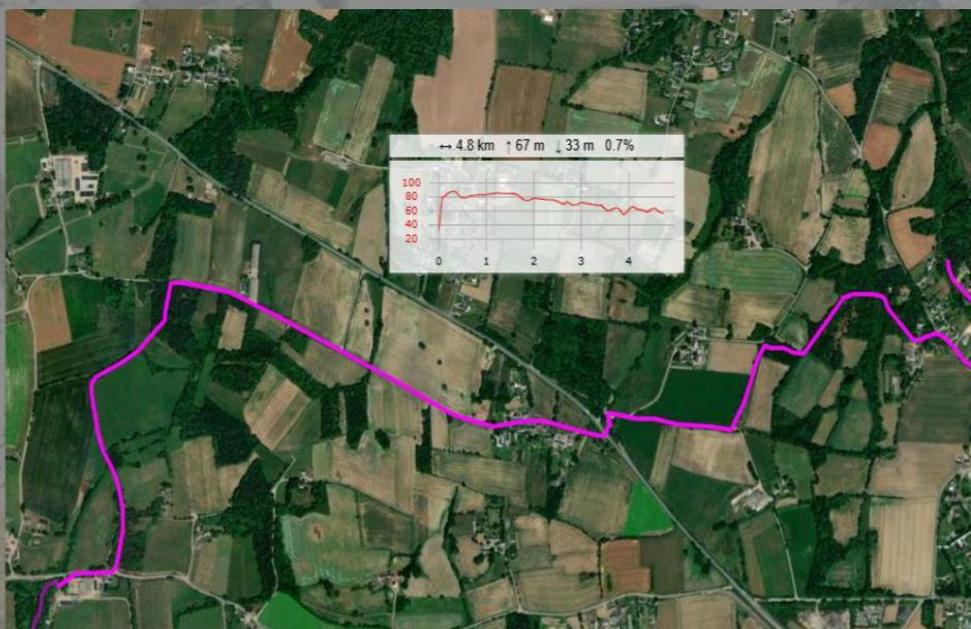
## LIAISON 4

Distance : 4.8km

D+ 70m

#### Descriptif :

**La plus longue liaison après le dépose sac. Des parties de route pour rejoindre les bois de l'autre côté de la route de Vannes. Attention à la traversée de cette route ! Et surtout, gardez des forces, car tout va devenir plus compliqué....**



## **SPECIALE 5**

### **QUIP**

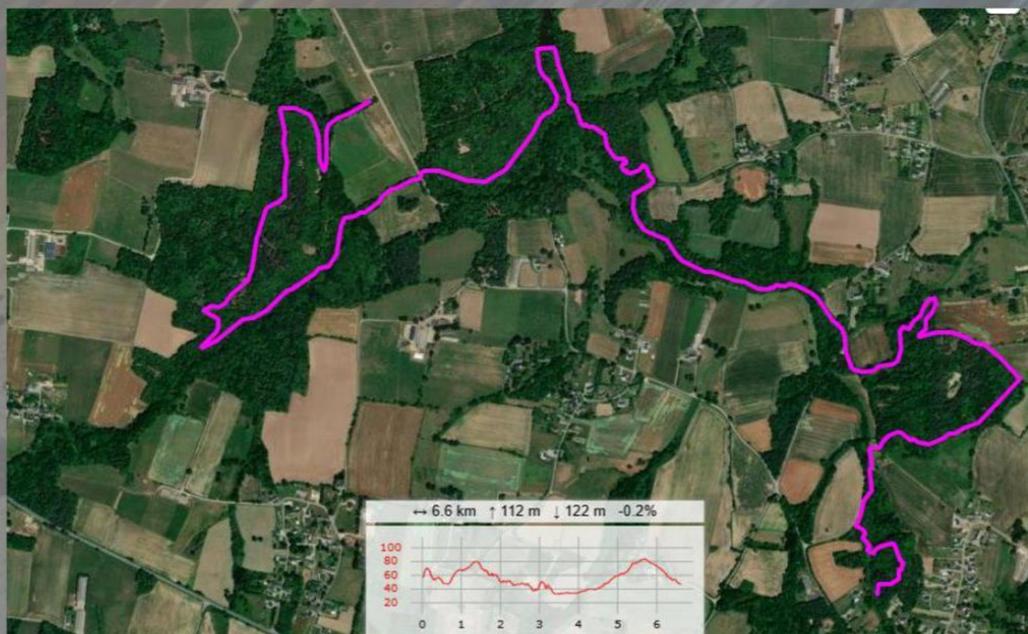
**Distance : 6.6km**

**D+ 117m**

#### **Descriptif :**

**Le plaisir des singles sur le chemin de Quip. Profitez des parties roulantes et accrochez vous sur les quelques bosses du chemin.**

