



# ROADBOOK

## 2024

---

**10** *KM*

---

**28** *KM*

---

---

**42** *KM*

---

**100** *KM*

---



# PRÉSENTATION DE L'ÉPREUVE

**Le 17 Février 2024** : entrez dans la légende en courant le premier trail nocturne historique entre Ambérieu-en-Bugey et Oyonnax !

Après deux éditions couronnées de succès, la Trace des Maquisards de l'Ain revient encore plus fort avec son concept unique : La course-à-pied comme moyen d'évasion et d'hommage à la résistance et à celles et ceux qui ont combattu l'occupant nazi. C'est au travers de cette épreuve nocturne que vous partirez à la conquête des sites emblématiques du maquis se trouvant entre les deux villes les plus emblématiques de la résistance dans l'Ain .

## LES PARCOURS :

- Un **100 km solo** sur longue distance pour faire corps avec l'engagement des Maquisards de la seconde guerre mondiale, le tout à la frontale
- Un **100 km** accessible également en relais (2 ou 4) pour venir à bout de la Trace entre résistants
- Un **42 km solo** pour découvrir les principaux camps des Maquisards entre Maillat et Oyonnax
- Un **28 km solo** pour l'ambiance avec un départ depuis la place d'armes devant le musée de la résistance de Nantua.
- **10 km** en chemin descendant accessible au plus grand nombre pour découvrir en famille ou entre amis, l'ambiance de la Trace des Maquisards.

***“La Trace des Maquisards de l'Ain, c'est apporter une lumière sur l'histoire, les lieux emblématiques, points névralgiques de la Résistance”***

---

**Et vous ? Saurez-vous dompter la trace ?**

# PRÉSENTATION DES PARCOURS

## 100 KM

---

Départ prévu depuis la gare d'Amberieu-en-bugey. Votre périple vous mènera à la ferme de Marchat puis à la Ferme des Gorges, qui ont toutes deux servi de camp lors de la résistance.

Vous apercevrez également en chemin le monument du maquis de Cerdon, où Charles de Gaulle posa la première pierre le 26 juin 1949.

Vous passerez ensuite par Nantua, ville décorée de la médaille de la Résistance française en 1947, pour rejoindre la Ferme du Mont quelques kilomètres plus tard. Quelques mètres de dénivelé plus tard, votre route vous mènera jusqu'au magnifique Lac Genin qui se niche au creux d'une forêt épaisse. Pour finir, votre arrivée se fera en plein cœur de la ville d'Oyonnax, lieux devenu emblématique de la résistance de l'Ain et du Haut-Jura après son défilé du 11 novembre 1943.

## 42 KM

---

Départ prévu depuis le centre du village de Maillat. Vous passerez ensuite par Nantua, ville décorée de la médaille de la Résistance française en 1947, pour rejoindre la Ferme du Mont.

Vous partirez ensuite pour rejoindre le magnifique Lac Genin. Pour finir, votre arrivée se fera au sein de la ville d'Oyonnax, emblématique de la résistance de l'Ain et du Haut-Jura par son défilé du 11 novembre 1943

## 28 KM

---

Départ prévu de la place d'armes à Nantua, ville décorée de la médaille de la Résistance française en 1947.

Vous partirez ensuite sur les hauteurs de la ville, pour plonger dans la forêt pour rejoindre le magnifique Lac Genin. Pour finir, votre arrivée se fera au sein de la ville d'Oyonnax, emblématique de la résistance de l'Ain et du Haut-Jura par son défilé du 11 novembre 1943.

# 10 KM

---

Vous partirez de l'emblématique Lac Genin et plongerez rapidement dans la forêt pour arpenter les chemins escarpés du maquis jusqu'à votre arrivée à Oyonnax, lieu clé dans la résistance française. Le défilé du 11 novembre 1943 à Oyonnax est l'une des actions les plus emblématiques de l'histoire du maquis de l'Ain et du Haut-Jura et de la Résistance intérieure française.

## NAVETTES

Des navettes sont mises à disposition des coureurs en option pour le **prix de 10€** vous amenant directement au lieu de départ de votre course.

