ROADBOOK
LES TEMPLIERS
HOKA
MILLAU | AVEYRON
MARATHON DU LARZAC
VEN. 16 OCTOBRE | 33 KM - 1 357 D+

LES TEMPLIERS
HOKA

# SOMMAIRE


- Édito ..... 4
- Programme des courses 2026 ..... 5
- Le Village des Templiers ..... 6 | 7
- Programme des animations 2026 .... 8
- Présentation de la course ..... 9
- Profil Marathon du Larzac ..... 10 | 11
- Le parcours ..... 12
- Temps de passage ..... 13
- Informations pratiques ..... 14 | 15
- Charte du trailer ..... 16
- Charte des accompagnants ..... 17
- Accompagner un coureur
  Accès ravitaillements ..... 18 | 19
- Villages et lieux
  emblématiques ..... 20

# HOKA LES TEMPLIERS, engagés & responsables

**Le FESTIVAL HOKA LES TEMPLIERS s'engage chaque année à réduire l'impact environnemental de l'événement, en partenariat avec le WWF et les acteurs du territoire. Préserver les Grands Causses est une responsabilité que nous partageons tous.**

**NOS ENGAGEMENTS :**

- Adhésion à la Charte WWF.
- Réduction de l'empreinte carbone : navettes coureurs et accompagnants, parc à vélos, covoiturage.
- Plantation de plus de 500 arbres sur le Causse Noir et financement d'un verger municipal à Millau.
- Tri sélectif, valorisation des biodéchets et recyclage des bouteilles plastiques avec St Yorre.
- Réduction des déchets : achats en vrac, eau du robinet sur les ravitaillements, suppression des petites bouteilles plastiques et signalétique réutilisable.
- Décors et signalétique en bois réalisés par un artisan local.
- Dotation textile HOKA intégrant des fibres recyclées et répondant à des exigences sociales et environnementales.

**Votre engagement est essentiel. Merci de rester sur les sentiers balisés, de ne laisser aucun déchet sur le parcours, de respecter les propriétés privées, la faune et la flore, et de privilégier les mobilités douces lorsque cela est possible.**