**Il faut appuyer sur le champignon, pas les chercher !**



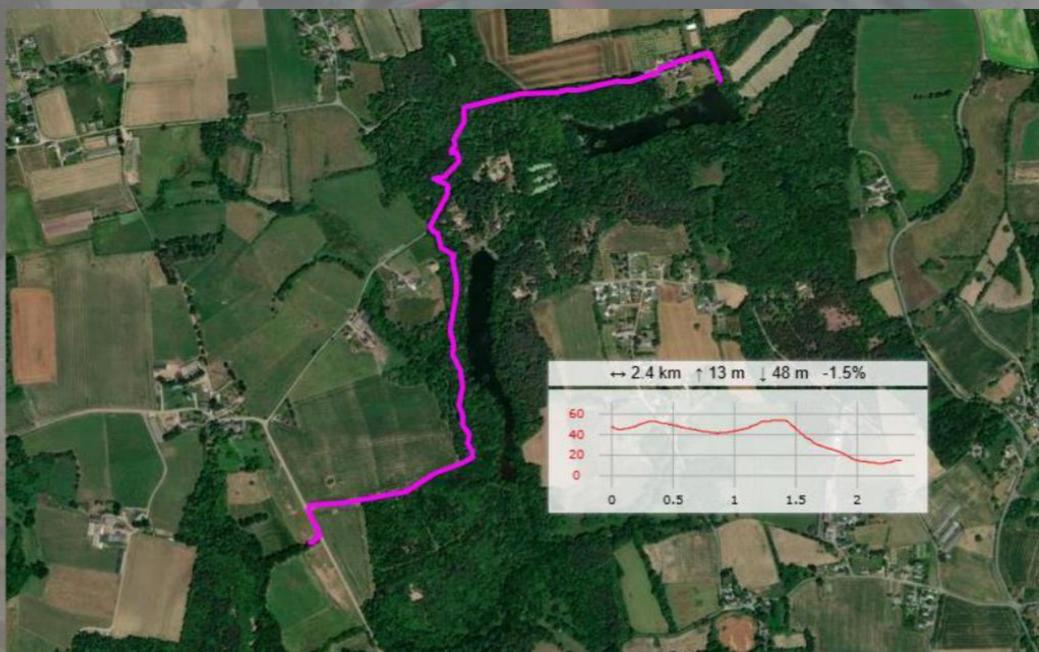
## **LIAISON 5**

**Distance : 2.4km**

**D+ 15m**

#### **Descriptif :**

**Une liaison aux jolies couleurs de l'automne, plutôt descendante qui vous mène jusqu'au château du Vau de Quip. Photo obligatoire !**



## **SPECIALE 6**

### **LE VAU DE QUIP**

**Distance : 1.3km**

**D+ 60m**

#### **Descriptif :**

**Course de côte ! Un véritable sprint, FC max, lactique max. Celle là, il faut la cocher et défier les copines et les copains !**



