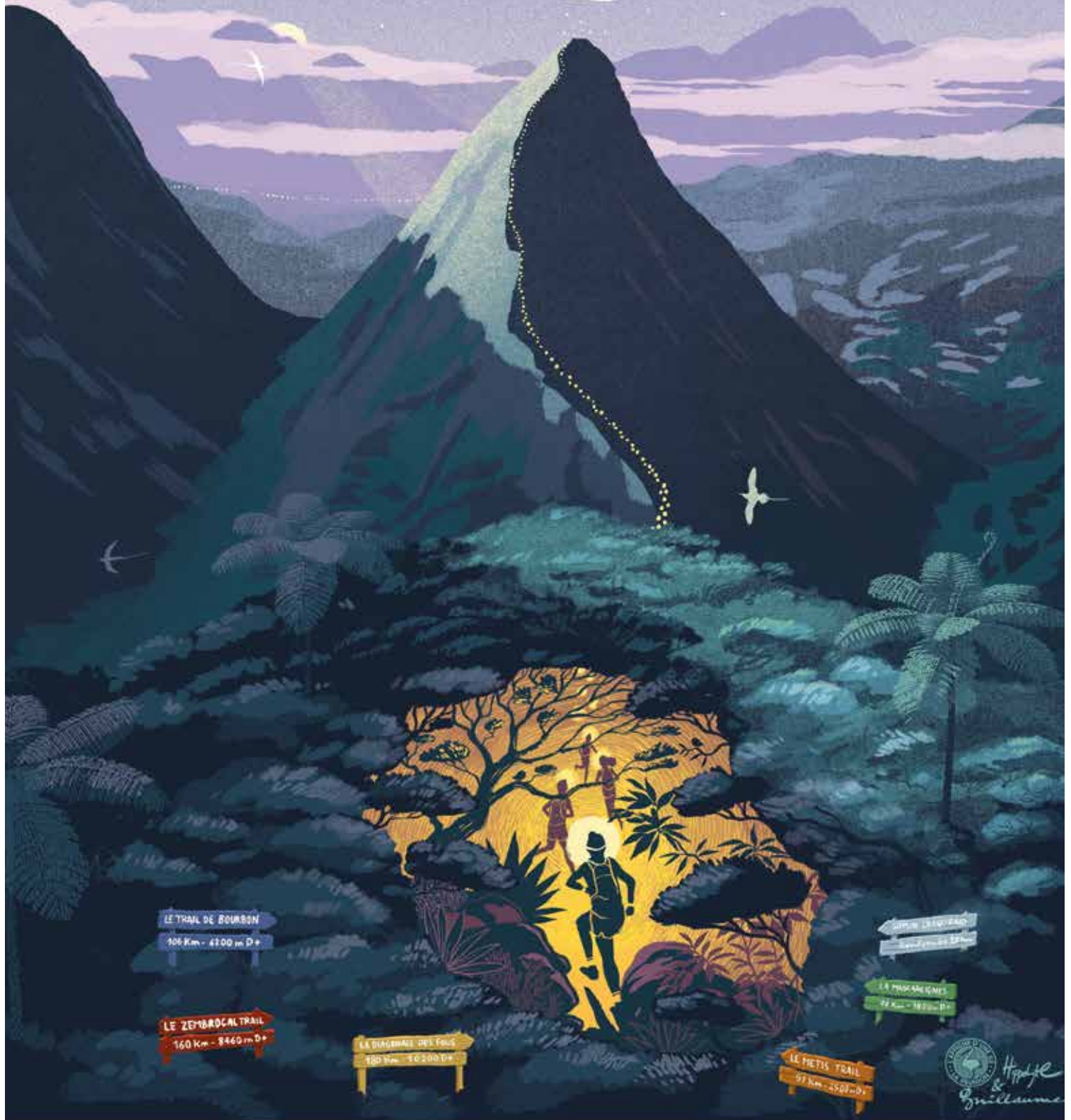


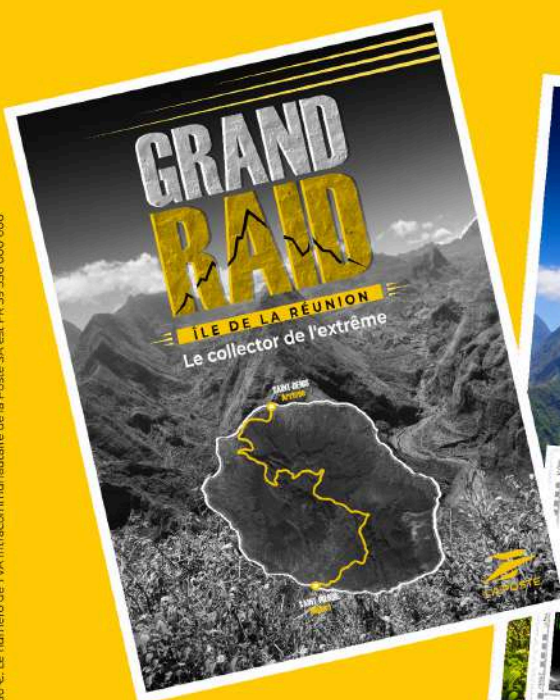
15 au 18
OCTOBRE
2026

www.grandraid-reunion.com
Grand Raid Réunion - Officiel





LE COLLECTOR DE L'EXTRÊME



Découvrez notre collector de l'extrême

8 timbres illustrés représentant les différents parcours de cette course emblématique de l'île de La Réunion

Disponible uniquement dans les bureaux de poste de La Réunion et sur laposte.fr



Chères amies, amis, compétitrices, compétiteurs, Bénévoles, partenaires et fans du Grand Raid en vos grades et qualités,

Les années se suivent et ne se ressemblent pas. L'événement 2025 a été un succès et je ne doute pas qu'avec votre aide, votre investissement personnel et la gratitude de dame nature, nous puissions cette fois encore, apporter à chacun ce qu'il est venu chercher, à la fois en participant à cette belle aventure, mais aussi en découvrant et respectant notre île.

La nouvelle équipe qui a vu le jour l'année dernière va encore une fois vous donner la preuve de sa sagacité et de son investissement sans faille, pour que tout se passe de façon conforme ; À la fois en respectant les exigences administratives nombreuses et variées, mais aussi celles des compétiteurs et bénévoles qui tendent à devenir des pros dans chacune de leurs thématiques. Nous avons amorcé un changement radical dans le fonctionnement général de notre organisation qui fête sa 34^{ème} année d'existence sous la dénomination actuelle. 2020 ayant été une année sans courses, les appartatchiks voudront bien nous excuser pour le chiffre 34 qui est l'âge déclaré à l'état de nos souvenirs.

Le chantier reste ouvert et beaucoup de choses encore sont à améliorer ou à revoir notamment en matière d'incivilités envers les personnes et territoires naturels, privés ou pas.

Je tiens ainsi, de nouveau, à remercier tout particulièrement et chaleureusement toutes ces personnes qui nous autorisent à traverser leurs propriétés. Soyez respectueux des lieux qui nous accueillent ; soyez respectueux de notre île et de ses sentiers ;

soyez respectueux car c'est l'héritage que nous devons transmettre aux générations futures. Et surtout un moyen de confirmer que le Grand Raid de La Réunion n'est pas génératrice de manquements que vous n'accepteriez pas dans vos propres maisons.

C'est pour cette raison que nous continuerons à faire passer des messages en collaboration avec le Parc National, l'O.N.F et les édiles nouvellement élus et les anciens.

Je ne le répéterai jamais assez, soyez prudents, ménagez vos efforts, soyez polis avec nos bénévoles, la fatigue n'excuse pas tout. Ce qui est exigé des autres l'est aussi pour nous bénévoles, envers les compétiteurs et accompagnants.

Je vous souhaite à toutes et tous quel que soit le côté où vous êtes engagés de partager ensemble, un bel événement sportif 2026.

Je soulignerai de nouveau, que les membres du comité du Grand Raid sont tous bénévoles, même le président. Que notre seul salaire est de constater le dimanche au moment de la remise des récompenses, la joie sur les visages ; Le fait d'avoir l'assurance que personne n'a été abandonné sur un sentier et enfin de savoir que toutes et tous, vainqueurs ou non sont à la maison avec le moins de bobos possible.

Merci à toutes et tous, soyez fiers de vos engagements que je respecte au plus haut point. Dépassez vous ! Respectez vous ! Respectez la nature et vos concurrents et rendez-vous à l'arrivée.

Sportivement,

Pierre MAUNIER, Président



PROGRAMME

15 AU 18
OCTOBRE
2026

DIAGONALE DES FOUS

TRAIL DE BOURBON

MASCAREIGNES

RELAIS ZEMBROCAL

METIS TRAIL

REMISES DES DOSSARDS

Mercredi 14 oct.
Ravine Blanche St Pierre
07h30 - 18h30

Mercredi 14 oct.
Ravine Blanche St Pierre
07h30 - 18h30

Mercredi 14 oct.
Ravine Blanche St Pierre
07h30 - 18h30

Mercredi 14 oct.
Ravine Blanche St Pierre
07h30 - 18h30

Mercredi 14 oct.
Ravine Blanche St Pierre
07h30 - 18h30

OUVERTURE DU POINTAGE

Jeudi 15 oct.
Ravine Blanche St Pierre
18h00

Vendredi 16 oct.
Cilaos
17h00

Jeudi 15 oct.
Hell Bourg
22h00

Jeudi 15 oct.
Hall François Mitterrand
14h00

Samedi 17 oct.
Saint Paul
04h30

DEPART

Jeudi 15 oct.
Rav. Blanche St Pierre
22h00

Vendredi 16 oct.
Cilaos
20h00

Vendredi 16 oct.
Hell Bourg
01h00 (1ère vague)

Jeudi 15 oct.
Mairie St Joseph
17h00

Samedi 17 oct.
Saint Paul
06h00

ARRIVEES DES PREMIERS

Vendredi 16 oct.
La Redoute
20h45 (1ère femme : 00h55 sam.)

Samedi 17 oct.
La Redoute
09h30 (1ère femme : 11h30)

Vendredi 16 oct.
La Redoute
09h15 (1ère femme : 11h00)

Vendredi 16 oct.
La Redoute
12h30 (1ère femme : 17h30)

Samedi 17 oct.
La Redoute
13h00 (1ère femme : 13h30)

ARRIVEES DES DERNIERS

Dimanche 18 oct.
La Redoute
16h00

Dimanche 18 oct.
La Redoute
14h00

Vendredi 16 oct.
La Redoute
22h15

Samedi 17 oct.
La Redoute
10h45

Samedi 17 oct.
La Redoute
20h00

REMISES DES PRIX

Dimanche 18 oct.
La Redoute
17h00

Dimanche 18 oct.
La Redoute
12h00

Samedi 17 oct.
La Redoute
12h00

Samedi 17 oct.
La Redoute
12h00

Dimanche 18 oct.
La Redoute
12h00



MASTER PARTENAIRE DU GRAND RAID DEPUIS 2015



RAIDLIGHT

100% TRAIL RUNNING

LA MARQUE DE TOUS LES FINISHERS



Série spéciale Grand Raid 2026
Maillots, shorts, sac à dos, bobs, chaussettes
Édition limitée - Made in France 

RETROUVEZ NOS PRODUITS À LA BOUTIQUE DU GRAND RAID ET EN LIGNE SUR [RAIDLIGHT.COM](https://raidlight.com)





Nos
énergies
à vos côtés

EDF master partenaire du Grand Raid.





MOT DE L'EXPERT CHARGÉ DE LA SÉCURITÉ ET PROTECTION DES SITES

L'édition 2025 du grand Raid a été une fois de plus une franche réussite ; sa dernière-née le « Métis Trail » est entrée dans nos mœurs, tant par sa grandeur que par les moyens déployés.

La plupart des participants ont pu gérer les périodes d'effort, mais aussi apprécier les bons moments de convivialité et l'ambiance qui y régnait tout le long des parcours. Aucun incident majeur n'est à déplorer ; hormis quelques évacuations sanitaires urgentes nécessaires pour le bien de ceux qui étaient en difficulté sur le plan physique.

