



## Urban Trail des 20 ans de la CASA

Cette année, la Communauté d'Agglomération Sophia Antipolis célèbre ses 20 ans. Pour cette occasion, nous organisons le dimanche 25 septembre prochain, de 8h00 à 14h00, un Urban Trail, évènement gratuit, sportif et convivial pour toute la famille !

*Publié le 05 juillet 2022*

Toutes les infos pratiques pour les participants (retrait dossards, météo, parkings, etc.), c'est ici : <https://www.agglo-sophiaantipolis.fr/actualites/informations-urban-trail-5272>

### Gratuit et ouvert à toute la famille

Cette manifestation sportive **est gratuite** !

Cette course sera composée de **4 boucles sur les communes d'Antibes, Biot et Valbonne** : les participants pourront concourir en **famille sur des parcours de 1 ou 3 km** ; ils pourront aussi s'inscrire pour un **10 km ou un 20 km** (parcours du 10 km x2)

Concernant les enfants mineurs :

- Les enfants entre 6 et 9 ans révolus : autorisé à s'inscrire sur la course du 1 km et 3 km, **avec accompagnant**
- Les enfants entre 10 et 11 ans révolus : autorisé à s'inscrire sur la course du 1 km et 3 km, sans accompagnant
- Les enfants entre 12 et 16 ans révolus : autorisé à s'inscrire sur les courses du 1 km et du 3 km, sans accompagnant
- Les enfants de 17 ans révolus : autorisé à s'inscrire sur la course du 10 km, sans accompagnant

Les descriptions des parcours sont ci-dessous.

### Un parcours original

<https://www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr/actualites/urban-trail-des-20-ans-de-la-casa-5032?>

Le village départ/arrivée sera installé à **l'Azurarena Antibes**.

En plus de courir dans les bois, les coureurs pourront passer par **la voie verte (bus-tram)** sur le pont de la Valmasque, courir dans **l'enceinte de l'université Sophi@Tech**, découvrir le **nouveau dépôt de bus ENVIBUS** en montant jusque sur son toit, et finir par **gravir les marches des gradins de l'Azurarena pour un finish en musique !**

## Animations, musique et surprises pour tous

La matinée sera rythmée par **un DJ et des animations (structures gonflables, jeux, etc.)**.

**Une zumba géante** est prévue avant la course pour un échauffement en musique.

## Inscrivez-vous dès maintenant !

Vous pouvez d'ores et déjà vous inscrire ci-dessous aux liens suivants :

- > Course "famille" 1 km : <https://my.weezevent.com/urban-trail-des-20-ans-de-la-casa-1> 
- > Course "famille" 3 km : **INSCRIPTIONS COMPLÈTES**
- > Course 10 km : <https://my.weezevent.com/urban-trail-20-ans-de-la-casa-parcours-intermediaire-10km> 
- > Course 20 km : <https://my.weezevent.com/urban-trail-20-ans-de-la-casa-grand-parcours-2x10km> 

### Infos et tracé Course "famille" 1 km



- **Inscription** Course "famille" 1 km : <https://my.weezevent.com/urban-trail-des-20-ans-de-la-casa-1>
- **Cliquez ici pour télécharger la trace**
- **Heure de départ** : 10h45
- **Départ / arrivée** : Azurarena d'Antibes
- **Ravitaillement** : à l'arrivée : eau, coca, fruits secs, gâteaux salés
- **Point le plus bas** : 78 m / **Point le plus haut** : 103 m / **Dénivelé positif** : 24 m / **Dénivelé négatif** : 29 m

### Infos et tracé Course "famille" 3 km



- **Inscription** Course "famille" 3 km : **INSCRIPTION COMPLÈTE**
- **Cliquez ici pour télécharger la trace**
- **Heure de départ** : 10h30
- **Départ / arrivée** : Azurarena d'Antibes

- **Ravitaillement** : à l'arrivée : eau, coca, fruits secs, gâteaux salés
- **Point le plus bas** : 75 m / **Point le plus haut**: 103 m / **Dénivelé positif** : 58 m / **Dénivelé négatif** : 62 m

