

ROADBOOK 2025

Départ le 23 Octobre à 21h

Grand Raid des Cathares

Cité médiévale Place Prado

Rapatriements : Ce service est réservé aux personnes non rapatriées par les services de secours (ambulance, pompier , hélicoptères) en fonction des contraintes de l'organisation des délais d'attente de 2 à +ieurs heures est possible pour le retour à la salle du dôme (arrivée). Pour les personnes, qui ont des contraintes, nous vous suggérons de privilégier votre retour avec un tiers (ami-famille etc..) et penser à prendre vos sacs de délestage à Arques.



Pic de Bugarach : Alt 1152 m

Le passage au Pic se fait par le passage dit " la fenêtre ". l'accès à ce passage est technique - suivez scrupuleusement le balisage

Code	Lieux de passage	Km	Kilométrage	Dénivelé +	Dénivelé -	CUT OFF TIME BH 42H	Barrières Horaires	Alimentation						Points de Contrôle	Médical					Confort						
								Boissons Froides	Solides Froids	Nutritions Sportives	Boissons Chaudes	Solides Chauds	CP		Infirmières	Médecins	Services de Secours	Podologues	Chiropracteurs	Kinésithérapeutes Ostéopathes	Repos	T	Sacs de délestage	Rapatriements Navettes	Assistances Autorisée 1 personne	Visiteurs autorisés
1P	Départ Cite de Carcassonne Place Prado - Porte de narbonne à 1.2 km de la salle du Dôme Carcassonne	0	0	0																						
2	Lac de Cavayère	6	137	127																						
3	Molières sur l'Alberte (Alt. 318 m) Ladern sur Lauquet	20	772	590	Vendredi 24 00h15																					
4	Caunette sur Lauquet Mairie (Alt. 415m)	33	1511	1210	Vendredi 24 03h00																					
5A	Château d'Arques (Alt. 356m)	49	2193	1985	Vend 24 5h40 Sortie - exit Vend 24 6h00																					
6	Fourtou (Mairie) (Alt. 671 m)	58	2724	2200	Vend 24 9h00																					
8	Cubières sur Cinoble (Village) Mairie - (Alt. 452 m)	73	3062	2754	Vend 24 13h00 Sortie - exit Vend 24 13h30																					
8B	Bugarach (Village) (Alt. 468m)	87	3936	3609	Vend 24 17h30																					
9	Sougraigne (Village) Alt. 406m	91	4191	3931	Vend 24 19h00																					
5R	Château d'Arques (Alt. 356m)	105	4773	4568	Vend 24 22h00 Sortie - exit Vend 24 22h30																					
10	Villardebelle (Village) Alt. 555m	119	5386	4998	Sam 25 2h30																					
11	Greffeil (Village) (Alt. 276 m)	128	5653	5557	Sam 25 5h00																					
12	Ladern sur Lauquet (Village) (Alt. 187m)	135	5961	5944	Sam 25 7h00																					
13	Palaja Montjause (Alt. 256m) Camp Militaire de Villemaury	146	6405	6314	Sam 25 12h00																					
1D	Carcassonne (Alt. 109m) Ville Basse - Salle du Dôme	157	6534	6603	Sam 25 15h00																					

Pour les Barrières horaires : Quand il n'est rien notifié cela indique une barrière uniquement à l'entrée sinon c'est notifié Sortie
For Cut-off: When nothing is notified this indicates a time only at the entrance otherwise it is notified Exit

Il est interdit de stationner sur les ravitaillements indiqués pour une question de sécurité. Veuillez garer votre véhicule au moins à 300 m en amont
It is forbidden to park on the aid stations indicated for your safety. Please park your vehicle at least 300 m upstream

Un Contrôle du matériel obligatoire pourra être effectué à plusieurs endroits du parcours
Compulsory equipment inspection may be carried out at several points along the route



En dehors de la course, la traversée du camp de tir militaire de Villemaury est interdit (danger de mort)
Outside the race, crossing the Villemaury military shooting camp is prohibited (danger of death)