## PROGRAMME DES COURSES 2026

# LES TEMPLIERS HOKA

## Jeudi 15/10

SALON du trail des LES TEMPLIERS

**Jeudi & vendredi**
12h à 19h
**Samedi**
9h à 19h

### COURSE SPORT ADAPTÉ
Départ : 14h | **1,5 & 3 km**
150 coureurs

## Vendredi 16/10

### ENDURANCE TRAIL
Départ : 4h | **100 km**
1500 coureurs

### ROCK'VOIZINE
Départ : 6h | **51 km**
400 coureurs

### INTÉGRALE DES CAUSSES
Départ : 6h30 | **60 km**
800 coureurs

### MARATHON DU LARZAC
Départ : 6h40 | **33 km**
650 coureurs

## Samedi 17/10

### BOFFI FIFTY
Départ : 6h40 | **47 km**
950 coureurs

### DOURBIE FORMI
Départ : 7h10 | **23 km**
500 coureurs

### MONNA LISA
Départ : 9h25 | **31 km**
1000 coureurs

### MARATHON DES CAUSSES
Départ : 12h10 | **34 km**
1300 coureurs

### KINDER TRAIL
Départ : de 12h40 à 13h20
**1,5 & 3 km** | 200 jeunes

### KD TRAIL
Départ à 13h40 | **8 km**
80 jeunes coureurs

### LA TEMPLIERE
Départ : 13h45 | **8 km**
350 coureuses

### TRAIL DES TROUBADOURS
Départ : 14h30 | **13 km**
550 coureurs

### JUNIOR TRAIL
Départ : 15h50 | **18 km**
90 coureurs

### VO2 TRAIL
Départ : 16h00 | **18 km**
1000 coureurs

## Dimanche 18/10

### GRAND TRAIL DES TEMPLIERS
Départ : 5h10 | **80 km**
2700 coureurs

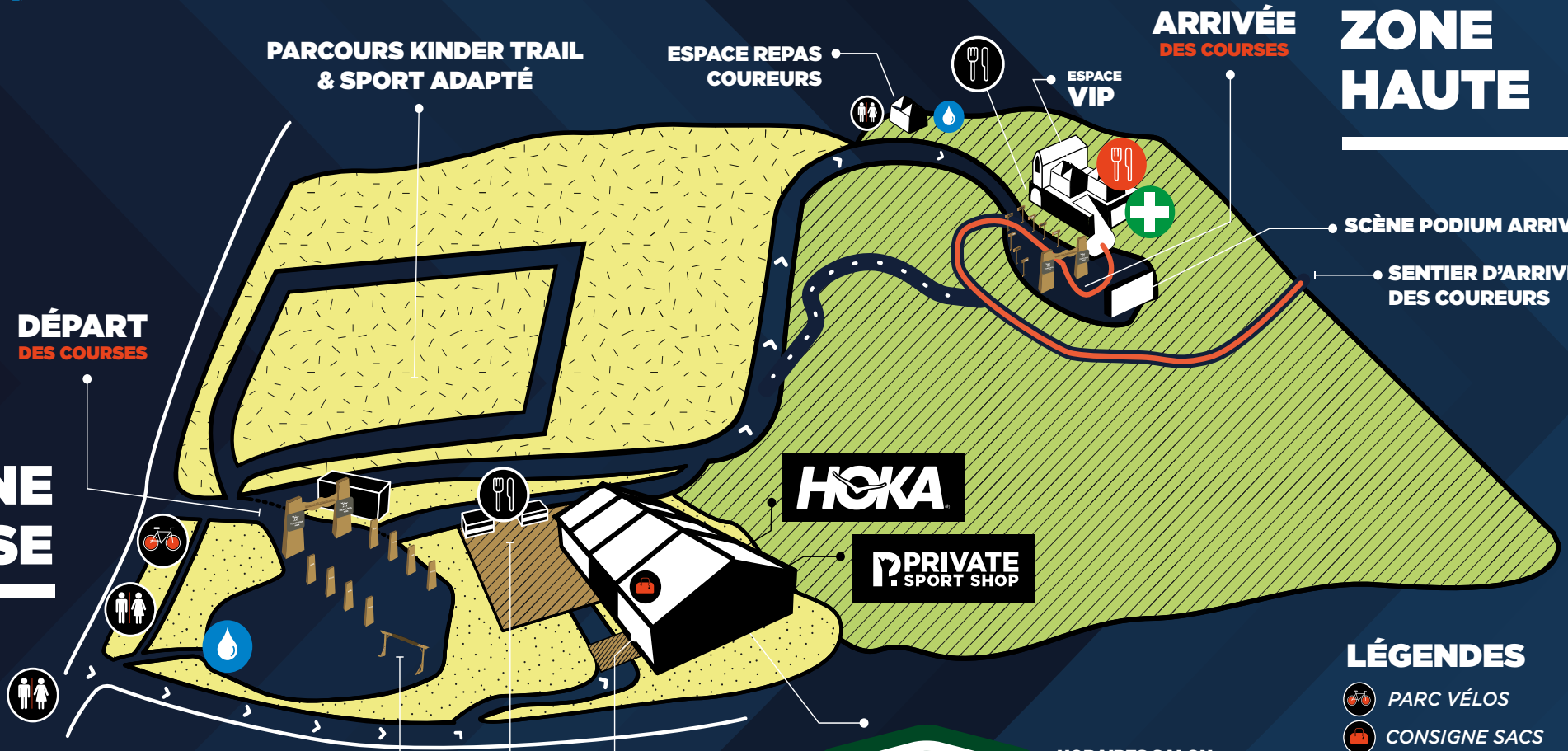
La Belle de Millau

**Au profit de la Ligue contre le Cancer**
Animation : à partir de 9h
Départ : 10h | **4,2 km**
2500 personnes

LES TEMPLIERS
HOKA

# VILLAGE DES TEMPLIERS

## ENTREZ DANS LA LÉGENDE DU TRAIL




**DOUCHES**
Camping Larribal

**LOCATION VTT**
Duverbike

SALON du trail LES TEMPLIERS

**HORAIRES SALON :**
» **Jeudi & Vendredi** 12h à 19h
» **Samedi** 9h à 19h

**HORAIRES ESPACE GOURMAND :**
» **Jeudi** 12h à 19h
» **Vendredi** 12h à 21h
» **Samedi** 9h à 19h
» **Dimanche** 10h30 à 20h30