Dans l'organisation, les organisateurs et organisatrices des courses, même si pour les deux tiers sont nouveaux, ont tout fait pour votre bien être ; chers coureurs. Ils mènent une politique active tout au long de l'année pour valoriser et mettre en sécurité les différents parcours tout en veillant à la préservation des milieux naturels en lien étroit avec le parc national et l'office national des forêts. D'ailleurs cette année quelques changements sont à opérer sur les parcours. Certains d'entre vous, diront toujours que ce n'est pas assez. Mais il ne faut pas oublier que cette aventure humaine reste et restera avant tout une course en semi-autonomie.

La perfection, n'existant pas, il y aura toujours des manquements que vous nous ferez remonter. Pas de panique, ils seront toujours pris en compte pour les nouvelles éditions. Soyez en rassurés ; le hasard est proscrit chez nous. Pour que vous puissiez en tirer le meilleur partie, l'organisation anticipe sur d'éventuels écueils que vous pourriez rencontrer, notamment en termes d'accueil et de logistique.

Sachez que le comité directeur est très sensible à vos remarques et restera toujours à votre écoute avant pendant et après cette compétition.

Messieurs les nouveaux et anciens directeurs et directrice de courses, comme l'an dernier je vous réitère mon entière confiance. Vous m'aviez démontré que vous étiez dignes et à la hauteur du rendez-vous. Pour cette année, je vous demanderai d'être encore plus attentif à la protection de notre parc national, en sensibilisant ENCORE PLUS nos coureurs, lors des différentes rencontres (remise des dossards, avant le départ). Bravo et merci, pour tout le travail accompli.

Mes chers compétiteurs, la nature que vous avez pu apprécier tout au long des différents parcours, est belle et doit le rester

si vous continuez à la préserver. L'office national des forêts et le parc national seront là pour vous rappeler à l'ordre si jamais il y a manquement de respect de CERTAINES règles de votre part. Prenez conscience que c'est l'affaire de nous tous, et continuez à protéger cette belle nature. Le Parc National, qui est l'un de nos partenaires attache beaucoup d'importance au respect et à la préservation de ce patrimoine classé au niveau mondial. Ce qui veut dire que vous êtes obligés d'en prendre grand soin, même dans vos plus petits gestes.

Enfin, je vous demanderai de rester solidaires entre vous, même si vous êtes en compétition. Vous nous l'aviez démontré à maintes reprises lors de ces dernières éditions, que cette solidarité vous l'avez, elle est ancrée en vous ; et qu'en cas de défaillance de l'un ou l'autre vous vous portez assistance mutuellement. Bravo.

Enfin, suivez votre Road book, appelez le numéro indiqué, ou déclenchez l'application « Sarah Event » que vous auriez préalablement téléchargée. De plus, notre partenaire SFR continue à mettre à votre disposition des balises que vous pouvez louer. Je rappelle que cette démarche est un acte que je qualifierai de responsable ; mais aussi un plus pour nous et pour vous, d'un point de vue sécuritaire. N'hésitez surtout pas à vous en procurer. N'oubliez pas une chose : « La sécurité n'a pas de prix ». Votre sécurité est et restera toujours au cœur de nos préoccupations.

Vous le savez : Le grand Raid est devenu au fil des années, une épreuve mythique, sensationnelle et pourvoyeuse de satisfaction personnelle, et ce, à tous les niveaux et quel que soit le rôle qu'on joue. C'est devenu même un incontournable dans la vie d'un trailer.

A vous de continuer à faire vivre cette compétition, et faire vibrer vos admirateurs.

Bonne course à vous toutes et tous, prenez bien soin de vous. Vive le grand Raid

Dominique DAMOUR

Expert chargé de la sécurité et protection des sites

PARTENAIRE OFFICIEL





La forêt nous accueille, **Protégeons-la !**

COUREZ PROPRE!

🌿 **2 627 387** passages sont comptabilisés sur les sentiers gérés par l'**ONF**!

🌿 Environ **51 %** du parcours du Grand Raid emprunte le réseau de sentiers financé par le **Département de La Réunion** et géré par l'**Office national des forêts**.

Un partenariat
historique



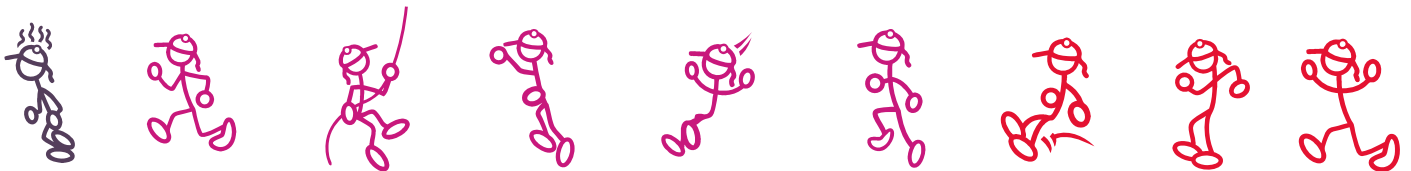
 **exo**data

Il y a ceux qui font vivre le **Grand Raid** sur les sentiers.
Et ceux qui veillent à sa disponibilité **en ligne...**

IMAZ PRESS REUNION - GRAND RAID

Exodata est fière d'héberger la plateforme du Grand Raid !

Portenaire officiel du Grand Raid. Retrouvez-nous sur www.exodata.fr




DYNA MALT
SANS ALCOOL



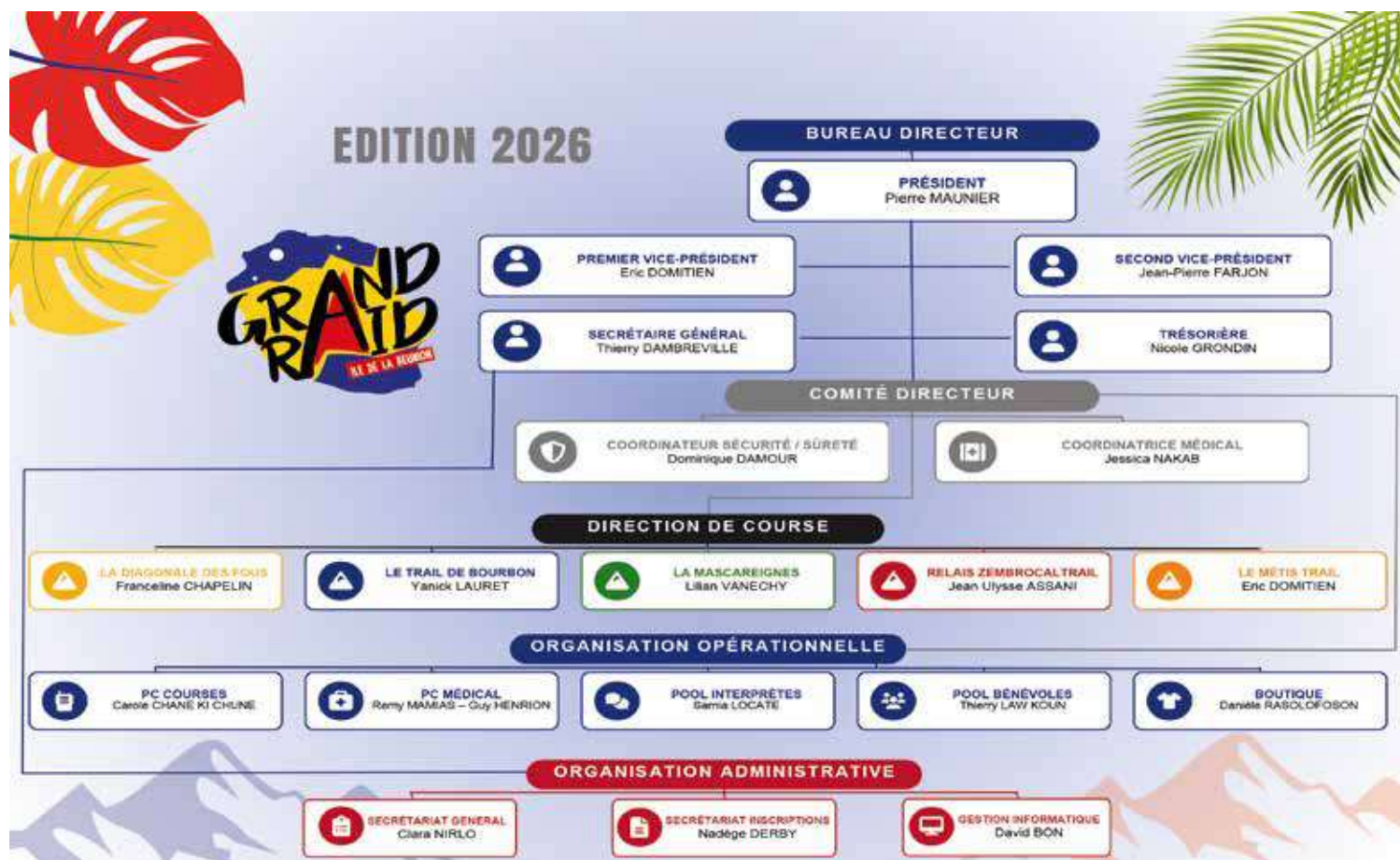
GRAND RAID
Partenaire officiel

BOISSON ÉNERGÉTIQUE
à base de malt

Visuel non contractuel.



POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE GRIGNOTER ENTRE LES REPAS. WWW.MANGERBOUGER.FR



INTERSPORT
ENGAGÉS SPORT



PARTENAIRE
OFFICIEL

6 MAGASINS SUR L'ÎLE

SAINTE-MARIE

Centre commercial
Duparc Sainte-Marie
[02 62 73 15 15](tel:0262731515)

SAINT-ANDRÉ

Zone Commerciale
"La Cocoteraie"
[02 62 73 15 15](tel:0262731515)

SAINT-PAUL

Z.A.C
Savannah
[02 62 73 15 15](tel:0262731515)

SAINT-PIERRE

2 chemin du Château
Bd Bank (face de McDonald's)
[02 62 73 15 15](tel:0262731515)

SAINT-DENIS

8 Jean Baptiste Ponama
[02 62 73 15 15](tel:0262731515)

LE PORT

2 Rue Virassamy Mounien
[02 62 73 15 15](tel:0262731515)



ENGAGÉS À VOS CÔTÉS POUR ALLER PLUS LOIN ENSEMBLE

Engagée historiquement dans les événements sportifs de ses territoires, la CEPAC est fière d'être partenaire du **Grand Raid de La Réunion** depuis 2016.



**CAISSE
D'ÉPARGNE
CEPAC**

Vous être utile.



caissedepargne-cepac.fr

Caisse d'Épargne CEPAC, Banque coopérative régie par les articles L.512.85 et suivants du Code Monétaire et Financier, Société anonyme à Directoire et Conseil d'Orientation et de Surveillance au capital de 1.100.000.000 euros - Siège social Place Estrangin-Pastré - 13006 Marseille - 775 559 404 RCS Marseille. Crédit photo : Mickaël Mussard. **MARSATWORK**

■ Le Grand Raid, course de légende parmi les plus exigeantes épreuves de trail au monde, est devenu au fil des décennies bien plus qu'une compétition sportive : le Grand Raid incarne les valeurs sportives, faites de courage, de résilience, d'effort et d'abnégation. C'est avec fierté que la Région Réunion accompagne, une nouvelle fois, cet événement emblématique qui, alliant dépassement de soi et force du collectif, porte haut les couleurs de notre île. Avec une Diagonale des Fous plus longue que jamais, l'édition 2026 s'inscrit pleinement dans cette histoire humaine synonyme de détermination, mais aussi de solidarité et de fraternité. A vous les coureurs, qui vous donnerez corps et âme aux sentiers, j'adresse un message d'encouragement et d'admiration. Chaque pas en avant, chaque instant de doute dépassé, est une victoire. A vous les bénévoles, sans qui rien ne serait possible, je veux dire avec force mon respect et ma gratitude : vous êtes les mains invisibles de cette épreuve.