## **LIAISON 6**

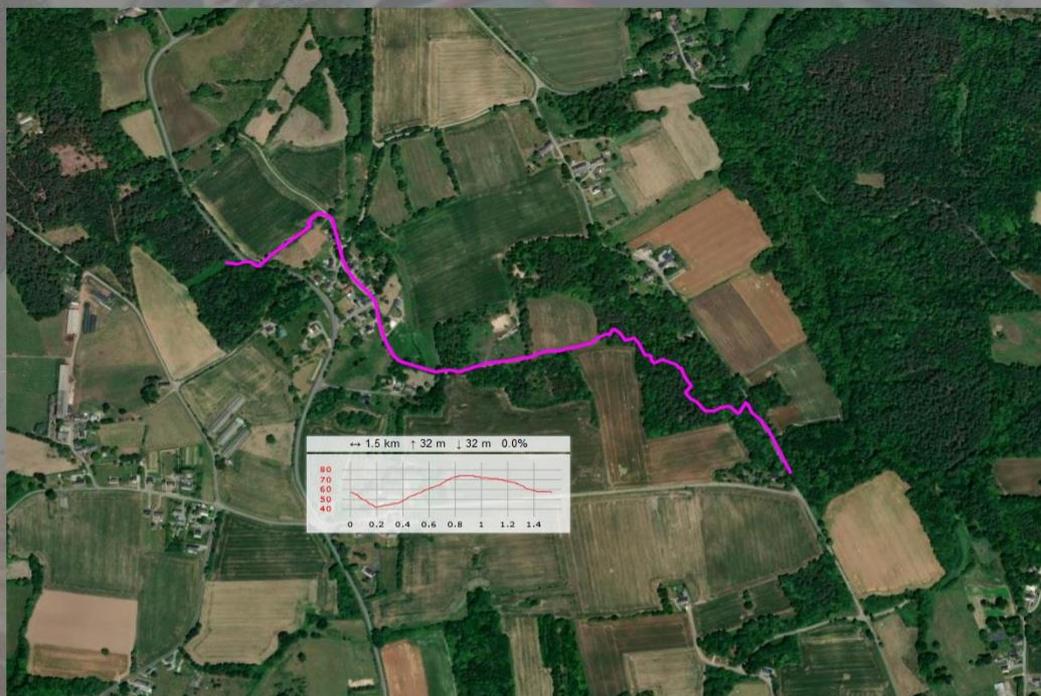
**Distance : 1.5km**

**D+ 32m**

#### **Descriptif :**

**Une liaison pour arriver au bois de Brancheleux, une spéciale et c'est le dépose sac.**

**Attention à la traversée de la route de St Jacut.**



## **SPECIALE 7**

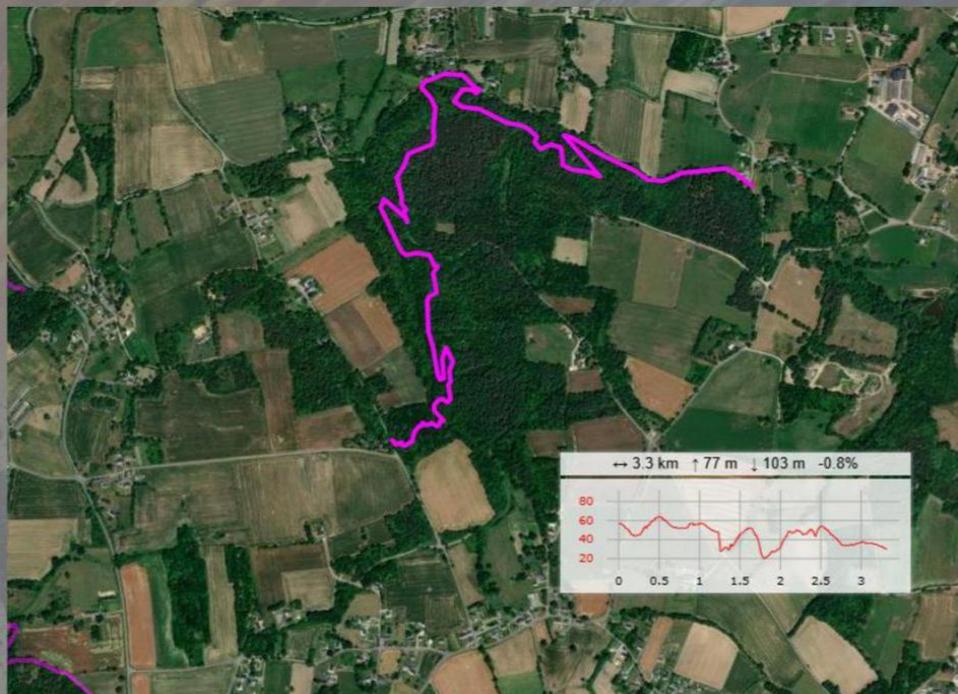
### **BRANCHELEUX**

**Distance : 3.3km**

**D+ 80m**

#### **Descriptif :**

**Du single en veux tu en voilà, ça monte, ça descend, vous trouverez peut être de drôles de supporters à Pontezouille ! Le 2ème dépôt est au bout de la spéciale. Il faut recharger les accus, il y a du lourd derrière...**