## LÉGENDES

- *PARC VÉLOS*
- *CONSIGNE SACS*
- *RESTAURATION BUVETTE*
- *POINT D'EAU*
- *RAVITAILLEMENT ARRIVÉE*
- *SECOURS*
- *WC*

# Temps forts

**SALON DU TRAIL**
Rencontres Trail Vision • Conférences • Interviews d'athlètes

**TABLES RONDES & INTERVIEWS**
Retransmission des tables rondes du vendredi et du samedi, avec retour sur les temps forts des deux journées et interviews des vainqueurs, animées par Fred Bousseau.

RMC SPORT **LIVE DU GRAND TRAIL DES Ttempliers**
Retransmission en direct en partenariat avec RMC Sport, avec un plateau délocalisé.

## PROGRAMME DES ANIMATIONS 2026

### Jeudi 15/10

**SOCIAL RUN**
PRIVATE SPORT SHOP
17h | Zone départ

**CONFÉRENCE**
18h - 18h30 | Fanny BARBARA

### Vendredi 16/10

**MORNING RUN**
HOKA
10h | Zone départ

**DUO VANILLE**
11h - 13h | St-Jean-des-Balmes
Animation musicale.

**AURORE CARRIÈRE ACCORDÉON**
15h - 17h
Ravitaillement du Cade
Animation musicale.

**TESTING RUN**
DEMETZ
16h00 | Zone départ
En présence de **Marie GONCALVES,** 2e du Grand Trail des Templiers en 2025

**CONFÉRENCE**
16h45 - 17h15 | Stephan KALFON

**PODIUMS**
18h | Zone arrivée (scène)

**LES RADIS NOIRS**
18h30 - 20h30
Buvette | Zone basse
Animation musicale.

### Samedi 17/10

**YOGA CAMP BY**
HOKA
7h | Espace VIP

**PRÉSENTATION DES ÉLITES**
11h40 | Zone départ (scène)

**ZIKO**
15h - 17h30
Ravitaillement du Cade
Animation musicale.

**PODIUMS**
18h | Zone arrivée (scène)

### Dimanche 18/10

**DUO VANILLE**
9h - 11h | St-Jean-des-Balmes
Animation musicale.

**PERCUSSIONS SÉNÉGALAISES**
11h - 13h | Massebiau
Animation musicale.

**ACCORDÉON**
St-André-de-Vézines
Animation musicale.

**MARCHÉ DE PRODUCTEURS**
Mas de Bru

**ZIKO**
11h - 12h30 | 16h - 18h30
Ferme du Cade
Animation musicale.

**BATUKA**
13h30 - 16h30 | Massebiau
Animation musicale.

**PODIUMS**
14h | Zone arrivée (scène)

**ZINZINZA**
17h - 20h
Buvette | Zone basse
Animation musicale.

LÉGENDES
- Activations partenaires
- Élites
- Animations
- Conférences au Salon du trail



PRÉSENTATION DE LA COURSE

# Marathon du Larzac

**Le départ du Marathon du Larzac sera donné du hameau de La Salvage, véritable havre de paix, au pied de ce domaine caussenard et de cette vieille église templière.**

Tout débute par une petite boucle effectuant le tour du domaine puis la course met le cap sur Pierrefiche. et s'échappe dans une très belle descente dans le ravin de Laumet pour enchaîner par la montée aux corniches de La Clapade.

Lorsque l'on connecte avec le ravin de Font Longue celui-ci se dévale jusqu'au sentier longeant la Dourbie pour rejoindre un vieux sentier communal grimpant à nouveau sur le Larzac par Grand Camp. A la ferme de Mas de Bru, il faudra attaquer la descente sur le ravin du Roubelier.

Puis la montée directe et sèche sur le Causse Noir en direction de la ferme du Cade et ravitaillement installé dans la très belle bergerie.

Puis direction sur la Pouncho, sa corniche et sa table d'orientation.