Je tiens également à saluer l'engagement remarquable des organisateurs, des collectivités, des services mobilisés, des équipes de secours et de l'ensemble des partenaires qui œuvrent tout au long de l'année pour faire de ce rendez-vous une réussite exemplaire. Le Grand Raid représente à la fois un défi sportif et une aventure intérieure. Au-delà de la performance et du classement, par-delà la souffrance et la joie immense, il révèle au monde la beauté exceptionnelle de notre patrimoine naturel, tout en magnifiant cette richesse humaine et cette générosité qui font la force de La Réunion.

Que le Grand Raid continue de faire rayonner La Réunion bien au-delà de ses rivages !

Huguette BELLO
Présidente de Région



■ Chères Coureuses, Chers Coureurs,

Bienvenue sur les sentiers de La Réunion !

Le Grand Raid n'est pas seulement un défi hors norme, c'est une immersion totale au cœur d'un patrimoine naturel d'une richesse exceptionnelle.

Le Département, chef de file du développement maîtrisé des sports de nature, est fier de vous accompagner dans cette aventure humaine et sportive qui vous marquera à vie. Pour que vous puissiez vivre pleinement votre passion, une dynamique collective unique unit notre collectivité à l'ensemble des partenaires du territoire.

Pour cela, nous sommes tous réunis au sein de la Commission Départementale des Espaces, Sites et Itinéraires. Ensemble, nous œuvrons chaque jour à la préservation, l'entretien, au balisage et à la sécurisation de ces sentiers d'exception qui traversent nos Espaces Naturels Départementaux.

Mais ce terrain de jeu grandiose est aussi un écosystème fragile qu'il nous appartient de protéger. Le développement des sports de nature ne peut se concevoir sans une conscience environnementale

forte. C'est pourquoi votre rôle est essentiel. Le trail à La Réunion incarne des valeurs de respect et de partage : «si tu aimes ton terrain de jeu, tu le preserves».

Chaque foulée doit être un hommage à cette terre. En restant sur les sentiers balisés, en limitant vos déchets et en respectant la biodiversité qui vous entoure, vous devenez les premiers ambassadeurs de la sauvegarde de notre île. Le dernier exemple est la campagne TiPat «Use tes chaussures, pas la nature» avec le guide du randonneur relayé par l'ensemble de nos partenaires.

Le Grand Raid doit rester le symbole fort d'une harmonie parfaite entre performance sportive, respect de la nature et cohésion sociale. Soyons, ensemble, les gardiens dignes de cet héritage pour que les générations futures puissent à leur tour en vibrer.

Excellente course à toutes et à tous !

Cyrille MELCHIOR
Président du Conseil Départemental



▶▶ JUMELAGE COURSES PARTENAIRES ◀◀

15 AU 18
OCTOBRE
2026



ACHEMINEMENT PAR BUS

N'oubliez de prendre l'option bus. Pour cela allez dans votre espace coureur (site internet), pour vous inscrire.



JEUDI 15 OCTOBRE 2026

LA DIAGONALE DES FOUS

JEUDI 15 OCTOBRE 2026

Par l'Ouest : De Saint Denis à Saint Pierre

Par l'Est : De Sainte Marie à Saint Pierre

VILLE	HORAIRE	NOM DES ARRETS
SAINT DENIS	17h10	PARKING EN FACE DU CINÉPALMES
LA POSSESSION	17h25	MAIRIE DE LA POSSESSION (côté mer)
LE PORT	17h45	RN 7 (à côté du Centre Commercial)
SAINT PAUL	18h10	GARE ROUTIERE
ST GILLES BOUCAN CANOT	18h25	BOUCAN CANOT (côté mer)
ST GILLES les BAINS	18h35	SAINT GILLES LES BAINS (dans le Centre Ville)
ST GILLES HERMITAGE	18h45	ROND POINT JARDIN D'EDEN
LA SALINE les BAINS	18h55	LA SALINE LES BAINS (face à la Mairie Annexe)
SAINT LEU	19h10	MAIRIE
ETANG SALE les BAINS	19h30	CAMPING ETANG SALE LES BAINS
SAINT LOUIS	19h45	GARE ROUTIERE
SAINT PIERRE	20h00	TERMINUS : SALAHIN RAVINE BLANCHE

VILLE	HORAIRE	NOM DES ARRETS
SAINT PIERRE	16h15	TERMINUS : SALAHIN RAVINE BLANCHE
SAINT PIERRE	16h25	TERMINUS : SALAHIN RAVINE BLANCHE
SAINT ANDRE	16h45	GARE ROUTIERE
BRAS PANON	17h05	MARCHE DE BRAS PANON
SAINT BENOIT	17h15	GARE ROUTIERE
SAINT ANNE	17h35	EGLISE
SAINT ROSE	18h00	EGLISE
SAINT PHILIPPE	18h45	MAIRIE
SAINT JOSEPH	19h10	GARE ROUTIERE
PETITE ILE	19h30	LA CROISEE
SAINT PIERRE	20h00	TERMINUS : SALAHIN RAVINE BLANCHE



LE TRAIL DE BOURBON VENDREDI 16 OCTOBRE 2026

VILLE	HORAIRE	NOM DES ARRETS
SAINT BENOIT	10h00	GARE ROUTIERE
BRAS PANON	10h15	MARCHE DE BRAS PANON
SAINT ANDRE	10h35	GARE ROUTIERE
SAINT SUZANNE	10h55	HOTEL DE VILLE SAINT SUZANNE
SAINT MARIE	11h15	HOTEL DE VILLE SAINT MARIE (Front de Mer)
SAINT DENIS	11h40	PARKING EN FACE DU CINÉPALMES
LA POSSESSION	12h00	MAIRIE DE LA POSSESSION (côté Mer)
LE PORT	12h20	RN7 (à côté du Centre Commercial)
SAINT PAUL	12h40	GARE ROUTIERE
ST GILLES BOUCAN CANOT	13h00	BOUCAN CANOT (côté Mer)
ST GILLES les BAINS	13h15	ST GILLES LES BAINS (Centre Ville)
ST GILLES HERMITAGE	13h30	ROND POINT JARDIN D'EDEN
LA SALINE les BAINS	13h45	LA SALINE LES BAINS (côté mer)
SAINT LEU	14h05	MAIRIE
ETANG SALE les BAINS	14h30	CAMPING ETANG SALE LES BAINS
SAINT LOUIS	14h50	GARE ROUTIERE
SAINT LOUIS	15h25	ILET ALCIDIE
CILAOS	17h00	TERMINUS : RUE DES BOUGAINVILLIERS



LA MASCAREIGNES JEUDI 15 OCTOBRE 2026

VILLE	HORAIRE	NOM DES ARRETS
SAINT PIERRE	17h30	GARE ROUTIERE CASABONA
SAINT LOUIS	18h00	GARE ROUTIERE
ETANG SALE les BAINS	18h15	CAMPING ETANG SALE LES BAINS
SAINT LEU	18h35	MAIRIE
LA SALINE les BAINS	18h55	LA SALINE LES BAINS (face à la Mairie Annexe)
SAINT GILLES HERMITAGE	19h05	ROND POINT JARDIN D'EDEN
SAINT GILLES les BAINS	19h15	SAINT GILLES LES BAINS (dans le Centre Ville)
SAINT GILLES BOUCAN CANOT	19h25	BOUCAN CANOT (côté Mer)
SAINT PAUL	19h35	GARE ROUTIERE
LE PORT	19h50	RN 7 (à côté du Centre Commercial)
LA POSSESSION	20h00	MAIRIE DE LA POSSESSION (côté Montagne)
SAINT DENIS	20h15	BARACHOIS (côté Montagne)
SAINT MARIE	20h35	HOTEL DE VILLE DE SAINT MARIE (Front de Mer)
SAINT SUZANNE	20h55	HOTEL DE VILLE DE SAINT SUZANNE
SAINT ANDRE	21h10	GARE ROUTIERE
SALAZIE	22h00	TERMINUS : STADE DE HELL-BOURG

Les bus coureurs en nombre de 15, seront escortés par la Brigade Motorisée de Saint-Louis, l'escadron Départemental de Sécurité Routière du Sud-Océan-Indien avec le soutien de la Gendarmerie Nationale, de la Police Municipale de Saint-Louis et de la Police Municipale de Cilaos. Le covoiturage est également conseillé. Pensez à prendre l'option bus en vous rendant dans votre espace coureur (site internet), pour vous inscrire.



SAMEDI 17 OCTOBRE 2026

METIS TRAIL

SAMEDI 17 OCTOBRE 2026

Par le Nord/Est : De Saint Benoît à Saint Paul

Par le Sud : De Saint-Joseph à Saint-Paul

VILLE	HORAIRE	NOM DES ARRETS
SAINT BENOIT	02h30	GARE ROUTIERE
BRAS PANON	02h45	MARCHE DE BRAS PANON
SAINT ANDRE	03h00	GARE ROUTIERE
SAINT SUZANNE	03h15	HOTEL DE VILLE STE SUZANNE
SAINT MARIE	03h30	HOTEL DE VILLE STE MARIE (Front de Mer)
SAINT DENIS	03h50	BARACHOIS (côté mer)
LA POSSESSION	04h05	MAIRIE DE LA POSSESSION (côté mer)
LE PORT	04h15	RN 7 (à côté du Centre Commercial)
SAINT PAUL	04h30	TERMINUS : GROTTES DU PEUPLEMENT

VILLE	HORAIRE	NOM DES ARRETS
SAINT JOSEPH	01h30	GARE ROUTIERE
PETITE ILE	01h50	LA CROISEE
SAINT PIERRE	02h10	GARE ROUTIERE (Cars jaunes)
SAINT LOUIS	02h25	GARE ROUTIERE
ETANG SALE	02h35	CAMPING ETANG SALE les BAINS
SAINT LEU	02h55	MAIRIE
LA SALINE les BAINS	03h15	LA SALINE les BAINS (face à la Mairie Annexe)
HERMITAGE SAINT GILLES	03h25	ROND POINT JARDIN D'EDEN
SAINT GILLES les BAINS	03h35	SAINT GILLES les BAINS (centre ville)
BOUCAN CANOT	03h45	BOUCAN CANOT (côté Montagne)
SAINT PAUL	04h30	TERMINUS : GROTTES DU PEUPLEMENT

MOTS DES MAIRES



Chaque année, notre ville de Saint-Pierre vibre au rythme d'un rendez-vous devenu incontournable : le Grand Raid. Cette édition 2026 s'inscrit dans la continuité d'une coopération solide et renouvelée entre notre commune, l'Office de Tourisme de Saint-Pierre, l'OTSL et l'ensemble de l'association du Grand Raid, ainsi que ses fidèles partenaires. C'est grâce à cette alliance de longue date, faite de confiance et d'engagement mutuel, que cette manifestation continue de grandir et de rayonner bien au-delà de nos frontières.

Le Grand Raid, c'est bien sûr une aventure sportive hors norme, où nos coureurs repoussent les limites de l'endurance à travers les paysages spectaculaires de notre île. Mais c'est aussi, et surtout, une grande fête populaire, joyeuse et fédératrice. Toute la ville se pare aux couleurs de l'événement : affichages dans les rues, animations sur les places, commerces mobilisés. Nos acteurs économiques locaux, commerçants, restaurateurs, artisans, jouent pleinement le jeu et contribuent, grâce notamment aux

dotations spécifiques réservées (DSR), à faire de ces animations un moment convivial et chaleureux pour tous les habitants comme pour les visiteurs. Cet événement est également une formidable vitrine pour notre territoire. Il met en lumière la beauté et la diversité du Sud de l'île, et plus particulièrement de Saint-Pierre, porte d'entrée naturelle de cette grande aventure humaine. Nous nous réjouissons de tous les partenariats noués autour de cette promotion touristique, qui rayonne loin à la ronde et attire chaque année davantage de visiteurs séduits par notre art de vivre.

Enfin, je tiens à saluer avec une profonde admiration l'ensemble des coureurs qui, par leur courage, leur détermination et leur passion, donnent tout leur sens à ces courses hors du commun. À toutes et à tous, bon Grand Raid 2026 !