## **LIAISON 7**

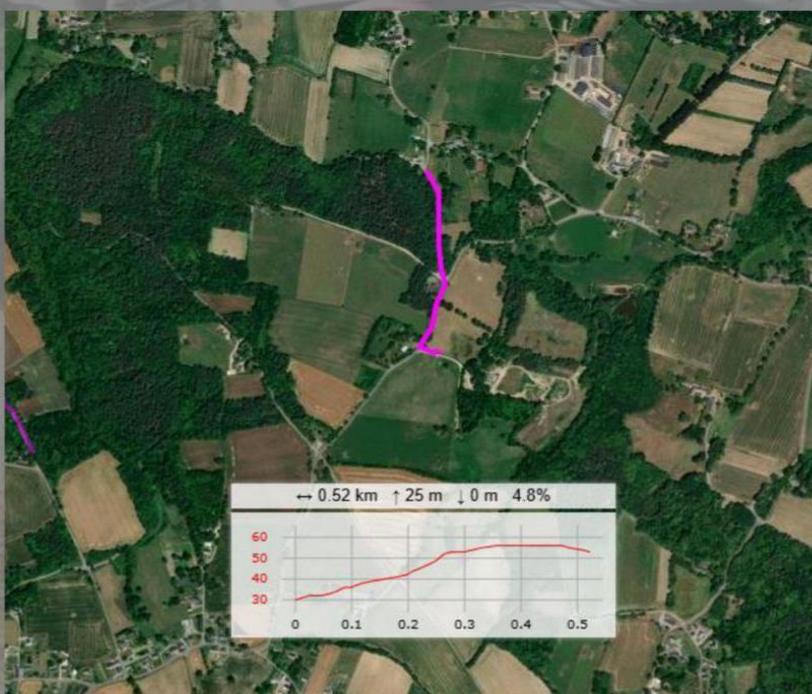
**Distance : 0.5km**

**D+ 25m**

#### **Descriptif :**

**La liaison la plus courte et la plus dure avec une sacrée bosse ! On espère que vous aurez digéré votre compote....**

**Attention à la traversée de route de Brancheleux.**



## **SPECIALE 8**

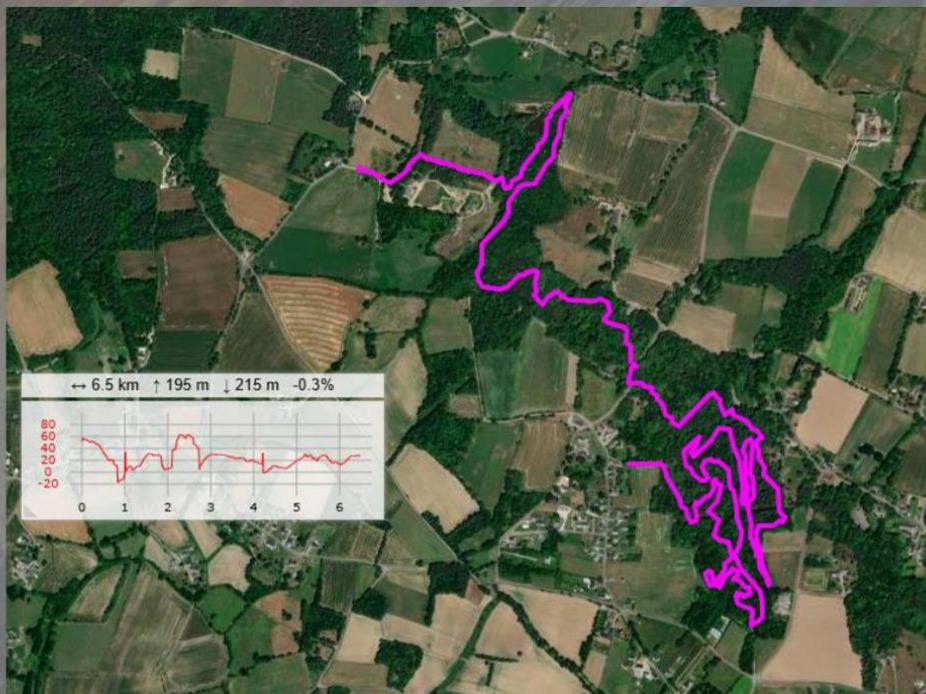
**ST JEAN**

**Distance : 6.5km**

**D+ 200m**

**Descriptif :**

**C'est reparti pour du Trail comme on aime avec du devers, des bosses, du single, des cailloux et des racines ! Les organismes sont mis à rude épreuve, si vous avez encore des cannes, il y a moyen de gagner des places.**

