

Programme défi Sapaudia Franche-Comté 26-29 Juin 2024

Arrivée de tous les Participants au Sommet : 27 route de la poste 25370 Les Hôpitaux Neufs Hébergement prévu pour: -Les Pyrénées au Camping "le Miroir" -Les Savoyards, les Franc-Comtois Bénévoles au "Sommet" -Les Auvergnats à Saint Antoine - Les Motards Chez Liadet à Mouthe -Les Franc-Comtois aux Sapins de l'Amitié à Métabief			
			Un accompagnement sera organisé depuis le restaurant "le sommet" Les draps sont compris Prévoir linges de toilettes (sauf pour les motards)
	A partir de 10h00	TENUES Distribution des tenues au Sommet	Vérification des vélos. Attention, tous les vélos électriques doivent être signalés à la logistique! (recharge de batterie à organiser)
Mercredi 26	19h00	Repas pour tous les arrivants au lieu dit Sommet sous le châpiteau. Merci d'être à l'heure!	
	6h30 7h30	Distribution reliquat des tenues au Sommet	Attention, 7h30 dernier délai impératif
	Le sommet 6h30 7h30	Chargement des sacs coureurs dans les camions pour les 2 jours du défi : -1 camion femmes -1 camion hommes de 1à50 -1 camion hommes de 51à100 -1 camion hommes de 101 à142 + les motards	Pensez bien à prendre tout le nécessaire pour ces 2 jours: du change, des habits pour le froid, pour la pluie (ou chaud.). Plaque de cadre (donné par la Sapaudia) obligatoire sur les vélos.
Jeudi matin 27	6h15	Petit-déjeuner: -Pyrénéens et Savoyards et bénévoles FC au Sommet -Les Auvergnats à Saint-Antoine -Les Motards Chez Liadet	Attention, aucun déjeuner ne sera servi après 7h15. Il est impératif d'être à la Halle à 8h00
Jeudi 27 Départ La halle les hôpitaux-Neuf	8h30 Départ	Accueil à partir de 6h30, sous la Halle des hôpitaux Neuf avec Café, boissons et gâteaux. Les sacs coureurs, bénévoles et motards seront chargés devant le sommet. Présence obligatoire de tous pour le briefing à 8h00. Départ impératif à 8h30	Pour tous ceux qui arrivent jeudi distribution des tenues jusqu'à 7h30 maximum Les voitures perso devront stationner au Sommet (ou vers la gare du Conifer) pendant la durée du défi.

Jeudi 27 Pontarlier	10h16 10h41	Petit ravito devant la mairie (25min)	Animations surprises tout le long du parcours.
Jeudi 27 La Longeville		Entrée dans la République du Saugeais	
Jeudi 27 Morteau	12h01 12h31	Petit ravito devant la mairie (30min)	
Jeudi 27 Gilley	13h44 14h59	Repas au gymnase (1h15)	Inderdiction d'entrer dans la salle avec les chaussures de vélo. Pensez à des claquettes Possibilité d'avoir accès à vos sacs.
Jeudi 27 Nods	16h09 16h19	Eau seulement si chaleur	
Jeudi 27 Ornans	17h50 18h40	Ravito sur la place d'Ornans (50min)	
Jeudi 27 Grâce Dieu	20h50 21h10	Attention: les cyclistes passent en mode nuit avec leurs équipements. Gilets fluo et lumières sur les vélos obligatoires (avant et arrière). Ravito (20min)	
Jeudi 27 Baume les Dames	21h58 Etape 5 Pause nuit	Repas Possibilité de douches à côté de la salle au camping (dès votre arrivée ou après le repas) Il y aura possibilité de massage par des étudiants en Kiné Dans une salle, il y aura des lits picots. Pensez à prendre un sac de couchage. A 23h30, il y aura extinction des lumières dans cette pièce.	Il est interdit de rentrer dans la salle avec les chaussures de vélo (claquettes) Possibilité d'avoir accès à vos sacs
Vendredi 28 Baume les Dames	3h00 Départ	A partir de 2h00, café, thé et gâteaux	Allumage des lumières à partir de 2h15. Il est impératif de repartir à 3h00
Vendredi 28 Besançon	4h41 5h11	Ravito à la Malcombe (30min)	