### Départ de la navette à Valexpo- Oyonnax

#### Horaires :

- **100k Navette** pour Amberieu en Bugey - depart de Valexpo a 15h15
- **42k Navette** pour Maillat depart de Valexpo a 17h40
- **28k Navette** pour Nantua départ de Valexpo a 18h50
- **10k Navette** pour Lac Genin départ de valexpo a 20h05

**Les navettes partiront a l'horaire indiqué merci de vous présenter sur le parking de Valexpo 15 minutes avant.**

## RETRAIT DES DOSSARDS

Les dossards seront à retirer sur présentation d'une pièce d'identité : **à Valexpo UNIQUEMENT:**

### Samedi 17 Février de 10h à 20h :

- 100km et relais de 10h a 15h
- 42 km de 10h a 17h30
- 28 km de 10h a 18h30
- 10 km de 10h a 20h00

**Valexpo – 88 cours de Verdun, 01100 Oyonnax**

# MATÉRIEL OBLIGATOIRE

- Une lampe frontale avec pile de rechange
- Une veste de pluie
- Une couverture de survie
- Un système d'hydratation de minimum 1 litre
- Une réserve alimentaire
- Un sifflet
- Un équipement vestimentaire adapté à la météo, collant, vêtement technique, bonnet, gants. La dernière couche de vêtement doit obligatoirement présenter un dispositif rétro réfléchissant de manière à ce que le coureur soit visible par tous.
- Un gobelet personnel
- Un téléphone portable, batterie chargée avec le numéro du PC course

**Les bâtons sont acceptés sur toutes les épreuves**

## BALISAGE

Les parcours sont balisés avec le matériel de l'Ultra 01 équipé d'adhésifs réfléchissants pour être visible de nuit.

Des rubalises rouges pour les parties boisées, des jalons rouges pour les parties découvertes, des flèches directionnelles pour les changements de direction et des panneaux de prévention pour les éventuels dangers.

Le balisage sera toujours sur votre droite. Si vous ne voyez pas de balise pendant 200m faites demi-tour.

# ENVIRONNEMENT

Vous effectuerez votre parcours dans un environnement naturel, par conséquent, il est strictement interdit de laisser vos déchets dans la nature, de sortir des sentiers balisés pour la course et de nuire de quelques manières à l'environnement

# ABANDON ET RAPATRIEMENT

Sauf blessure, un coureur doit abandonner sur un ravitaillement ou sur une zone relais et prévenir le responsable de la zone qui le mettra hors course. L'organisation enverra une navette pour rapatrier le coureur.

**En cas d'abandon d'un relayeur d'une équipe la poursuite du relais sera toujours favorisée.**

## Secours :

**Procédure de secours : vous êtes victime d'un accident ou témoin d'un accident pendant l'événement**

### 1. Contactez les secours

- En appelant le PC COURSE 09 88 10 02 37 ou le 112
- En rejoignant le poste de secours le plus proche
- En demandant à un autre coureur de prévenir les secours

### 2. Signalez votre position

- Par téléphone : Partage de position via Google Maps, numéro de dossard, dernier ravitaillement, altitude, kilométrage approximatif
- Par l'usage d'un sifflet si nécessaire

**3. Changez de vêtements si possible,** utilisez la couverture de survie

## SAC D'ALLÈGEMENT :

Pour les coureurs de la Trace des Maquisards 100 km il sera possible de déposer au départ d'Amberieu en Bugey, un sac de délestage qui sera acheminé à la base de vie de mi-course à Maillat puis rapatrié à Valexpo Oyonnax à 5H dimanche matin.

Il sera possible de laisser une consigne a Valexpo.