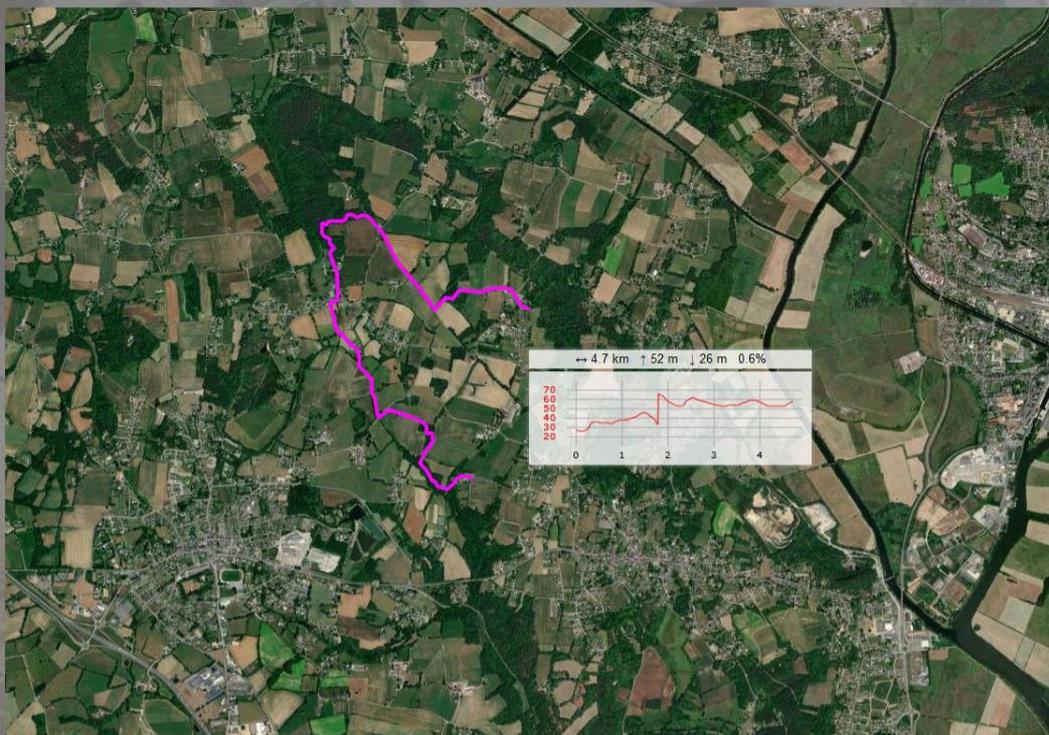


## **LIAISON 8**

**Distance 4.7km**

**D+ 52m**

**Descriptif :**



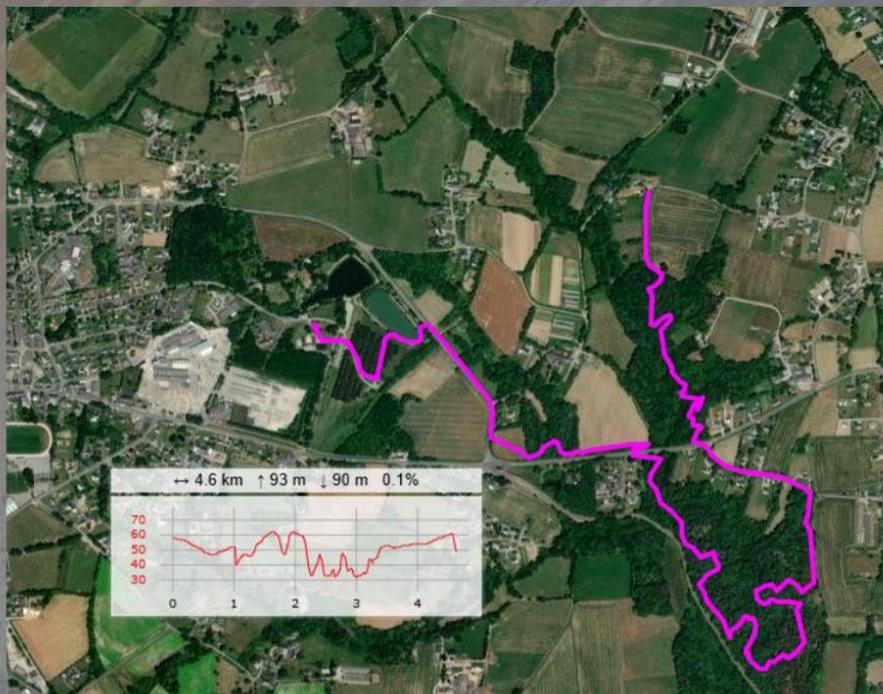
**La dernière liaison du WRCA, profitez de la route de Brancheleux pour dégourdir les jambes. Pas besoin de bruler un cierge au moulin, vous tenez le bon bout ! Direction la dernière spéciale !**