David LORION
Maire de Saint-Pierre



Saint-Joseph, terre de départ et terre de caractère

Chaque année, le Grand Raid écrit de nouvelles histoires humaines. Des histoires de dépassement de soi, d'entraide, de persévérance et de passion. Des valeurs que le Zembrocal Trail incarne parfaitement à travers cette aventure collective où quatre coureurs avancent ensemble vers un même objectif.

C'est avec une grande fierté que Saint-Joseph accueille une nouvelle fois le départ de cette épreuve emblématique. Ici, à l'extrémité sud de l'île, dans la ville la plus australe des départements français et du territoire de l'Union Européenne, les participants découvrent dès les premiers kilomètres un territoire authentique, façonné par une nature spectaculaire et préservée.

Le Zembrocal Trail possède une dimension particulière.

Courir à quatre, se relayer, s'encourager, avancer ensemble malgré la

fatigue... cette aventure collective fait écho aux valeurs qui nous rassemblent : l'entraide, la confiance et le goût de l'effort partagé.

À travers cet événement de renommée internationale, notre commune contribue au rayonnement de La Réunion et met en lumière les richesses naturelles, humaines et culturelles qui font la singularité du Sud Sauvage.

Je souhaite à l'ensemble des équipes engagées de vivre pleinement cette expérience unique. Que chaque relais soit l'occasion de puiser dans la force du collectif, de profiter des paysages qui vous entourent et de porter haut les valeurs qui font la grandeur de cette épreuve.

Mes remerciements vont à l'organisation du Grand Raid, aux bénévoles, aux partenaires et à tous ceux qui œuvrent pour faire de cette manifestation un succès reconnu bien au-delà de nos frontières.

Au nom de la Ville de Saint-Joseph, je vous souhaite une excellente course et de très belles émotions sur les sentiers de La Réunion.

Patrick LEBRETON

Maire de Saint-Joseph



La Diagonale des Fous : une traversée au cœur du Tampon

La Diagonale des Fous est bien plus qu'une course. Au fil des années, elle s'est imposée comme un rendez-vous incontournable du sport de pleine nature et une aventure humaine reconnue bien au-delà de notre île. Elle rassemble des coureurs venus de tous horizons, animés par une même volonté : repousser leurs limites, traverser des paysages exceptionnels et vivre une expérience hors du commun.

Le passage par Le Tampon constitue une étape marquante de cette traversée. Notre commune offre aux participants un terrain à la fois exigeant et généreux : celui des Hauts, de leurs reliefs, de leurs sentiers, de leurs panoramas et de cette nature préservée qui fait la richesse de La Réunion.

Mais la Diagonale des Fous ne se mesure pas uniquement à la performance sportive. Elle est aussi l'expression d'un formidable élan collectif. Derrière chaque coureur se trouvent des bénévoles, des associations, des familles, des agents municipaux et des habitants qui se mobilisent pour accueillir, encourager et accompagner les participants.

Cette mobilisation incarne une valeur essentielle de notre territoire : la solidarité. Elle révèle aussi ce qui fait l'identité du Tampon : une ville dynamique, accueillante, profondément attachée à son environnement et heureuse de partager la richesse de son patrimoine naturel.

La municipalité du Tampon est fière d'accompagner les initiatives qui favorisent la pratique sportive et les valeurs qu'elle véhicule : le courage, la persévérance, le respect, l'humilité, la solidarité et le partage.

À toutes celles et ceux qui prendront le départ de cette nouvelle édition, j'adresse mes encouragements les plus sincères. Que cette aventure soit pour chacun un moment de dépassement de soi, de découvertes et d'émotions.

Je tiens également à saluer chaleureusement les bénévoles ainsi que l'ensemble des acteurs mobilisés, dont l'engagement contribue, année après année, à la réussite de cet événement.

Le Tampon est heureux de prendre part, à sa manière, à cette aventure exceptionnelle qui fait rayonner La Réunion bien au-delà de ses frontières.

Alexis CHAUSSALET

Maire du Tampon



Cilaos, au creux de La Réunion, dans le cœur des Raideurs et Traileurs !

Cette année, le Grand Raid ne fera que surplomber notre beau cirque. Le passage de cette mythique course dans notre territoire n'est pas seulement une tradition : c'est un moment de fierté, de rassemblements, d'émotions partagées entre coureurs, bénévoles, familles et tout un village qui se mobilise et vibre au rythme des foulées, aux lumières des frontales dans la nuit.

Cilaos a toujours su montrer sa résilience, cette terre inspire les hommes et les femmes qui la foulent, dans nos sentiers. Notre nom malgache, Tsilaosa, nous rappelle que « le lieu où l'on ne vient pas par hasard, que l'on ne quitte pas » est un symbole puissant. Rien n'efface ce que représente notre cirque dans l'histoire du Grand Raid, du Trail Réunionnais. Ce « petit au revoir » n'est pas une fin. C'est une transition, un virage avant un plus beau retour, renouvelé. Nous savons que tôt ou tard, les Raideurs et Raideuses

retrouveront nos sentiers, nos bénévoles retrouveront leurs postes, et nos familles retrouveront cette magie qui fait du passage à Cilaos un moment unique.

Aux Traileuses et Traileurs de Bourbon, nous nous réjouissons de vous accueillir pour le départ de votre folle aventure. Nous nous engageons à vous donner la force nécessaire pour ce périple. Avec un départ à Cilaos, zot i tienbo, zot' i larg pa ! La Commune se mobilisera.

Nous souhaitons bonne chance à toutes les personnes qui vont participer, et particulièrement à celles natives de Cilaos. Nos champions péi continuent de nous faire briller, et c'est avec fierté que je les encourage.

Cilaos vous attend. Et Cilaos saura accueillir, encore une fois, comme depuis des années, ce rendez-vous que personne n'oublie.

Laïla NASSIBOU,

Maire de Cilaos

MOTS DES MAIRES



Chères Raideuses, chers Raideurs,

À chaque édition du Grand Raid, Salazie devient bien plus qu'une étape : notre commune est le cœur rayonnant de cette aventure exceptionnelle.

En traversant notre cirque, vous découvrirez des paysages parmi les plus remarquables de La Réunion. Entre les forêts primaires de Bélouve, les reliefs du Cap Anglais, les sentiers menant au Piton des Neiges, les remparts vertigineux et le village de Hell-Bourg, classé parmi les Plus Beaux Villages de France, les chemins qui relient nos îlets, chaque kilomètre vous offrira un spectacle unique où la nature révèle toute sa majesté.

À Salazie, la montagne est à la fois exigeante et généreuse. Elle met les corps à l'épreuve, mais récompense chaque effort par des panoramas d'une unique beauté.

Tout au long de votre parcours, vous serez portés par les encouragements des Salaziennes et des Salaziens, des bénévoles, des associations et des

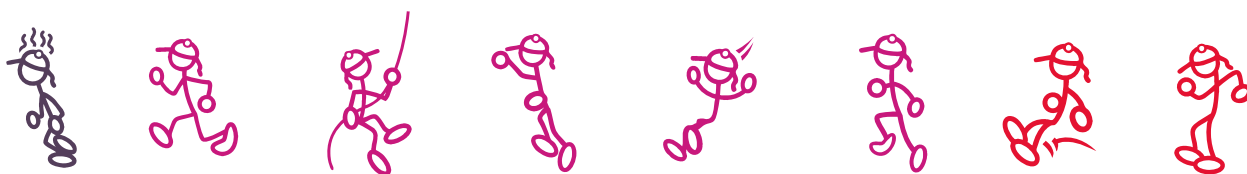
services communaux à qui j'adresse mes plus sincères remerciements. Leur mobilisation témoigne de l'attachement profond de notre commune au Grand Raid et des valeurs qui l'animent : la solidarité, le dépassement de soi et le respect de nos hautes montagnes.

Au nom du Conseil municipal et de toute la population, je vous souhaite de vivre pleinement cette traversée de Salazie. Que la beauté de nos paysages vous inspire et la chaleur de notre accueil vous ressourcent jusqu'à la ligne d'arrivée.

Bonne course à toutes et à tous, et que votre passage à Salazie demeure l'un des plus beaux souvenirs de votre Grand Raid.

Sidoleine PAPAYA

Maire de Salazie



CHAQUE JOUR DANS VOTRE

Le Quotidien
DE LA RÉUNION ET DE L'Océan Indien

RETROUVEZ TOUTE
L'ACTUALITÉ SPORTIVE

ET LE 1^{ER} MARDI DE CHAQUE MOIS, VOTRE SUPPLÉMENT

SPORTS

EN PARTENARIAT AVEC
L'ÉQUIPE

Pendant le Grand Raid,
Suivez les exploits
des raiders en live
sur notre site **lequotidien.re**
et sur nos applis Google et Android

PHOTO GIL VICTOIRE



Chères coureuses, chers coureurs,

Il y a des territoires qui se découvrent. Et puis il y a des territoires qui se méritent. Saint-Paul fait partie de ceux-là.

Cette année encore, notre commune se trouve au cœur de l'une des plus grandes aventures sportives au monde. Le Grand Raid traversera nos paysages grandioses : du Cirque de Mafate à l'îlet de Roche Plate, jusqu'à la redoutable ascension du Maïdo, avant de rejoindre Sans Souci.

Quant au Métis Trail, il offrira un condensé de ce qui fait l'identité et l'histoire de notre Ville première du Peuplement à La Réunion : de la Grotte des Premiers Français au chemin du Tour des Roches, du chemin Pavé Loughnon à Bellemène, avant de descendre vers le chemin Macabit.

Deux parcours pour une même exigence. Ici, la performance se vit au rythme des dénivelés. Du battant des lames au sommet des montagnes. Le sport s'incarne dans chaque montée. Dans chaque souffle. Dans chaque pas.

Nos sentiers sont magnifiques. Ils sont aussi exigeants. Et c'est cette exigence qui forge les plus belles réussites. Cette passion du sport fait partie de l'ADN de Saint-Paul.

Avec près de 110 000 habitants, plus de 25 000 licenciés, plus de 350 clubs et 65 disciplines, notre terre de sport rayonne bien au-delà de La Réunion. Nous sommes ainsi la seule collectivité d'Outre-mer à avoir obtenu les quatre lauriers du label Ville Active et Sportive.

À toutes celles et ceux qui s'élanceront bientôt, je vous souhaite de trouver la force d'aller au-delà de la ligne d'arrivée. Car à Saint-Paul, on ne traverse pas seulement des sentiers. On les affronte. On les vit. On les dépasse. Nou tyinbo, nou larg pa !

Emmanuel SÉRAPHIN

Maire de Saint-Paul



Chères raideuses, chers raideurs,

Le Grand Raid est bien plus qu'une course. Il est l'expression d'un dépassement de soi, d'une rencontre entre l'Homme et la nature, et d'un

formidable symbole de ce que La Réunion offre de plus précieux : des pitons, cirques et remparts reconnus au Patrimoine immatériel de l'UNESCO, une biodiversité unique au monde et des femmes et des hommes profondément attachés à leur territoire.

À La Possession, nous avons la chance d'accueillir une partie de cette aventure exceptionnelle. De la Grande Chaloupe aux sentiers du Chemin des Anglais, de Dos d'Âne aux portes de Mafate, notre commune est un territoire où la beauté des paysages s'accompagne d'une responsabilité collective : celle de préserver un patrimoine naturel fragile et de respecter celles et ceux qui y vivent au quotidien.

Le Grand Raid est une fierté pour La Réunion. Préserver cette fierté suppose un engagement collectif en faveur du respect. Respect de notre environnement, de notre biodiversité, de nos sentiers, de nos agriculteurs, de nos habitants et de tous les riverains qui acceptent, chaque année, de

partager leur cadre de vie pour faire vivre cette aventure unique. Chacun, organisateurs, bénévoles, accompagnateurs, spectateurs comme coureurs, a sa part de responsabilité pour que cette grande fête sportive reste aussi une réussite humaine et environnementale.

La Ville de La Possession est fière de contribuer à cet événement international, tout en affirmant une conviction forte : les grands événements d'aujourd'hui doivent conjuguer performance sportive, exemplarité écologique et respect des territoires qui les accueillent.