## DÉPARTS DES COURSES

COURSE

HEURE

LIEU

100 KM

17 H

AMBERIEU-EN-BUGEY  
PARVIS DE LA GARE

42 KM

19 H

MAILLAT  
RUE SAINT CLAIR

28 KM

20 H

NANTUA PLACE  
D'ARMES

10 KM

21 H

LAC GENIN  
PARKING DE L'AUBERGE  
DU LAC GENIN

# BARRIÈRES HORAIRES

LIEU	KM	PREMIERS 100K	PREMIERS COUREURS	BARRIÈRES HORAIRE
AMBERIEU	0	17H00		
ST RAMBERT	10,5	18H00		
CHATEAU DE ST GEMAIN	3,5	17H15		
ONCIEU	21	18H50		
FERME MARCHAT	29	19H40		
FERME DES GORGES	33	20H00		
CORLIER	38	20h25		00h00
VAL D'ENFER	44	21h00		
CHATEAU DU SAPPEL	48	21h30		
MAILLAT	58	22h20	Départ 42KM 19h	4h00
ST MARTIN DU FRESNE	63	23h00	19h25	
NANTUA	72	23h50	Départ 25KM 20h	9h00
FERME DU MONT	76,5	00h30	20h40	
LAC GENIN	90	2h00	Départ 10KM 21h	
OYONNAX	100	2h50	21h40	17h00

# 100KM

 **Ambérieu-en-Bugey**

 **Oyonnax**

Départ Samedi 17 février 2024  
depuis la gare d'Amberieu-en-Bugey à 17h00.

L'épreuve reine est ponctuée  
de 5 ravitaillements solides et 2  
points d'eau + collation d'arrivée

Après votre course, profitez  
gratuitement du repas coureurs.



## 100KM relais à 4 :

**Départ 17h00**

Relais 1 de Ambérieu en Bugey à Corlier  
– KM38

Relais 2 : Corlier-Maillat – KM17

Relais 3 : Maillat – Nantua – KM 14

Relais 4 : Nantua – Oyonnax – 28km

## 100KM relais à 2 :

**Départ 17h00**

Passage du relais à Maillat, kilomètre 58.

**Dénivelé : 4 450 m/d+**



# **RAVITAILLEMENTS, POINTS D'EAU ET BARRIÈRES HORAIRES**

LIEU	KM	BARRIÈRES HORAIRES	TYPE
ONCIEU	21		RAVITAILLEMENT LÉGER
CORLIER	38	00h00	RAVITAILLEMENT COMPLET
CHATEAU DU SAPPEL	49		POINT D'EAU
MAILLAT	58	4h00	RAVITAILLEMENT COMPLET
NANTUA	72	9h00	RAVITAILLEMENT COMPLET
MOLET	82		POINT D'EAU
LAC GENIN	90	14h00	RAVITAILLEMENT COMPLET
OYONNAX	100	17h00	RAVITAILLEMENT COMPLET