### Infos et tracé Course 10 km



- **Inscription** Course 10 km : <https://my.weezevent.com/urban-trail-20-ans-de-la-casa-parcours-intermediaire-10km>
- Cliquez ici pour télécharger la trace
- **Heure de départ** : 9h30
- **Départ / arrivée** : Azurarena d'Antibes
- **Ravitaillement** : à 1,6 km et à 4,3 km : eau, coca, fruits secs, gâteaux salés
- **Point le plus bas** : 76 m / **Point le plus haut**: 147 m / **Dénivelé positif** : 208 m / **Dénivelé négatif** : 212 m

### Infos et tracé Course 2 x 10 km



- **Inscription** Course 10 km : <https://my.weezevent.com/urban-trail-20-ans-de-la-casa-grand-parcours-2x10km>
- Cliquez ici pour télécharger la trace
- **Heure de départ** : 8h30
- **Départ / arrivée** : Azurarena d'Antibes
- **Ravitaillement** : à 1,6 km et à 4,3 km : eau, coca, fruits secs, gâteaux salés
- **Point le plus bas** : 76 m / **Point le plus haut**: 147 m / **Dénivelé positif** : 208 m / **Dénivelé négatif** : 212 m

## Programme

- › A partir de 7h30 : **retrait des dossards**
- › 08h15 - 8h30 : échauffement Zumba et départ du 20 km
- › 09h15 - 9h30 : échauffement Zumba et départ du 10 km
- › 09h45 : premières arrivées 20 km (*estimation*)
- › 10h05 : premières arrivées 10 km (*estimation*)
- › 10h15 : remise médailles 20 km et **fin de la remise des dossards**
- › 10h20- 10h30 : échauffement Zumba et départ du 3 km
- › 10h35 : remise médailles 10 km
- › 10h40 : premières arrivées 3 km (*estimation*)
- › 10h45 : départ du 1 km
- › 10h50 : premières arrivées 1 km (*estimation*)

- › 11h00 : remise médailles 3 km
- › 11h05 : remise médailles 1 km

## Certificat médical

**IMPORTANT : un certificat médical est OBLIGATOIRE pour courir sur les courses 10 km et 20 km.** Pour que votre inscription soit facilitée, il n'est plus demandé lors de votre inscription **mais vous devez impérativement l'envoyer par email** dès que vous l'obtenez, **avant le jeudi 22 septembre minuit.**

- › Adresse email pour envoyer votre certificat médical : [certificat@livevent.fr](mailto:certificat@livevent.fr)

Une licence fédérale relative à l'athlétisme concerné peut remplacer le certificat médical

Un modèle de certificat médical est disponible [ici](#)

## Bénévoles

Vous avez envie de rejoindre l'équipe et contribuer à l'organisation de ce bel évènement sportif ?

**Inscrivez-vous en tant que bénévole en nous envoyant un e-mail à cette adresse : [tom@livevent.fr](mailto:tom@livevent.fr)**

Nous avons besoin de vous sur les missions suivantes :

- › Aider au balisage de la course
- › Préparer l'espace de la remise des dossards
- › Veiller à signaler la course aux autres usagers, assurer la sécurité des participants le long des tracés.
- › Encadrer les animations
- › Remettre les dossards

## FAQs

Est-ce qu'un certificat médical est obligatoire ?



Oui, **un certificat médical est OBLIGATOIRE pour courir uniquement sur les courses 10km et 20km.** Afin que votre inscription soit facilitée, il n'est plus demandé lors de votre inscription **mais vous devez impérativement l'envoyer par email** à [certificat@livevent.fr](mailto:certificat@livevent.fr) dès que vous l'obtenez, **avant le jeudi 22 septembre minuit**

Une licence fédérale relative à l'athlétisme concerné peut remplacer la certificat médical

Un modèle de certificat médical est disponible [ici](#)

## Est-ce qu'une licence sportive peut remplacer le certificat médical ?



Une licence sportive de la FFA (fédération française d'athlétisme) en compétition valide au moment de l'événement peut remplacer le certificat médical.

## Peut-on inscrire un enfant mineur ?



Tout le monde est bienvenu sur le Trail des 20 ans de la CASA !