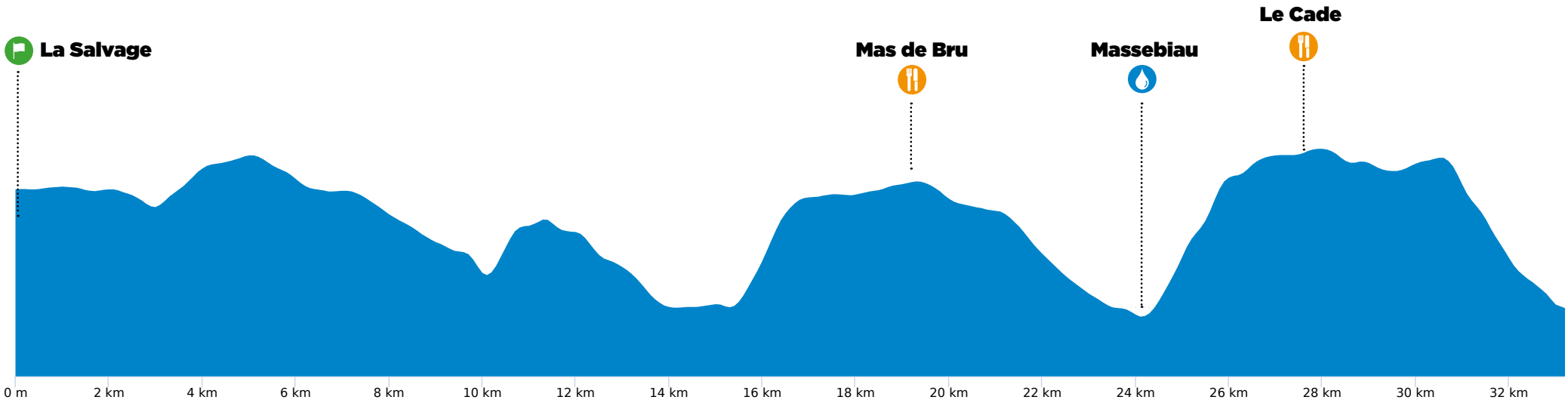
Un bref coup d'œil et c'est déjà la célèbre descente avec passage dans la grotte du Hibou.

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **33 km** |
| Dénivelé + | **1 357 m** |
| Jour | **Vendredi** |
| Départ | **6h40 - 7h00** |
| Lieu | **La Salvage** |

PROFIL DE LA COURSE

# Marathon du Larzac




**La Salvage**

**Mas de bru** | km 18,9

**Massebiau** | km 24,3

**Le Cade** | km 27,5

## LÉGENDES

- Accès interdit public / accompagnants
- Assistance autorisée
- Assistance interdite
- Ravitaillement
- Produits Näak
- Point d'eau
- WC
- Buvette de l'organisation et/ou commerces dans les villages
- Animation musicale