# 42 KM

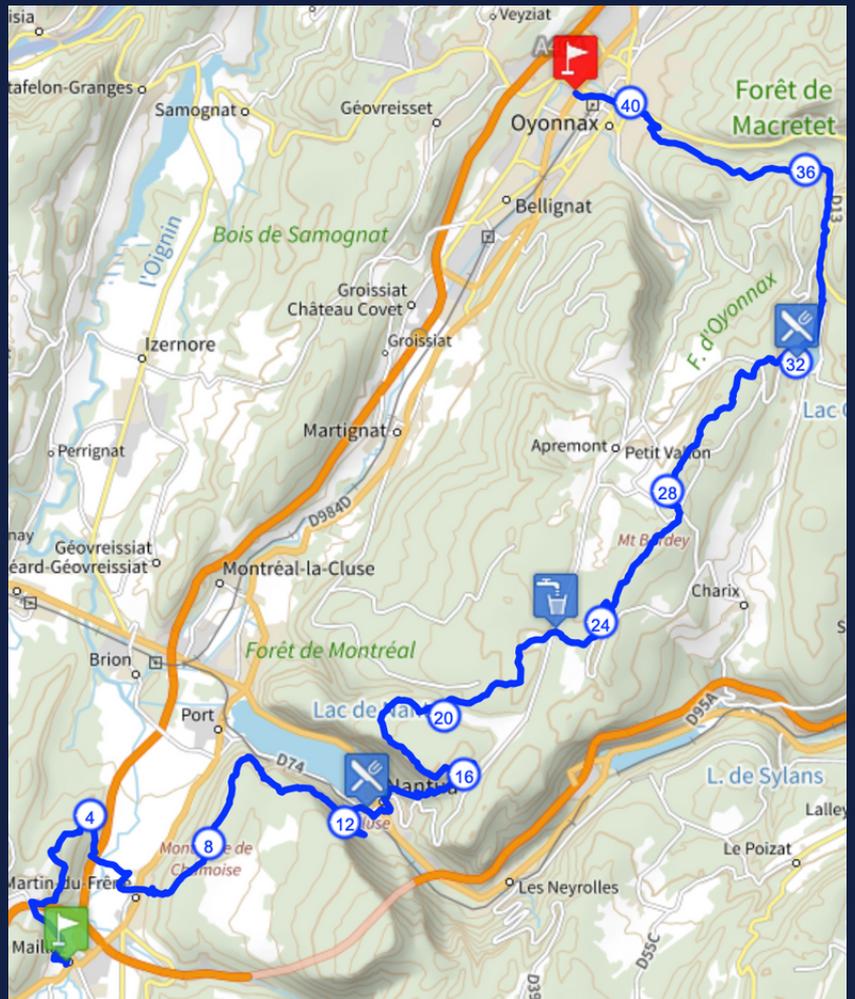
 Maillat

 Oyonnax

Départ samedi 17 Février à 19h  
depuis le centre village de Maillat  
(01)

Le Marathon est ponctué de 2  
ravitaillements complets et un  
point d'eau + collation d'arrivée

Après votre course, profitez  
gratuitement du repas coureurs.



**Dénivelé : 1700 m/d+**



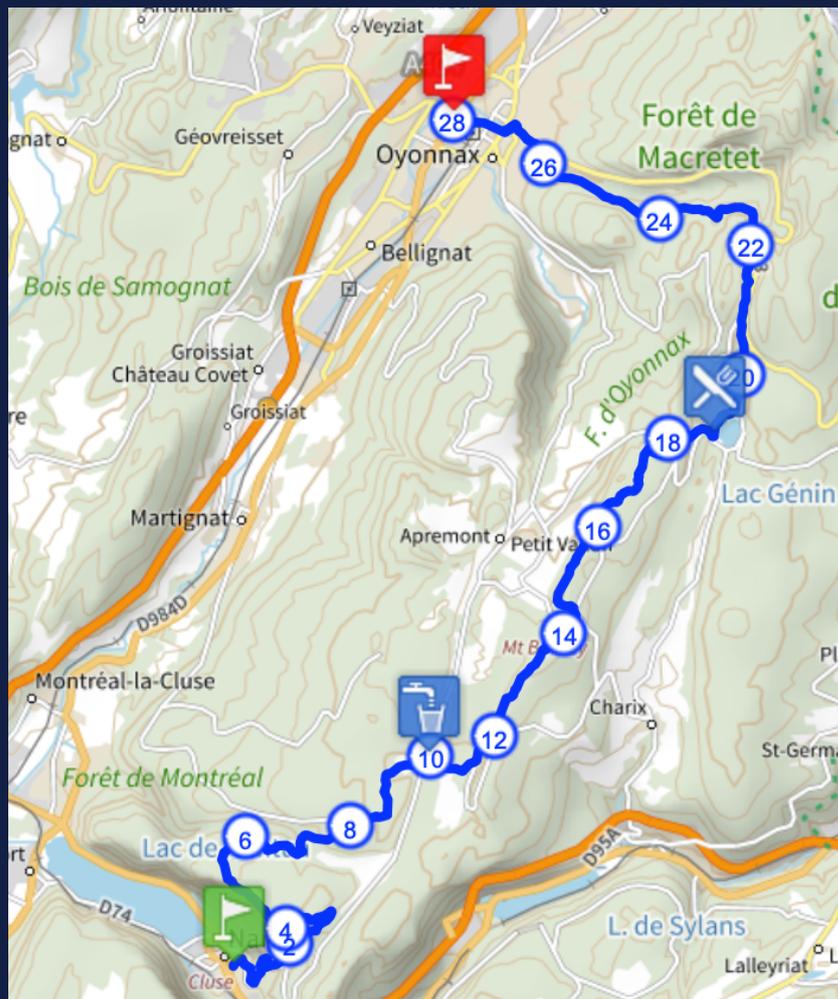
# 28 KM

 Nantua

 Oyonnax

Départ Samedi 17 février 2024 à 20h depuis la place d'armes à Nantua, ponctué d'un ravitaillement complet et un point d'eau + collation d'arrivée

Après votre course, profitez gratuitement du repas coureurs.