Je veux également saluer l'engagement des centaines de bénévoles, des associations, des services publics, des forces de sécurité, des secours et de tous les partenaires qui rendent cette aventure possible. Leur mobilisation est la preuve que le Grand Raid est avant tout une aventure collective.

À vous, raideuses et raideurs, je souhaite de vivre une expérience intense, exigeante et inoubliable. Que chaque kilomètre parcouru soit aussi l'occasion de découvrir, d'aimer et de respecter cette terre exceptionnelle qui vous accueille.

Gayar Grand Raid Zot tout !

Erick FONTAINE

Maire de La Possession



Chaque année, les sentiers de La Réunion racontent une même histoire : celle de femmes et d'hommes qui avancent, pas après pas, vers un objectif qui semblait parfois inaccessible.

Le Grand Raid est bien plus qu'une compétition sportive. C'est une aventure humaine faite de persévérance, de courage et de solidarité. Derrière chaque départ, il y a des mois d'entraînement et de sacrifices. Derrière chaque arrivée, il y a des doutes surmontés et la satisfaction d'être allé au bout de soi-même.

À Saint-Denis, cette histoire trouve un écho particulier auprès de notre jeunesse. Chaque année, de nombreux jeunes suivent l'épreuve, encouragent un parent, un frère, une sœur, un ami. Certains prennent eux-mêmes le départ des courses qui leur sont dédiées. Tous découvrent, à leur manière, que les plus beaux accomplissements naissent, aussi, de la confiance que l'on accorde à ses rêves.

Parce que nous croyons au pouvoir du sport pour faire grandir, rassembler et émanciper, nous faisons de l'accès à la pratique sportive une priorité.

Cette ambition s'exprime à travers le soutien aux clubs, la rénovation des équipements, mais aussi des événements comme le Marmay Run ou les Jeux des Villes, dont nous avons remporté la première édition et que nous aurons plaisir à accueillir l'an prochain. À travers cela, nous souhaitons offrir à nos jeunes les moyens de trouver leur place, de développer leurs talents et, surtout, de croire en leur potentiel.

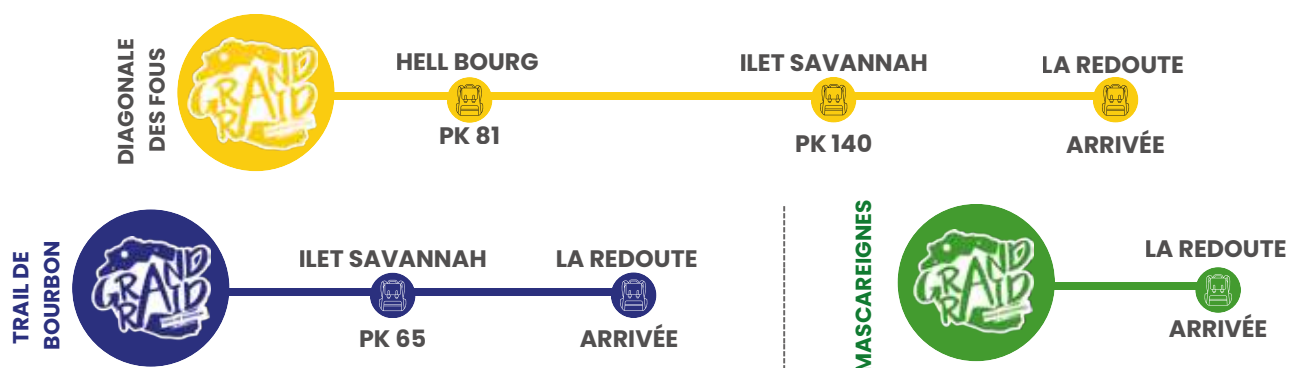
À vous, raideuses et raideurs, alors que notre île se prépare à vibrer une nouvelle fois au rythme de vos pas, je vous souhaite une magnifique aventure. Au-delà des performances et des classements, votre engagement rappelle que les défis les plus exigeants se relèvent avec patience et détermination. C'est une source d'inspiration précieuse pour nos jeunes, qui trouvent dans ces parcours l'envie de croire en leurs capacités et d'oser tracer leur propre chemin, pas après pas.

Ericka BAREIGTS

Maire de Saint-Denis



SACS DE RECHANGE



- Le sac ne doit pas peser **plus de 5kg**, et ne contenir aucun objet de valeur
- Vous pouvez remettre, lors de votre départ du site assistance, le **sac de rechange contenant vos affaires sales**.
- Il sera déposé, à l'arrivée, à La Redoute
- Les renseignements (**nom, dossard, destination**) doivent toujours figurer dessus.
- Bien **signaler aux bénévoles tout retrait ou dépôt de sac** de rechange
- Les sacs seront à récupérer à la Redoute après la fermeture des courses. Sinon ils seront détruits par mesures d'hygiène.

Une étiquette autocollante vous sera fournie par l'organisation **à la remise des dossards**. Il faudra la coller sur le sac de rechange car elle contient un code barre qui facilitera la gestion de ces sacs.

ARRIVÉE À L'AÉROPORT ROLAND GARROS

Concurrents métropolitains et étrangers, vous êtes attendus à l'aéroport Roland Garros avec vos accompagnateurs.

Après récupération des bagages, à la sortie de l'aéroport, ne manquez pas les bénévoles avec leurs T-shirts et leurs pancartes. Ils vous guideront vers le lieu de réception.

Les bénévoles vous accueilleront pour vous offrir café, thé, spécialités créoles (et même punch pays !).

Le Président ou son représentant vous donnera les dernières informations sur les parcours, la météo, l'état des sentiers...

Roland Garros : premier poste de ravitaillement de la Diagonale des Fous, du Trail de Bourbon, de la Mascareignes, du Zembrocal Trail et du Métis Trail.

REMISE DES DOSSARDS

La remise des dossards du mercredi est un moment fort où tous les participants se retrouvent ensemble. Elle se tiendra cette année, comme l'année dernière, le mercredi 14 octobre, au site de Ravine Blanche à Saint-Pierre.

Chaque concurrent recevra une casquette, un T-shirt (+ un débardeur pour la Diagonale) pour la course, ainsi que des sacs d'assistance (3 pour la Diagonale des Fous, 2 pour le Trail de Bourbon et 1 pour la Mascareignes). Après ces formalités obligatoires, vous passerez, si vous le souhaitez, devant les stands des partenaires qui vous remettront des cadeaux sympathiques.

Rappel :

- Avant de retirer votre dossard, vous devrez vous munir de votre sac de course avec l'intégralité de votre matériel obligatoire, que vous présenterez au contrôle.
- Pour retirer le dossard, vous devrez obligatoirement présenter votre pièce d'identité et votre convocation (si vous ne l'avez pas, vous pouvez la télécharger depuis votre espace coureur).
- Votre présence est indispensable, car un bracelet de reconnaissance individuelle sera fixé à votre poignet.

CONCERNANT LE ZEMBROCAL TRAIL : les 4 coéquipiers du Zembrocal Trail sont invités à venir retirer leur dossard le **mercredi 14 octobre, de 7h30 à 18h30**, à Saint-Pierre. Ils seront soumis à la vérification de leur sac.

LES HORAIRES DE REMISE DES DOSSARDS :

Mercredi 14 octobre 2026, pour toutes les courses, de 7h30 à 18h30, sur le site de Ravine Blanche à Saint-Pierre. Cinq courses sont concernées : la Diagonale des Fous, le Trail de Bourbon, la Mascareignes, le Zembrocal Trail et le Métis Trail.

Nota : aucun dossard ne sera délivré en dehors des horaires mentionnés ci-dessus.

« La Boutique du Grand Raid vous réservera le meilleur accueil... et vous pourrez découvrir la nouvelle collection, ainsi que des idées cadeaux... »

SACS DE RECHANGE

Dépose des sacs de rechange :

LA DIAGONALE DES FOUS : vous pouvez déposer au départ, à Saint-Pierre, un sac de rechange pour chacun des trois points suivants : Hell Bourg, Ilet Savannah, la Redoute.

LE TRAIL DE BOURBON : vous pouvez déposer au départ, à Cilaos, un sac de rechange pour Ilet Savannah et un pour la Redoute.

LA MASCAREIGNES : vous pouvez déposer au départ, à Hell-Bourg, un sac de rechange pour la Redoute.

Important : bien étiqueter chaque sac de rechange : nom, numéro de dossard, destination.

- Le sac ne doit pas peser plus de 5 kg et ne doit contenir aucun objet de valeur (argent, appareil photo, téléphone portable, etc.) : l'organisation ne sera pas responsable d'éventuels vols.
- Vous pouvez remettre, lors de votre départ du site assistance, le sac de rechange contenant vos affaires sales. Il sera déposé, à l'arrivée, à la Redoute.

Attention : les renseignements (nom, dossard, destination) doivent toujours figurer dessus.

- Bien signaler aux bénévoles tout retrait ou dépose de sac de rechange.
- N'oubliez pas de récupérer vos sacs de rechange à la Redoute. 24 h après la fermeture des courses, ils seront détruits pour des raisons d'hygiène.

DÉPART

Acheminement par Bus au départ :

- N'oubliez pas de réserver votre place ! Pour cela, sélectionnez l'option « bus » dans votre espace coureur (site internet) avant le 09 octobre 2026.
- Les bus (Diagonale des Fous, Mascareignes, Trail de Bourbon, Métis Trail) passent à l'heure ! Soyez présents suffisamment tôt : *ils n'attendront pas.*

Sites de départ :

Vous avez deux opérations à effectuer lorsque vous pénétrez dans les zones de départ :

- 1 - **Déposez vos sacs de rechange :** Prenez bien soin de lire la destination des camions :
 - Diagonale des Fous : Hell-Bourg, Ilet Savannah, la Redoute.
 - Mascareignes : la Redoute.
 - Trail de Bourbon : Ilet Savannah, la Redoute.

2 - **Pointage électronique :** N'oubliez pas de passer au pointage... C'est la preuve que vous avez bien pris le départ.

RÈGLEMENT PARTICULIER DU ZEMBROCAL TRAIL :

Sacs de rechange : il n'est pas prévu de doter les coureurs de sac de rechange. Cette organisation incombe à l'équipe elle-même.

Acheminement sur les lieux de départ de chaque partie de parcours : Les coureurs pourront emprunter en priorité les navettes mises à disposition gratuitement par l'organisation pour se rendre au poste de relais du parking du Nez de Bœuf depuis Bourg-Murat (parking face au grand kiosque). Pour ce poste, les navettes seront disponibles entre Bourg-Murat et l'aire de Nez de Bœuf, à raison d'une rotation toutes les 30 minutes, du **jeudi 15 octobre à 18h au vendredi 16 octobre à 12h00**. Ces navettes sont là aussi bien pour les relayeurs que pour les accompagnateurs.

Aucun véhicule ne pourra accéder à la zone de gestion des épreuves sans macaron ni accréditation. **La route forestière du Volcan (RF5) sera fermée par arrêté préfectoral du jeudi 15 octobre 2026 à 15h00 au vendredi 16 octobre 2026 à 12h00.**

MATÉRIEL OBLIGATOIRE

Tout coureur doit avoir en permanence, de jour comme de nuit, l'ensemble du matériel obligatoire tel que décrit à l'article 16 du règlement, ainsi que le bracelet de reconnaissance au poignet et les puces électroniques fixées au sac de course et au dossard.

- 1 lampe frontale ou torche avec piles ou batteries de rechange,
- 1 réserve d'eau d'un minimum de 1,5 L,
- 1 sifflet avec ou sans cordon,
- 1 téléphone portable avec une capacité de chargement suffisante pour l'ensemble de votre course, sur lequel il est fortement recommandé de télécharger l'application d'urgence médicale « Sara Event »,
- 2 bandes de strapping adhésif (type Elastoplast) pour la Diagonale des Fous et le Trail de Bourbon, et 1 bande pour la Mascareignes ainsi que pour le Métis Trail et le Zembrocal Trail (par équipier), d'une longueur minimale de 2,50 m et d'une largeur de 6 à 8 cm,
- 1 réserve alimentaire constante et suffisante pour relier les points de ravitaillement,
- 1 vêtement de pluie imperméable avec capuche et coutures thermosoudées (coupe-vent à proscrire : protection insuffisante),
- 1 vêtement chaud type « seconde peau » à manches longues, en tissu technique adapté à l'environnement,
- 1 gobelet réutilisable,
- 1 pièce d'identité,
- 2 couvertures de survie d'une dimension minimale de 1,4 m x 2 m.