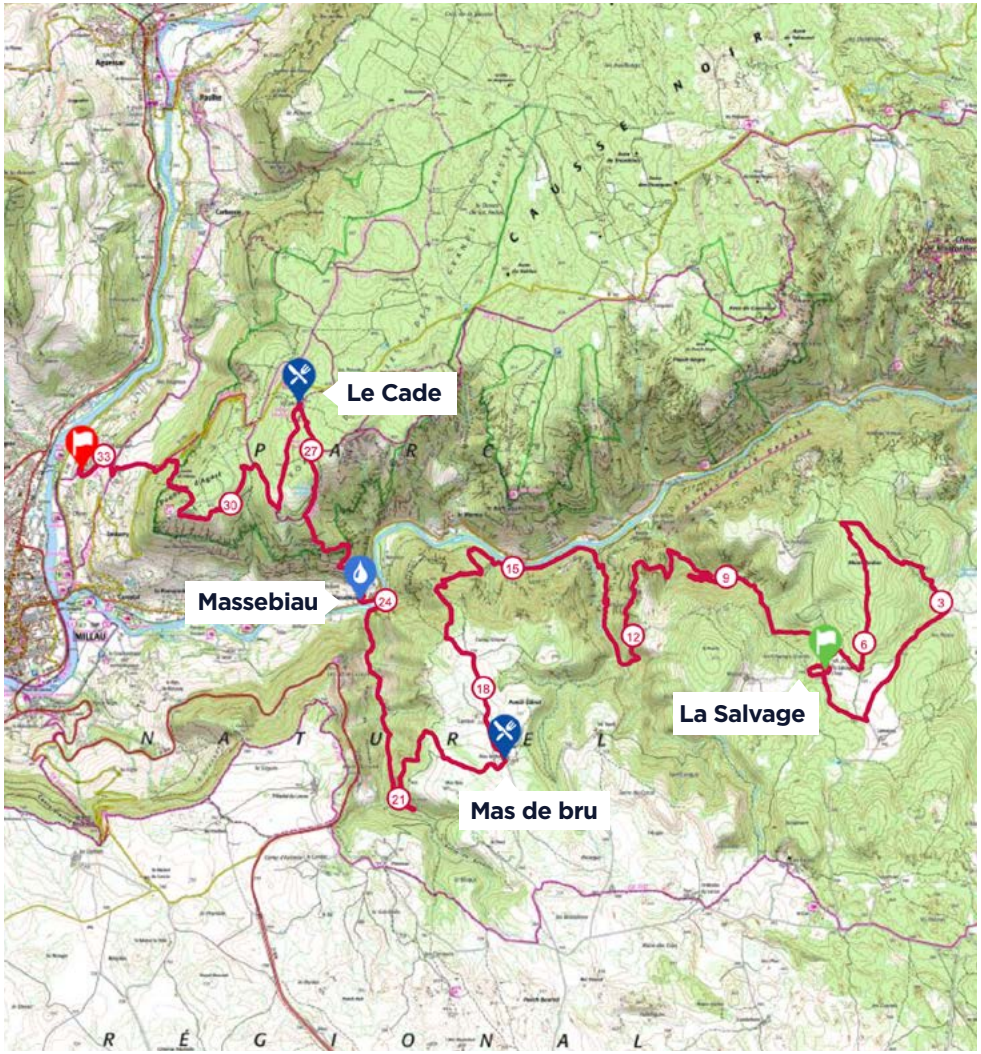
* Paiement espèces uniquement

LES TEMPLIERS

HOKA

PROFIL DE LA COURSE

# Marathon du Larzac




LES TEMPLIERS HOKA

# Temps de passage

| Lieu | KM | Temps de passage | Services | Assistance | Accès | Barrière horaire |
|---|---|---|---|---|---|---|
| La Salvage | | 6h40 - 7h00 | | | | |
| Mas de bru | 18,9 | 8h10 - 11h25 | | ✓ | ✓ | |
| Massebiau | 24,3 | 8h25 - 12h30 | | ✗ | ✓ | |
| Le Cade | 27,5 | 8h55 - 13h50 | | ✓ | ✓ | |
| Millau | 33,5 | 9h20 - 16h05 | | ✓ | ✓ | |

# Retrait dossards

Village des Templiers | Salon du Trail
Av. de Millau-Plage - MILLAU
**Jeudi 15 octobre 2026**
**de 12h à 19h**

- **Pièces pour retirer votre dossard :**
  - Pièce d'identité
  - Carte de retrait de dossard qui sera disponible sur votre fiche d'inscription au plus tard 8 jours avant l'événement.
- **Retrait dossard obligatoire par le coureur lui-même** (retrait dossard par une tierce personne interdit)

# Accès départ

- **Lieu de départ : La Salvage**
- **Navettes obligatoire depuis Millau, départ 5 h 15** (vague 1) **et 5 h 30** (vague 2)
  **Parc de la Victoire** (POINT GPS 44.105899 3.075057)

**Le site de La Salvage ne sera pas accessible en voiture, même pour se rendre au départ.**

# Balisage

Le balisage sur le parcours est réalisé de la façon suivante :

- Rubalise orange rétroréfléchissante Templiers Events Compagnie
- Balisage rétroréfléchissant sur les zones de nuit
- Panneau SENS DE COURSE indicateur dans les villages
- Chemins parfois fermés avec ficelle bleue



# Vagues départ

Le départ se fera en deux vagues :
- 6h40 : Vague 1 | Dossards 7001 à 7400
- 7h00 : Vague 2 | Dossards 7401 à fin

# Consignes

**SERVICE GRATUIT**

- Des sacs pourront être déposés au départ de la course et seront rapatriés à l'arrivée.
- Étiquette fournie, sac non fourni.
- Récupération sur présentation de votre N° de dossard. Les sacs ne sont pas acheminés sur les zones extérieures.