**Dénivelé : 1190 m/d+**



# 10 KM

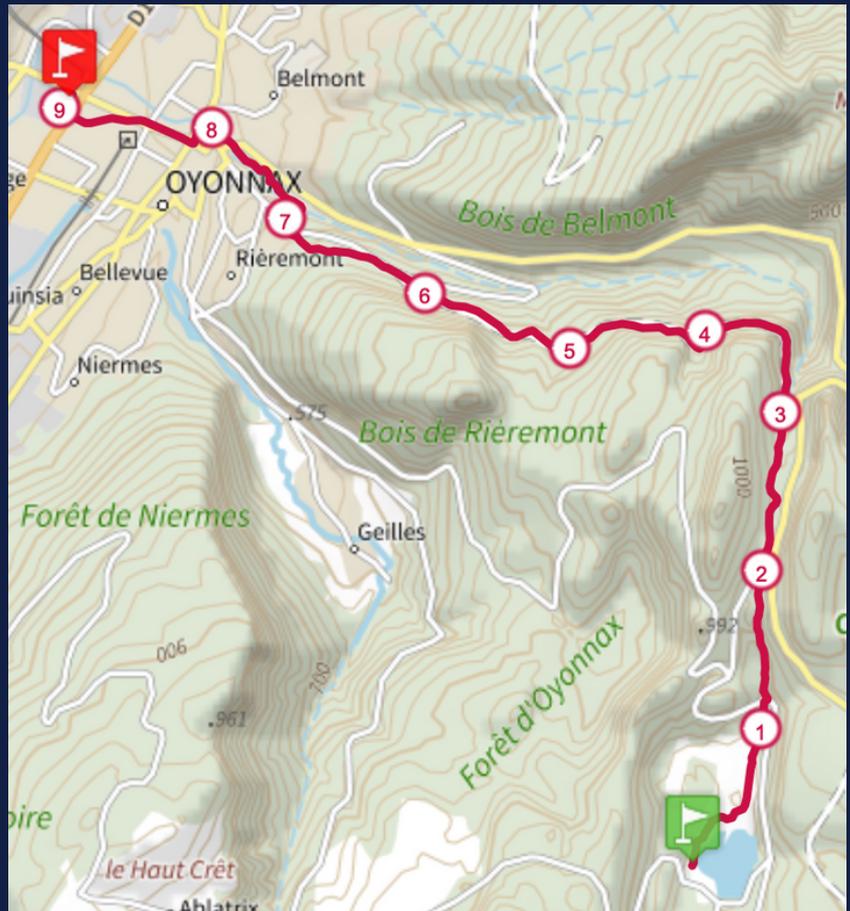
 Lac Genin

 Oyonnax

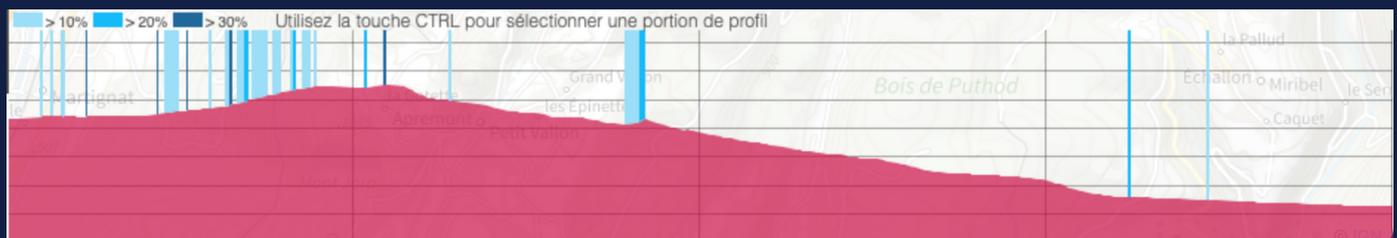
Départ samedi 17 Février à 21h depuis le Lac Genin