Conseillé :

- À toute fin utile, un minimum d'argent.
- Le carnet de route.
- Une seconde lampe frontale ou torche avec piles ou batteries de rechange.
- 1 pull.
- 1 briquet.
- 1 bout de ficelle pour réparations éventuelles.
- 1 second gobelet (un pour le chaud, un pour le sec).
- 1 crème solaire.
- 1 crème anti-frottement.
- Vêtements de rechange si vous n'avez pas déposé de sacs de rechange.

Rappel : l'usage de tout bâton est interdit tout le long du parcours, et il est formellement interdit de couper des branches pour en faire office.

ABANDONS

Cela peut arriver à tout un chacun !

- Tout concurrent qui abandonne verra son dossard perforé et la puce de son sac récupérée.

Votre abandon doit absolument être enregistré, sous peine d'engager des recherches pour vous retrouver, ce qui a un impact sur l'emploi des moyens de secours. Soyez donc rigoureux et pensez systématiquement à confirmer votre abandon.

- L'organisation ne « rapatrie » que les concurrents ayant abandonné : de Hell Bourg vers Saint-Denis, de Deux-Bras vers la Rivière des Galets, et du Col des Bœufs vers Grand-Ilet, en utilisant les transporteurs agréés.

- **Abandons dans Mafate :** entre le départ du sentier du Taïbit (Col des Bœufs) et le départ

du Sentier Scout (sortie de Dos d'Âne), aucun accès en voiture n'étant possible, seuls les concurrents incapables de se déplacer pour cause de blessure pourront, après accord médical, être pris en charge par hélicoptère (vers l'hôpital le plus proche). Les autres, après avoir été pris en charge par le staff médical, devront quitter le poste au plus tard au moment de sa fermeture pour rallier une sortie du cirque.

- **Abandons sur Maïdo :** les navettes mises en place partiront du premier parking du Maïdo vers le croisement de la route forestière du Maïdo (RF8) et de la route forestière des Tamarins (RF9), à partir duquel les compétiteurs devront s'organiser par eux-mêmes.
- **Abandons sur le Zembrocal Trail :** les compétiteurs qui abandonnent se rendront par leurs propres moyens vers les lignes de bus qui se trouvent sur les parcours.
- **Abandons à Ilet Savannah :** les compétiteurs devront engager une marche d'à peu près 1 km en empruntant la route de Mafate pour prendre le bus qui les conduira au parking Expobat de Saint-Paul.

L'abandon sur nos courses est une conséquence possible des difficultés rencontrées, qu'il ne faut pas négliger. En cas d'abandon, il est donc fortement recommandé aux compétiteurs de disposer de suffisamment d'argent et d'un téléphone portable avec une capacité de rechargement suffisante, afin de pouvoir être rapatriés en dehors des moyens mis en place par l'organisation si nécessaire. L'application Sara Event est mise à votre disposition ; il est également fortement recommandé de la télécharger pour votre sécurité.

PROPRETÉ

La Diagonale des Fous, le Trail de Bourbon, la Mascareignes, le Zembrocal Trail et le Métis Trail sont des courses propres.

- Les sentiers et les alentours des postes de ravitaillement doivent être aussi propres après le passage des concurrents qu'avant leur passage. Buvez et mangez dans l'enceinte des postes de ravitaillement, et déposez vos déchets dans les poubelles.
- Le biodégradable pollue. Nous vous rappelons qu'une partie des courses du Grand Raid se déroule en tout ou partie dans le « cœur » du Parc national de La Réunion, qui fait partie du bien inscrit au patrimoine mondial par l'UNESCO (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization – en français, l'Organisation des Nations unies pour l'éducation, la science et la culture).

Compte tenu du caractère exceptionnel de ces territoires, il est de la responsabilité de chacun de respecter un socle de règles minimales destinées à assurer la protection des paysages et de la biodiversité qui les occupent. Parce qu'ils appartiennent à tous, ces patrimoines (naturels, culturels et paysagers) méritent l'attention et le respect de chacun.

Protéger le « cœur » du Parc national, c'est respecter les règles qui assurent la sauvegarde

de ses richesses naturelles, biologiques et paysagères. Les contrevenants s'exposent à des sanctions pénales.

- L'article 17 du règlement de course de notre association prévoit des sanctions contre les pollueurs. Les sanctions peuvent aller jusqu'à la disqualification de la course. Nous serons très vigilants sur ce point et répressifs contre les éventuels contrevenants.

ARRIVÉE À LA REDOUTE

- Ne manquez pas le pointage électronique à l'arrivée. Vous recevrez votre tee-shirt et votre médaille et bénéficierez d'un ravitaillement marathon remis au goût du jour.
- Récupérez votre ou vos sacs de rechange. Ils seront détruits dans les 24 h suivant la fermeture de la Redoute.
- Vous pouvez vous alimenter au restaurant réservé aux finishers, situé dans la partie basse du stade (gratuit sur présentation du bon donné avec le T-shirt arrivée).
- Un restaurant payant est à disposition des accompagnants près du podium.
- L'assistance médicale (médecin, kinés) est à votre disposition dans les bâtiments situés le long du stade.
- Respectez le(s) site(s) : utilisez les poubelles et les bennes pour vos déchets.

REMISES DES RÉCOMPENSES

Ne manquez pas les remises des récompenses !

Moment festif et convivial, elles se tiendront sur le stade de La Redoute :

Samedi 17 octobre :

12 h : Mascareignes et Zembrocal Trail

Dimanche 18 octobre :

12 h : Métis Trail et Trail de Bourbon

17 h : Diagonale des Fous

La cérémonie de la Diagonale des Fous s'achèvera en beauté par un feu d'artifice.

BOUTIQUE

Pour vous procurer un souvenir de ce fabuleux évènement, la boutique est ouverte lors de la remise des dossards à St-Pierre et sur le stade de La Redoute.

EN TRAVERSANT L'ÎLE
VOUS TROUVEREZ

**TOUJOURS
DES PRIX BAS**

E.Leclerc

ENGAGÉ À DÉFENDRE TOUT
CE QUI COMPTE POUR VOUS

SAINT-DENIS / LE BUIR

LA RÉSERVE / SAINT-MARIE

**17
MAGASINS**

LE PORTAIL / PITON ST-LEU

RAVINE DES CABRIS

TAMPON CENTRE-VILLE

LES CASERNEES
SAINT-PIERRE

LES TERRASS / SAINT-JOSEPH

LE PÔLE INTERPRÈTE : QUAND LE GRAND RAID PARLE TOUTES LES LANGUES

Le Grand Raid de La Réunion accueille chaque année près de 7 100 radeurs représentant 40 nationalités, venus se confronter aux 175 km de la Diagonale des Fous et aux quatre autres courses de l'événement. Derrière cette dimension internationale, depuis 2021, un dispositif discret mais essentiel veille au bon déroulement de la course pour les coureurs étrangers : le «Pôle Interprète».

Une réponse à un besoin identifié sur le terrain

Le Pôle Interprète est né en 2021 d'un constat simple : sous l'effet de la fatigue, de l'altitude et de la nuit, la barrière de la langue peut devenir un vrai danger pour un coureur étranger en difficulté – que ce soit pour se faire comprendre d'un poste de secours, obtenir une information vitale sur le parcours, ou simplement rassurer sa famille en cas d'abandon.

À partir de ce constat, le pôle s'est structuré année après année :

- 2021 : recrutement des premiers bénévoles interprètes multilingues, création d'une adresse dédiée (interprete@grandraid-reunion.com) permettant aux radeurs de joindre les interprètes avant, pendant et après la course.
- 2022 : traduction du site officiel en anglais et ajout d'un onglet dédié aux missions des interprètes.
- 2022-2026 : déploiement complet : accueil à l'aéroport, présence à la remise des dossards, aux départs des courses, et sur l'ensemble du parcours aux côtés du PC-Course et du service médical, jusqu'à l'arrivée.

Aujourd'hui, le pôle compte 10 interprètes locales multilingues, bonnes connaisseuses des sentiers, couvrant 10 langues (arabe, anglais, espagnol, italien, allemand, portugais, hindi, malgache, langue des signes...), et joignables 24h/24 pendant toute la durée de la course via deux numéros dédiés.

Des missions au cœur de la course

Les interprètes accompagnent le radeur étranger à chaque étape de son parcours réunionnais :

1. Accueil à l'aéroport dès l'arrivée sur l'île.
2. Interprétariat multilingue tout au long du séjour et de la course.
3. Recommandations touristiques sur les randonnées et visites de l'île.
4. Lien médical d'urgence :
Facilitation de la communication avec le corps médical, les contrôles antidopage, ou en cas de prise en charge hospitalière.
5. Présence sur tout le parcours :
Remise des dossards, départs, points de contrôle, ravitaillements et ligne d'arrivée.

Une plus-value pour l'association et pour les coureurs

Le Pôle Interprète représente une garantie de sécurité et de sérénité dans la gestion d'un événement à forte dimension internationale : il fluidifie la communication avec les équipes médicales et le PC-Course, et renforce l'image d'un Grand Raid accueillant, professionnel et à l'écoute de tous ses participants, quelle que soit leur langue.

Pour les coureurs étrangers, c'est un repère humain dans un environnement inconnu : la certitude de pouvoir se faire comprendre à tout moment, d'être guidé et rassuré, et de vivre l'expérience réunionnaise au-delà de la seule performance sportive. Ce lien de confiance se traduit dans les faits : de nombreux coureurs reviennent année après année, séduits autant par la course que par l'accueil qui leur est réservé.

En six ans de bénévolat, le Pôle Interprète est devenu un maillon discret mais durable de l'identité du Grand Raid de La Réunion – une manière, aussi, de faire rayonner l'hospitalité et le multilinguisme de l'île auprès du monde entier.





SBTPC
SOGEA
REUNION

OCIDIM

SBTPC
BATIMENT

SBIPB
PREPARATIONS

SORETUB

S2R

SBMI
MATERIEL

SOGEA
REUNION

SBIE
ENVOIES

SBTPC
ROUTES

UNE ENTREPRISE ANCRÉE ET DYNAMIQUE

La Direction Régionale Réunion est née de la fusion de plusieurs entreprises réunionnaises renommées dans le domaine de la construction.

LA DIRECTION RÉGIONALE RÉUNION À VOS CÔTÉS

RICHE D'UN SAVOIR-FAIRE LOCAL DE PLUS DE 60 ANS

Forts de plus de 60 ans d'expérience dans la construction de bâtiments et d'ouvrages de travaux publics à La Réunion, nous avons acquis un savoir-faire reconnu sur le terrain. Nos équipes locales, au cœur du développement des compétences, réalisent vos projets avec expertise. Notre ancrage historique et notre connaissance approfondie du contexte local constituent notre force.