# Navettes

**LIGNE 1**
**ACCÈS VILLAGE DES TEMPLIERS & RETOUR PARKING**

**Consultez notre Guide mobilité**

# Cadeau de bienvenue

Cadeaux de bienvenue à tous les inscrits à la remise des dossards : T-shirt collector HOKA LES TEMPLIERS, produits locaux et souvenir spécial.

# Matériel conseillé

En complément de votre dossard incluant le numéro de secours et votre puce de pointage à présenter à chaque poste de contrôle, voici le matériel recommandé pour chaque course.
**Ce matériel pourra être rendu obligatoire en fonction des conditions météorologiques.**

- Téléphone portable
- Réserve en eau 1L
- Lampe frontale
- Éco-tasse
- Ravitaillement perso
- Couverture de survie
- Sifflet de secours

# Protections intimes

Des trousses de produits intimes sont disponibles gratuitement pour les femmes sur l'ensemble des ravitaillements.

# Abandon

**Afin de faciliter votre prise en charge et d'éviter toute recherche inutile, tout coureur doit impérativement :**

- **Remettre son dossard au prochain ravitaillement ou à une équipe de secours**
- **Prévenir le PC course en cas d'urgence : 05 65 60 65 35**

# Suivi live

Vous pourrez suivre le passage des coureurs en fonction des différents points de chronométrage sur le parcours via **Livetrail.**

# Accès douches

Des douches sont à votre disposition au camping Larribal, avenue de Millau-Plage.

- Temps de trajet à pied entre l'arrivée et les douches : **15 mn environ**

# Chrono

Le système de chronométrage se compose d'une seule puce collée au dos du dossard.

**Le port du dossard bien visible et de la puce est obligatoire.**

# Podium

- Remise des récompense le **vendredi 16 octobre à 18h** Zone arrivée
- Catégories récompensées :
  Hommes et femmes
  3 premiers du scratch
  1er et la 1ère de chaque catégorie

# Récompenses

Cadeaux finisher à tous les arrivants : Gilet collector HOKA LES TEMPLIERS, et médaille millésimée.

Règlementation en cœur de Parc National des Cévennes

# Charte du trailer

- Prendre conscience que le milieu naturel que vous traversez est fragile et sensible.
- Respecter la faune et la flore : ne pas jeter bouteilles et autres sachets de barres énergétiques usagés sur le sol et ne pas crier intempestivement.
- Rester sur les sentiers, ne pas courir sur les bas côtés pour éviter le piétinement des milieux et l'élargissement des chemins.
- Respecter le balisage, seul garant de votre bonne orientation.
- Respecter les bénévoles, sans lesquels la course ne pourrait avoir lieu.
- L'organisation n'est nullement responsable des habits et objets personnels des coureurs laissés sur les stands de ravitaillement.
- Respecter l'intégralité du Règlement.
- Venir en aide à un concurrent en situation dangereuse.
- La population locale vous accueille, remerciez-la : un sourire et un petit bonjour suffisent.

# Patou

## Chiens de protection des troupeaux : les bons réflexes à adopter !

Les parcours traversent des zones pastorales. En présence d'un patou, restez calme, ralentissez et gardez vos distances avec le troupeau. Ne courez pas vers le chien et ne cherchez pas à l'approcher.

# Un territoire qui nous accueille

Une grande partie des parcours traverse des espaces naturels, agricoles et des propriétés privées exceptionnellement accessibles à l'occasion du Festival des Templiers.