L'épreuve ne contient aucun ravitaillement, les coureurs sont en autonomie du départ jusqu'à Valexpo, lieu d'arrivée + collation d'arrivée

Après votre course, profitez gratuitement du repas coureurs.



**Dénivelé : 150 m/d+**



# COMMENT SUIVRE SON COUREUR ?

Vous pouvez suivre l'avancée de votre coureur grâce à l'application LIVE TRAIL.  
<https://livetrial.net/home/maquisards>

**ATTENTION** pour le passage de la course, certaines routes seront fermées.

Il est important de suivre les consignes de l'organisation et des autorités pour tous vos déplacements.

*Nous rappelons que le stationnement sauvage est interdit et dangereux. Merci de stationner sur les parkings prévus à cet effet.*

# OÙ VOIR SON COUREUR ?

**Départ du 100 km depuis le Parvis de la gare d'Amberieu en Bugey. Stationnement parking Rue Phoenix 01500 Amberieu-en-Bugey**

## **Kilomètre 10 :**

Passage rue centrale de Saint Rambert en Bugey

Stationnement parking de la gare ou parking rue Claude Mermet 01230 Saint Rambert en Bugey

## **Kilomètre 21:**

Ravitaillement à l'Auberge d'Oncieu

Auberge d'Oncieu Rue Principale, 01230 Oncieu

*Attention stationnement compliqué, suivre les consignes affichés et les directives des bénévoles*

Accès Ferme de Marchat interdit aux véhicules !

Accès uniquement à pied depuis Evosges (2 km de marche pour rejoindre la ferme) Stationnement parking de la mairie 333 Rue du 6 et 7 Février 1944, 01230 Évosges

## **Kilomètre 33:**

Passage à la stèle de la Ferme des Gorges

Les pezières 01110 Aranc

*Attention stationnement compliqué, suivre les consignes affichés et les directives des bénévoles*

Animation et vin chaud !

### **Kilomètre 28:**

Ravitaillement de Corlier (salle polyvalente de Corlier) 58 Lot. le Clos Dubreuil, 01110  
Corlier  
Stationnement parking rue principale

### **Kilomètre 45:**

Passage au Mémorial des Maquis de l'Ain D1084 01450 Cerdon  
Stationnement parking du mémorial  
Animation lumineuse  
Accès Col du Sappel Interdit  
Rendez-vous directement au Ravitaillement de Maillat

### **Kilomètre 58:**

Ravitaillement de Maillat et départ du 42 km  
Rue Saint clair 01430 Maillat  
Stationnement parking du restaurant le Relax 57 Rue du Clou, 01430 Maillat  
Animations, buvette et snacking

### **Kilomètre 72:**

Ravitaillement de Nantua et départ du 28 km  
Ravitaillement à la maison du lien 13 Rue du Dr Jacques Touillon, 01130 Nantua  
Stationnement parking de l'espace Malraux

### **Départ du 28 km:**

Place d'Armes 01130 Nantua  
Animation Reconstitution d'un camp de Maquisards et vente de la soupe du Maquis  
Stationnement Parking rue des Monts d'Ain ou esplanade du Lac

### **kilomètre 90:**

Ravitaillement et depart du 10km sur le parking de l'auberge du Lac Genin.

### **kilomètre 99:**

Passage au parc René Nicod à Oyonnax  
Stationnement parking du musée de la Grande Vapeur 62 Rue Anatole France,  
01100 Oyonnax  
Animation, reconstitution d'un camp de Maquisards  
Arrivée de toutes les courses à VALEPXO Oyonnax 88 Cr de Verdun, 01100 Oyonnax  
Stationnement parking de Valexpo

# LES PARTENAIRES