vendredi 28 Arc et Senans	6h57 7h57	Petit déjeuner à l'intérieur des Salines d'Arc et Senans (60min)	Les gilets fluo et les lumières peuvent être enlevés
vendredi 28 Fontenu	10h57 11h44	Ravito (45min)	Très beau point de vue sur le lac !
vendredi 28 Foncine le Haut	13h49 15h04	Repas (1h15) Hommage à Jean-Yves Bourgeois Sapaudien décédé subitement en 2023	Il est interdit de rentrer dans la salle avec les chaussures de vélo (claquettes) Possibilité d'avoir accès à vos sacs
vendredi 28 Mouthe école	15h54 16h39	Retrouvailles avec la Fondation Pluriel Vélo avec les jeunes de l'école (45min)	
vendredi 28 Le Sommet	18h00	Ravito et apéritif !!!!	Que de la bonne humeur..... Bravo et merci à tous: bénévoles, motards, cyclistes ...
vendredi 28 soir Le Sommet	21h00 Repas	Repas. Tout le monde doit être présent à 21h00	Possibilité de laisser vos vélos dans un garage fermé aux Sapins de l'Amitié. Possibilité de douche dans vos hébergements Animation musicale et festive.
Samedi 29 matin	7h15	Petit-déjeuner: -Pyrénéens et Savoyards au Sommet -Les Auvergnats à Saint-Antoine -Les Motards Chez Liadet -Les francs-Comtois aux Sapins de l'amitié	Attention, aucun petit déjeuner ne sera servi après 8h30
Samedi 29 matinée Le Con'ifer	9h15	Il est impératif d'être à 9h15, pour un départ en train! Coni'fer : l'Orée des pistes 25370 Les hôpitaux Neufs (possibilité de parking)	Temps d'échange
Samedi 29 midi Le sommet	12h30	Repas sous le châpateau avec la bonne humeur!!! Merci à tous encore....Vive la Sapaudia!	Nos partenaires seront présents!

Numéros utiles pour toutes questions:

- Hébergement, Ravitaillement, Repas** : Ingrid Bouveret 06 60 15 42 16 chez.liadet@orange.fr
- Logistique** : Albert Vienot 06 84 18 37 03 albert.vienot@orange.fr ou Louison Laurent 06 80 28 93 13
- Bénévole** : Dominique Jacquemin 06 87 75 35 10 domjacquemin3968@gmail.com
- Sécurité parcours** : Arnaud Pourcelot 06 60 71 55 09 arnaudpouch@hotmail.fr

Matériel nécessaire:		2 ou 3 cuissards courts			
sac coureur		1 cuissard long ou des jambières			
		2 ou 3 maillots manches courtes			
		1 maillot manches longues ou 1 gilet coupe-vent			
		1 maillot manches longues chaud			
		1 paire de manchettes			
		1 paire de chaussures de vélo avec cale en état			
		1 paire de couvre-chaussures			
		1 paire de gants courts et 1 paire de gants longs chauds			
		3/4 paires de chaussettes			
		1 paire de claquettes			
		1 casque à vélo			
		1 petite trousse sous la selle contenant 2 chambres à air, 2 démonte-pneus			
		éclairage complet pour le vélo (avant arrière), lampe frontale			
		1 petite serviette de toilette			
		vêtements pour le repos (training, pulls, etc.)			
		trousse de toilette			
		1 sac de couchage			
		1 gilet fluo offert par la Sapaudia			
		chargeur de téléphone, compteur ou montre			

Attention, vous devez arriver avec un vélo révisé et en état. Tout changement prématuré de pneu, de chaîne ou de plaquettes... Vous serez facturés.

Pour les VTAE, une rampe sera mise en place pour charger vos batteries sur Gilley, Baumes les Dames, Arc et Senans et Foncine.