**Respecter ces lieux, c'est permettre aux courses de continuer à les traverser demain.**

# Charte des accompagnants

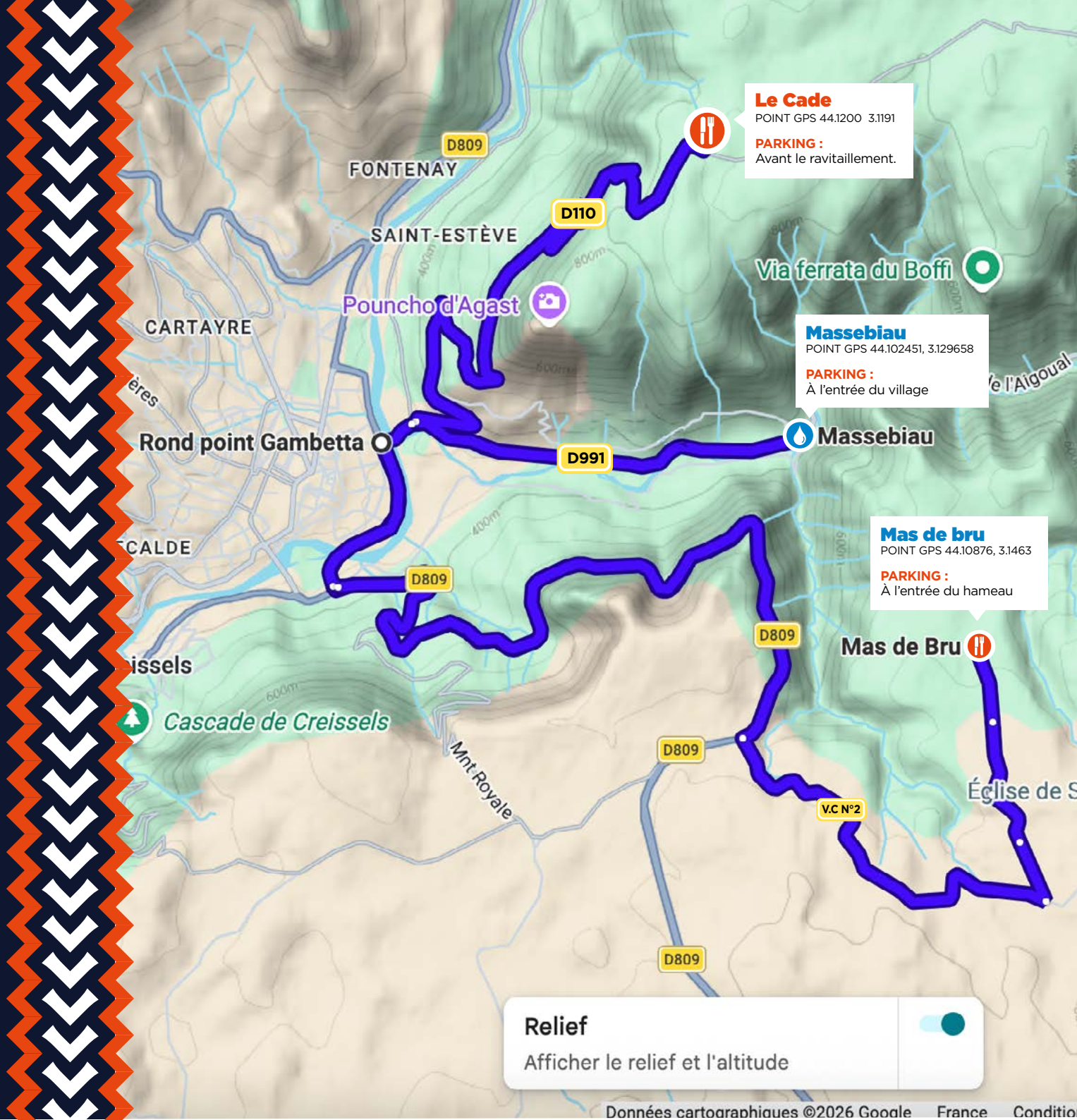
- **Privilégier les navettes, le covoiturage et les mobilités douces** pour rejoindre les différents points du parcours et limiter la circulation sur les routes.
- **Stationner uniquement sur les zones autorisées** et respecter les indications de l'organisation et des bénévoles. Ne jamais bloquer une route, un chemin ou un accès riverain, agricole ou de secours.
- **Respecter les villages et leurs habitants** en limitant les nuisances, en maintenant les lieux propres et en laissant les accès aux habitations dégagés.
- **Ne pas gêner le déroulement de la course.** Laisser la priorité aux coureurs et ne pas emprunter le parcours lorsque cela peut perturber leur progression.
- **Respecter les propriétés privées et les espaces agricoles.** Ne pas traverser les champs, clôtures ou parcelles privées pour rejoindre ou quitter un point d'encouragement.
- **Préserver les espaces naturels.** Rester sur les chemins et zones accessibles, respecter la faune et la flore et ne laisser aucun déchet derrière soi.
- **Encourager dans un esprit sportif et bienveillant,** en respectant tous les participants et en contribuant à l'ambiance du Festival des Templiers.