VINCI
CONSTRUCTION

SIÈGE SOCIAL

28 rue Jules Verne
ZIC N°2 - BP 92013
97824 Le Port Cedex
Réunion

0262 42 45 00

UNE COMPLÉMENTARITÉ DES MÉTIERS

DESCRIPTIF DIAGONALE DES FOUS 2026

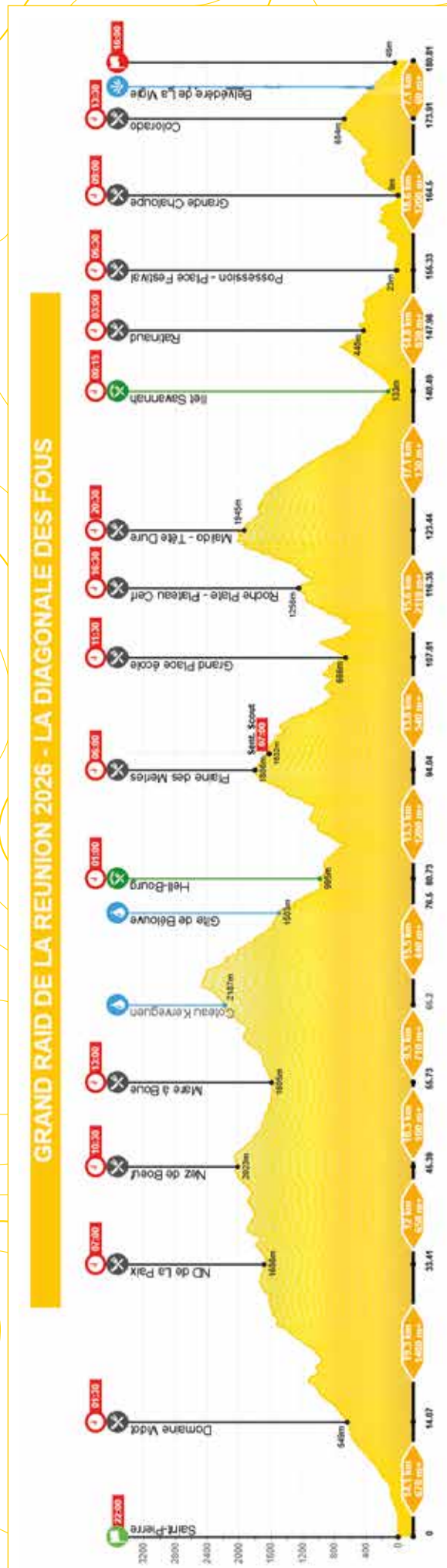
CARNET DE ROUTE / GRAND RAID / 15-18 OCTOBRE 2026

POSTEVS		OUVERTURE POSTES	FERMETURE	PARTIEL KM	CUMUL KM	ALTI.	D+	CUMUL D+	D-	CUMUL D-	POINTAGE ÉLECTRONIQUE	SAC DE RECHARGE	ASSISTANCE PERS.	RAV. MARATHON	SOUPE	REPAS CHAUD	MÉDECIN	INFIRMIER	KINÉ	PODOLOGUE	SECOURISTE	OSTÉOPATHE
DEP	ST PIERRE RAVINE BLANCHE	JEUDI 18H00	JEUDI 22H00	0,0	0,0	2	0	0	0	0			0									
CP1	DOMAINE VIDOT	JEUDI 22H00	"VENDREDI 01H30"	14,0	14,0	649	672	672	32	32			0									
CP2	NOTRE DAME DE LA PAIX - ÉCOLE	VENDREDI 0H30	VENDREDI 7H00	19,4	33,4	1686	1476	2148	436	468			0									
CP3	PARKING AIRE NEZ DE BŒUF	VENDREDI 1H45	VENDREDI 10H30	12,0	45,4	2023	650	2798	314	782			0									
CP4	MARE À BOUE	VENDREDI 2H30	VENDREDI 13H00	10,2	55,6	1604	96	2894	513	1295			0									
CP5	COTEAU KERVEGUEN			9,5	65,1	2187	708	3602	127	1422			X									
CP6	CROISÉE COTEAU KERVEGUEN	VENDREDI 4H30	VENDREDI 17H30	2,5	67,6	2475	288	3890	0	1422			X									
PR1	INTERSECTION CAP ANGLAIS			2,9	70,5	2154	10	3900	332	1754			X									
CP7	GITE DE BÉLOUVE	VENDREDI 5H00	VENDREDI 21H00	5,9	76,4	1502	66	3966	716	2470			X									
BV1	HELL-BOURG	VENDREDI 5H30	SAMEDI 01H00	4,2	80,6	995	77	4043	586	3056			0									
PR2	PARKING BRAS MARRONS			3,7	84,3	745	49	4092	299	3355			X									
PR3	ILET MARE D'AF-FOUCHES			1,6	85,9	896	202	4294	51	3406			X									
PR4	GRAND SABLE/ INT CAMP PIERROT/ PLAINE DES MERLES			1,3	87,2	1051	136	4430	4	3410			X									
PR5	INTERSECTION COL DE FOURCHE/PLAINE DES MERLES			5,9	93,1	1775	859	5289	114	3524			X									
CP8	PLAINE DES MERLES	VENDREDI 7H30	SAMEDI 06H00	0,7	93,8	1808	31	5320	6	3530			X									
CP9	DÉPART SENTIER SCOUT	VENDREDI 7H30	SAMEDI 07H00	2,2	96,0	1635	44	5364	206	3736			0									
PR6	LA PLAQUE			6,4	102,4	896	249	5613	978	4714			X									
PR7	ILET À BOURSE			2,0	104,4	889	98	5711	108	4822			X									
CP10	GRAND PLACE LES BAS - ÉCOLE	VENDREDI 9H00	SAMEDI 11H30	3,4	107,8	665	145	5856	371	5193			0									
PR8	ROCHE ANCRÉE			3,5	111,3	544	324	6180	429	5622			X									
CP11	ROCHE PLATE - PLATEAU CERF	VENDREDI 10H00	SAMEDI 16H30	5,1	116,4	1256	733	6913	41	5663			0									
PR9	LA BRÈCHE			2,5	118,9	1294	196	7109	202	5865			X									
PR10	TI COL MAÏDO			3,5	122,4	2029	824	7933	70	5935			0									
CP12	MAÏDO - TÊTE DURE	VENDREDI 12H00	SAMEDI 20H30	1,5	123,9	1950	36	7969	129	6064			X									
BV2	ILET SAVANNAH	VENDREDI 14H00	DIMANCHE 00H15	16,6	140,5	133	126	8095	1904	7968			0									
CP13	CHEMIN RATINAUD - KALLA	VENDREDI 15H00	DIMANCHE 03H00	7,4	147,9	440	631	8726	329	8297			X									
PR11	LOT. LA RÉSIDENCE GRANDE MONTAGNE			6,0	153,9	52	197	8923	585	8882			X									
CP14	LA POSSESSION - PLACE FESTIVAL	VENDREDI 16H00	DIMANCHE 06H30	1,2	155,1	20	6	8929	30	8912			0									
CP15	GRANDE CHALOUPÉ	VENDREDI 17H00	DIMANCHE 9H00	9,4	164,5	10	373	9302	389	9301			0									
PR12	SAINT BERNARD - LES BAMBOUS			4,5	169,0	456	465	9767	19	9320			X									
CP16	COLORADO	VENDREDI 18H00	DIMANCHE 13H30	4,8	173,8	682	365	10132	134	9454			0									
PR13	BELVÈDÈRE DE LA VIGIE	VENDREDI 19H00		4,0	177,8	347	23	10155	363	9817			X									
ARR	LA REDOUTE	VENDREDI 19H00	DIMANCHE 16H00	3,0	180,8	49	36	10191	337	10154			0									

POINTAGE AVEC BARRIÈRE HORAIRE ÉLIMINATOIRE POINTAGE INDICATIF (NON ÉLIMINATOIRE) 0 ASSISTANCE PERSONNELLE AUTORISÉE X ASSISTANCE PERSONNELLE NON AUTORISÉE

KM CUMULÉS	ALT.	SITES	PARCOURS
0	2	ST Pierre Ravine Blanche	Départ sur le site de la Ravine Blanche. Place Salahin. Prendre le boulevard Hubert De Liste jusqu'au front de mer de Terre Sainte, rue Amiral Lacaze. Au rond-point de la croix Jubilé (face à la technopole) prendre le chemin de la croix Jubilé sur la droite jusqu'à l'intersection Bassin Plat.
6,6	131	Bassin Plat	Quittez la route pour emprunter un chemin de cannes en terre qui monte sur la gauche d'une maison. Plusieurs intersections se présentent : suivez attentivement le balisage. Vous passerez par Boissy puis par Bérive les Bas. A partir de Bérive, prenez à droite en direction de Mont Vert les Hauts sur la route (D3). Une fois dans le village de Mont Vert les Hauts tournez à gauche sur le chemin Joseph Bedier et continuez jusqu'au Domaine Vidot. Le poste de pointage et médical se situe au Case du Domaine Vidot.
14	649	Domaine Vidot	Barrière horaire éliminatoire au pointage. Après le ravitaillement, vous traverserez le Domaine Vidot, puis emprunterez le chemin SEDAEL jusqu'au sentier des Foulées de la Fraise. Vous poursuivrez votre ascension jusqu'au point culminant à 995 m d'altitude, où vous prendrez à droite une piste qui rejoint le chemin des Remparts. La montée se poursuit jusqu'à 1180 m d'altitude. De là, vous prendrez à droite un chemin bétonné en descente, qui vous mènera au sentier débutant en rive droite de la ravine Manapany. Une grosse montée vous attend alors, jusqu'au Piton La Mare. Vous continuerez ensuite tout droit sur un chemin forestier traversant les Hauts de Mont Vert, en direction de la D36. À l'intersection, prenez à droite sur la route en montée et restez sur la D36 jusqu'au village de Notre-Dame de la Paix.
33,4	1686	Notre Dame de la Paix - École	Barrière horaire éliminatoire au pointage. En quittant le poste, poursuivez sur environ 350 mètres le long de la D36, puis prenez à droite le chemin bétonné de la Grande Ferme. Au PK 36,5, quittez ce chemin pour entamer une traversée raide de pâturages, qui vous mènera ensuite sur le chemin en terre de la RF45 de la Grande Ferme. Continuez sur cette piste jusqu'à rejoindre la RF5 du Volcan. Prenez alors à gauche, en descente, en direction de Piton Sec, jusqu'à retrouver le GRR2. Vous traverserez ensuite Les Trous Blancs et la RF5 du Volcan, avant d'atteindre l'Aire d'accueil du Nez de Bœuf.
45,4	2023	Parking aire Nez de Bœuf	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. Quittez le GRR2 pour traverser à nouveau la RF5 du Volcan, en direction de La Plaine des Cafres. Environ 1 km après avoir franchi la RF5, prenez la bifurcation à gauche. Commencez ensuite une descente à travers les pâturages, en suivant des couloirs clôturés, jusqu'au Chalet des Pâtres, situé à 1 684 mètres d'altitude.
51	1686	Chalet des Pâtres	Pas de ravitaillement. Prenez à droite sur le chemin bétonné et poursuivez votre route. Traversez ensuite la RN3 avec prudence pour rejoindre le poste de ravitaillement de Mare à Boue. Après votre pause, vous entamerez l'ascension en direction du sommet de l'île : le Piton des Neiges.
55,6	1604	Mare à Boue	Barrière horaire éliminatoire au pointage. Le ravitaillement se trouve à proximité du parking. Ensuite, suivez le GRR2, qui vous entraîne dans une longue montée souvent boueuse, à travers une magnifique forêt de bois de couleurs des Hauts en passant par le Coteau Maigre.
65,1	2187	Coteau Kerveguen	Pointage au Coteau Kerveguen. ▲ Dernier point d'eau avant le gîte de Bélouve. À cet endroit, laissez le sentier qui descend à gauche vers La Mare à Joseph et poursuivez tout droit, en restant sur le sentier du Piton des Neiges. Vous atteindrez bientôt la Croisée Kerveguen, à proximité du refuge de la Caverne Dufour, situé à 2 477 mètres d'altitude.
70,5	2154	Intersection Cap Anglais	À cet endroit, ignorez le sentier du Cap Anglais sur votre gauche et engagez-vous dans une longue descente, très technique, en direction du gîte de Bélouve .
76,4	1502	Gîte de Bélouve	Au gîte de Bélouve, vous entamez une descente assez technique en direction d'Hell-Bourg, offrant de superbes panoramas sur les reliefs verdoyants du Cirque de Salazie. Vous rejoignez une aire de pique-nique : poursuivez encore sur environ 800 mètres, puis tournez à gauche en direction du stade. Première base vie de cette Diagonale.
80,6	995	Hell-Bourg	Barrière horaire éliminatoire au pointage. Cette base vie vous permet de retrouver votre sac d'assistance acheminé par l'organisation et de vous ressourcer autour d'un bon repas chaud ! L'occasion parfaite pour repartir avec un second souffle ! Une zone d'assistance personnelle est également prévue afin que vous puissiez retrouver vos proches. Le parcours se poursuit en empruntant les escaliers, puis en descendant le sentier du gymnase. Continuez tout droit, descendez la RD48, puis prenez à gauche. Passez devant la gendarmerie et poursuivez en direction du sentier des Anciens Thermes. Vous rejoindrez ensuite la RD48 en direction de l'Îlet à Vidot. Au terminus de cette route, prenez à droite sur le chemin Bras Marron et suivez-le jusqu'au parking.
84,3	745	Parking Bras Marrons	Fin de la route, descendez et poursuivez sur le sentier à votre gauche. Passez la passerelle puis continuez sur le sentier qui se transforme ensuite en piste empruntée par des 4x4. Vous aborderez alors une pente assez exigeante avant de rejoindre l'Îlet de la Mare d'Affouches.
85,9	896	Îlet Mare d'Affouches	Empruntez la bifurcation « Grand Sable » sur votre gauche. Continuez en passant devant le refuge, puis suivez le balisage GR. Laissez le sentier « Trou Blanc » sur votre gauche et poursuivez jusqu'au passage à gué de la rivière.
87,2	1051	Grand sable/ Int Camp Pierrot/ Plaine des Merles	Après avoir franchi le passage à gué, continuez sur environ 50 mètres, puis prenez à gauche en direction de « Marla - Col de Fourche ».
93,1	1775	Intersection Col de Fourche/ Plaine des Merles	Poursuivez le sentier et franchissez un pont en bois au niveau de la ravine Pont de Chien. Vous traverserez ensuite à plusieurs reprises les ravines Fleurs Jaunes et Bras des Merles, avec quelques passages techniques et délicats. À l'intersection entre « Col de Fourche » (vers La Nouvelle) et « Plaine des Merles » (vers Le Bélier), prenez à droite en direction de la Plaine des Merles. Suivez ce sentier sur environ 200 mètres, puis rejoignez la piste forestière qui vous mènera jusqu'au poste de ravitaillement de la Plaine des Merles.
93,8	1808	Plaine des Merles	Barrière horaire éliminatoire au pointage. L'endroit est souvent très humide; poursuivez sur le GR R1 et GR R3 - direction sous le Piton Marmite - puis empruntez la RF 13 du Haut de Mafate. Vous basculez alors dans le Cirque de Mafate, par l'un des plus beaux sentiers de l'île : le Sentier Scout.