Cependant pour des raisons de sécurité **seuls les enfants de 6 ans révolus sont autorisés à courir** :

Concernant les enfants mineurs :

- Les enfants entre 6 et 9 ans révolus : autorisé à s'inscrire sur la course du 1 km et 3 km, **avec accompagnant**
- Les enfants entre 10 et 11 ans révolus : autorisé à s'inscrire sur la course du 1 km et 3 km, sans accompagnant
- Les enfants entre 12 et 16 ans révolus : autorisé à s'inscrire sur les courses du 1 km et du 3 km, sans accompagnant
- Les enfants de 17 ans révolus : autorisé à s'inscrire sur la course du 10 km, sans accompagnant

## Si je suis déjà inscrit sur le 10 ou 20 km, dois-je me réinscrire pour accompagner mon enfant sur la course du 1 ou 3 km ?



Les parents qui sont inscrits sur la course du 10 ou 20 km et qui souhaitent courir avec leur(s) enfant(s) sur la course du 1 ou 3 km **n'ont pas besoin de se réinscrire**.

En revanche, **les parents ne seront pas chronométrés personnellement** sur le 1 ou 3 km, mais pourront se référer au temps de leur enfant si besoin.

## Où se garer ?



**Deux parkings gratuits** seront disponibles pour l'événement.

- *Depuis la sortie 44 en direction de Sophia Antipolis et serrer à gauche.*
- *Au rond point prendre la 3<sup>e</sup> sortie sur Rue des Trois moulins*
- *À 350m, prendre à droite sur Rue Henri Laugier*
- *Au rond point, prendre à droite sur Rue Emile Hugues jusqu'aux parkings*

**Attention, une barrière de hauteur** limite l'accès aux véhicules de tourisme uniquement.

Afin de garantir une place pour tout le monde nous vous recommandons de **favoriser le co-voiturage**.

### Où et comment retirer mon dossard ?



Vous pourrez retirer votre dossard **à l'intérieur de l'Azurarena d'Antibes le matin même**, nous vous conseillons de **venir à minima 1h avant le départ** de la course afin d'éviter tout retard au départ.

Pensez à vous munir de votre **justificatif d'inscription** et **d'une pièce d'identité** qui vous seront demandés.

- Début des retraits des dossards : **7h30**
- Fin des retraits des dossards : **10h15**

### Les animations sont-elles gratuites et accessibles pour tous ?



**Les animations seront accessibles gratuitement à l'ensemble des enfants** une jauge d'accueil peut être mise en place sur certaines activités.

### Est-ce que les accompagnants (familles, amis) non inscrits peuvent venir voir les coureurs ?



**Les amis et la famille peuvent venir voir et encourager les coureurs en respectant certaines consignes de sûreté et de sécurité.**

Les supporters pourront être présents **au départ et à l'arrivée uniquement** afin de ne pas gêner l'organisation et le déroulé de la course.

Au départ les supporters devront se tenir **sur le parvis de l'Azurarena d'Antibes** à l'arrivée ils pourront se tenir **dans les tribunes de l'Azurarena Antibes** prévues à cet effet.

Nous remercions les supporters **de ne pas se positionner sur le tracé de la course** ce qui pourrait gêner et causer des incidents.

### Une restauration est-elle prévue sur place ?



Un **food truck** sera situé sur la parvis de l'Azurarena d'Antibes : vous pourrez y dégustez hot-dogs, baguets, wraps, glaces et boissons.

**URBAN TRAIL** DIMANCHE 25 SEPT. 2022  
2X10KM 10KM  
PARCOURS FAMILLE 3KM + 1KM

**2X10KM GRAND PARCOURS**

Route du Pin Montard

Route des Lucioles

Parc de la Valmasque

ANTIBES

VALBONNE

BIOT

Campus Sophi@Tech

Pont de la Valmasque Voie verte

AZURARENA VILLAGE DÉPART/ARRIVÉE DJ & ANIMATIONS

**Parcours**

Nouveau dépôt bus Envibus

**Parcours 10 km**

The graphic features a central map of the Antibes area with a red trail route. Yellow lines connect various landmarks to their corresponding photos: Route du Pin Montard, Route des Lucioles, Nouveau dépôt bus Envibus, Parc de la Valmasque, Pont de la Valmasque Voie verte, and Campus Sophi@Tech. The Azurarena is shown at the bottom right. The word 'Parcours' is written vertically on the right side.

Parcours 10 km