## **SPECIALE 9**

### **ARRIVEE**

**Distance : 4.6km**

**D+ 93m**



### **Descriptif :**

**La dernière, on donne tout sur cette dernière spéciale, tout peut encore arriver. Rien ne sera facile jusqu'au bout, mais vous aurez bien mérité de sonner la cloche, vous devenez les premiers finishers du WRCA !**

**Sonnez la cloche et profitez,  
vous êtes finishers du WRCA**



# Sans eux on n'est rien !

**TBI** Bureautique  
Informatique

*Les experts informatiques proches de vous !*

contact@tbi.bzh - www.tbi.bzh

**SAS VEZIN**  
PLATRERIE - CARRELAGE

Tous travaux de plâtrerie - Carrelage - Isolation

La Hilliaie - ALLAIRE - 06 76 77 70 81

Free Go Ouest



Gilles Ernout 06.17.34.96.55 / Patrice LeDigabel 06.17.34.69.52  
<http://www.freegoouest.fr>

**REDON**  
Agglomération  
Bretagne Sud

**ALLARD**  
Jardin

Abris de Jardin - Garages - Portails - Clôtures - Murets

**AUTO  
PRIMO**  
ALLAIRE AUTO

**Le THIEC**  
couverture

NEUF & RÉNOVATION

Couverture ■ Zinguerie ■ Bardage  
Fenêtre de toit ■ Toit terrasse  
Isolation extérieure

Allaire du Bois

Frédéric ALLARD  
MENUISIER

Aménagement intérieur  
Menuiserie extérieure

56350 ALLAIRE

Tél. 06 81 85 86 86

**LUCAS 56**  
MOTOCULTURE  
Vente & Réparation  
Motoculture de Plaisance

HORAIRES  
D'OUVERTURE  
Du lundi au vendredi  
8h-12h & 14h-19h  
Samedi  
8h-12h

Parc d'activité de la chaussée  
56220 MALANSAC

02 97 66 20 49

GRUPE  
**Duclos**

1918

# Sans eux on n'est rien !



**CÉDRIC  
LE CADRE**

30, Les Grêles  
56350 **ALLAIRE**

06 65 03 99 02  
cedriclecadremaconnerie@gmail.com

**Point  
Vert** 

POINT VERT ALLAIRE  
ZA SAINTE ANNE  
56350 ALLAIRE

**olisma :**



**MS**  
PEINTURE  
DÉCORATION

MARSAC SAMUEL

- PEINTURE
- ENDUITS DÉCORATIFS
- REVÊTEMENTS MURS ET SOLS
- POSE DE STAFF
- NETTOYAGE ET RAVALEMENT DE FAÇADES

56350 **ALLAIRE**  
02 99 72 80 45 - 06 67 53 36 29  
eurlmarsac.s@gmail.com



**Chic  
JARDIN**  
Reflets NATURE

PAYSAGISTE  
CRÉATION  
ENTRETIEN

BOMPOIL William  
Tél. 02 99 90 33 61  
chic.jardin@orange.fr  
www.chicjardin.com

DUPAS Thomas  
Tél. 02 99 90 40 74  
contact@refletsnature.com

**REDON**

Agglomération  
Bretagne Sud



**INTERSPORT**<sup>®</sup>  
REDON



**ALLAIRE**

**Intermarché**  
ALLAIRE SUPER