# Accompagner un coureur

Suivez scrupuleusement le tracé affiché. N'utilisez pas les suggestions alternatives de l'application qui pourraient vous diriger vers des routes non autorisées par l'organisation.

## SCANNER POUR SUIVRE L'ITINÉRAIRE

- Assistance personnelle autorisée uniquement à proximité des postes de ravitaillement identifiés par l'organisation comme zones d'assistances autorisées, située dans les 50 m avant le ravitaillement.
- L'accès au ravitaillement lui-même est strictement réservé aux coureurs et à l'organisation.
- **Passage aux ravitaillements obligatoire pour tous les coureurs,** même en cas d'assistance personnelle.
- **Aucune assistance autorisée aux points d'eau** et en dehors des zones officiellement prévues.
- Rouler prudemment et à vitesse réduite. La course est longue et les occasions d'encourager les coureurs sont nombreuses
- Penser que si l'accès à certains sites est interdit, c'est pour des raisons de sécurité évidentes.
- Ne pas fumer sur les zones de ravitaillement.
- Respecter les consignes de l'organisation et des chefs de poste, chargés de veiller au bon déroulement de la course et au respect de ces règles.



# Accès ravitaillements

**Attention, suivez précisemment les itinéraires transmis ici pour ne pas manquer votre assistance, car de nombreux axes sont interdits à la circulation en raison de l'événement dont :**

- RD 110 entre Lauglanou et l'intersection avec la RD 29
- RD 991 entre Massebiau et La Roque-Ste-Marguerite
- Route communale n°2 entre Mas de Bru et Montredon
- Routes communales entre La Roque-Ste-Marguerite, Pierrefiche, La Salvage, Les Cuns, Montredon, St-Sauveur-du-Larzac

## DEPUIS MILLAU

Itinéraire en voiture | Trajet en navette

| Arrivée | Transport | Accès |
|---|---|---|
| Mas de Bru | 15 km \| 20 mn | Emprunter la RD 809 dir. La Cavalarie, puis la Voie communale n°2 dir. St-Martin-du-Larzac jusqu'au Mas de Bru |
| Massebiau | 4 km \| 5 mn | Emprunter la RD 991 dir. La Roque-Ste-Marguerite jusqu'à Massebiau |
| Le Cade | 8 km \| 15 mn | Emprunter la RD 110 dir. le Causse Noir jusqu'au Cade |

## DEPUIS MAS DE BRU

| Arrivée | Transport | Accès |
|---|---|---|
| Massebiau | 19 km \| 25 mn | Emprunter la Route communale n°2 dir. Millau, la RD 809 dir. Millau puis la RD 991 jusqu'à Massebiau |
| Le Cade | 23 km \| 35 mn | Emprunter la Route communale n°2 dir. Millau, la RD 809 dir. Millau puis la RD 110 dir. le Causse Noir jusqu'au Cade |

## DEPUIS MASSEBIAU

| Arrivée | Transport | Accès |
|---|---|---|
| Le Cade | 12 km \| 20 mn | Emprunter la RD 991 dir. Millau puis la RD 110 dir. le Causse Noir jusqu'au Cade |



# Les villages & lieux emblématiques du parcours

## Le Cade

Une ferme caussenarde et sa bergerie transformées le temps de la course en un ravitaillement hors du commun.
Une fan zone bon enfant et sans dérives outrancières, des bénévoles aux petits oignons avec les coureurs.

### À VOIR :

- La Ferme du Cade

## La Pouncho

Au sommet de la Pouncho, les trailleurs et les parapentes partagent le même ciel.

### À VOIR :

- Une vue imprenable sur Millau et les Grands Causses

LES TEMPLIERS

HOKA

GUIDE MOBILITÉ

LIVE TRAIL