KM CUMULÉS	ALT.	SITES	PARCOURS
96	1635	Départ Sentier Scout	Barrière horaire éliminatoire au pointage. Le Sentier Scout marque votre entrée dans le Cirque de Mafate paradis du traileur ! Vous entamez une longue descente sur le GRR3, suivie de la traversée du Bras Bémale, avant une petite remontée sur le Grand Rein. Prudence au niveau du passage vertigineux nommé "les Deux Fesses" : le sentier, récemment rénové, est désormais équipé pour votre sécurité d'un garde-corps en câble sur le côté gauche. La descente se poursuit ensuite jusqu'à La Plaque, où vous retrouvez également le GRR2.
102,4	896	La Plaque	Laissez le sentier rejoignant l'Îlet à Malheur et prenez à gauche en direction de l'Îlet à Bourse. La descente vous emmène vers la Grande Ravine. Suivez le balisage et empruntez le sentier qui passe sous la passerelle. Une rude ascension vous attend avec quelques passages délicats pour accéder à un nouveau plateau, puis vous redescendez par le sentier menant à l'Îlet à Bourse.
104,4	889	Îlet à Bourse	Après avoir quitté l'Îlet à Bourse, vous entamez une nouvelle descente. Vous traverserez alors le Bras d'Oussy par une passerelle, puis un raidillon escarpé vous attend. Au sommet, continuez tout droit, laissez sur votre gauche tous les sentiers et poursuivez en face pour atteindre le poste de l'école de Grand Place.
107,8	665	Grand Place les bas - Ecole	Barrière horaire éliminatoire au pointage et poste de ravitaillement. En quittant le poste prendre la direction de Roche Plate. Après 200m, prendre la deuxième bifurcation sur votre gauche en direction du Gîte Cœur de Mafate. Vous entamez immédiatement un raidillon qui vous emmène au sommet de Grand Place hles hauts, face au Piton des Calumets. Là encore une descente technique à négocier jusqu'au lieu-dit le Bloc (Rivière de Galets) vous attend.
111,3	544	Roche ancrée	Après avoir traversé le gué de la Rivière des Galets, vous entamez la montée de la Roche Anchrée jusqu'au col (730m), puis redescendez vers la ravine Roche Plate. Continuez jusqu'à l'intersection "Îlet des Lata-niers / Sentier Dacerte". Prendre à gauche direction Roche Plate. Lors de la remontée constante mais raide, avec succession de lacets serrés et de marches, vous traversez la ravine du Bronchard, vous passez alors devant le cimetière de Roche Plate. Après quelques raidillons, vous voici à l'intersection "La Nouvelle / Roche Plate". Prenez le sentier sur votre droite, direction Roche Plate, puis à gauche par le raccourci en direction de Trois Roches. Continuez alors jusqu'au poste de ravitaillement du Plateau Cerf / Roche Plate.
	1256	Roche Plate - Plateau Cerf	Pointage électronique. Ravitaillement type marathon et soupe.
118,9	1294	La Brèche	Continuez le sentier sur environ 150 m et prendre à droite la descente pour rejoindre l'Îlet de Roche Plate vers l'ancienne école. On commence alors une première montée dans des filaos. Après un petit raidillon protégé par une main courante et un garde-corps, vous arrivez, au lieu dit "La Brèche", sur un terre-plein à flanc de falaise.
122,4	2029	Ti Col Maïdo	Prenez à GAUCHE, direction Le Maïdo. La montée est très éprouvante et s'effectue à flanc de paroi pour rejoindre le rebord du rempart du Maïdo. Vous arrivez au lieu dit "Ti Col", porte de sortie du Cirque de Mafate, au point culminant de cette longue montée: 2029 m. Dès votre sortie, bifurquez à DROITE sur le sentier du Rempart de Mafate. Encore un peu plus de 1 km avant de retrouver le réconfort du prochain ravitaillement.
123,9	1950	Maïdo - Tête Dure	Barrière horaire éliminatoire au pointage. Vous entamez une longue descente sur le sentier du Rempart de Mafate, à travers une belle forêt de bois de couleurs des Hauts. Le parcours vous mène ensuite jusqu'au quartier de Sans Souci, dans la commune de Saint-Paul, puis à l'Îlet de Savannah, marquant un retour presque au niveau de la mer. Restez attentif aux nombreuses bifurcations lors de la traversée de Sans Souci, en suivant le Chemin des Orangers, la rue de l'église Saint-Thomas, puis en rejoignant le Chemin du Gros Tamarin et rejoindre le poste de l'Îlet Savannah.



KM CUMULÉS	ALT.	SITES	PARCOURS
140,5	133	Ilet Savannah	Barrière horaire éliminatoire au pointage. Vous arrivez à la 2ème Base Vie du parcours où il est possible de faire acheminer un sac assistance par l'organisation. Presque remis de vos efforts, vous repartez pour la montée du Sentier de Bord après une nouvelle traversée de la Rivière des Galets. Vous sillonnez sur la rive opposée dans un sentier en balcon jusqu'à atteindre le village de Halte-Là. De là, vous laissez sur votre GAUCHE le stade, pour prendre à DROITE le Sentier de Bord. Suivre le balisage du sentier qui chemine en montée à travers une récente zone d'habitation (sur environ 1 km). Au chemin Darel tournez à gauche puis prenez à droite le Chemin du Plateau. Après environ 200 m, bifurquez de nouveau à DROITE pour traverser un champ de cannes et retrouver le Sentier de Bord. Celui-ci remonte progressivement jusqu'à une bifurcation qui part sur votre gauche en direction du Chemin Ratinaud. Le balisage de la course devient à ce niveau unique aux cinq couleurs des courses du Grand Raid (jaune, bleu, vert, rouge, orange). Attention à la traversée de la route (D1) qui reste ouverte à la circulation, continuez sur le petit sentier en face. Descendez pour trouver le chemin Ratinaud jusqu'au poste de ravitaillement.
147,9	440	Chemin Ratinaud - Kalla	Barrière horaire éliminatoire au pointage, continuez jusqu'à l'entrée du sentier de la Kalla sur votre droite (entre 2 gros manguiers). Attention à la descente, traversez le lit de la ravine et commencez votre montée vers la grotte "Kalla". Vous descendez ensuite vers la Possession.
153,9	52	Lot. La résidence Grande Montagne	À la sortie du sentier Kalla, vous arrivez sur la voie privée de la résidence « La Grande Montagne ». Prenez à gauche et traversez le lotissement pour rejoindre le chemin Bœuf Mort. Au stop, prenez à droite en direction de la rue Leconte-de-Lisle. Attention : zone ouverte à la circulation des véhicules. Aux feux tricolores, prenez à gauche sur environ 100 m puis traversez la route pour rejoindre le poste de ravitaillement de la Place Festival.
155,1	20	La Possession - Place Festival	Barrière horaire éliminatoire au pointage. En quittant le poste de ravitaillement, traversez la route puis prenez à gauche le long de la rue Leconte-de-Lisle. Au second feu tricolore, prenez à DROITE sur le chemin des Lataniers. Après environ 100 m, traversez la route pour prendre le sentier sur votre gauche qui mène au Parc Rosthon. Après avoir traversé à gué la Grande Ravine des Lataniers, continuez en suivant le balisage à travers le verger et le long de la ravine jusqu'à rejoindre la rue Evariste de Parny. Tournez à droite en direction de la NRL puis longez la rue Raymond Mondon sur environ 1 km jusqu'au rond-point. Traversez le rond-point tout droit et empruntez le chemin bétonné, puis traversez la ravine. Au portique en bois, prenez la direction de l'historique chemin Crémont, également appelé « Chemin des Anglais », ancien sentier pavé de roche volcanique qui surplombe la route du Littoral. La montée est raide, ponctuée de quelques faux plats, avant d'entamer la descente vers la Grande Chaloupe jusqu'à un nouveau portique en bois. Après celui-ci, prenez à gauche : le poste de ravitaillement se situe environ 500 m plus loin.
164,5	10	Grande Chaloupe	Barrière horaire éliminatoire au pointage, ravitaillement à l'ancienne gare ferroviaire du village. En quittant le poste, prendre tout de suite à droite la deuxième partie du Chemin des Anglais qui vous mènera à St- Bernard / La Montagne (commune de Saint Denis).
169	456	Saint Bernard - Les Bambous	A la sortie du sentier suivez le chemin bétonné : Chemin de La Grande Chaloupe jusqu'à la croisée du Chemin du père Raimbault. Prenez en face Chemin de la Ruelle Bambou qui vous emmène jusqu'à l'intersection avec le Chemin de Saint Bernard. Traversez et prenez le sentier en face, derrière l'arrêt de bus, pour ensuite traverser le lit de "La Grande Ravine" et retrouvez le sentier en face qui vous mène jusqu'à la route (Chemin des Fucréas). Traversez-la et longez-la sur environ 200m puis prenez à DROITE pour rejoindre un sentier qui vous mène jusqu'à la D41 (route de La Montagne). Soyez attentif : de nombreuses bifurcations peuvent prêter à confusion dans le terrain de cross. Bien suivre le balisage de la course. Au niveau de la maison Forestière sur la D41, route de la Montagne (route des Goyaviers), prenez à gauche et suivez la route sur 200m. Puis, prenez le sentier sur votre DROITE pour la dernière montée jusqu'à la croisée des sentiers. Laissez sur votre droite le sentier venant de la Fenêtre et du sentier de l'Ilet à Guillaume et prenez à GAUCHE en direction du Colorado.
173,8	682	Colorado	Barrière horaire éliminatoire au pointage En quittant ce poste ne pas oublier de porter votre T-shirt officiel (voir règlement de course). Longez le chemin du Colorado dans le parc de loisirs puis, plus loin, bifurquez à droite en direction du sentier du Colorado. À la bifurcation, laissez le sentier du Colorado sur votre droite (fermé depuis le passage du cyclone Garance) et poursuivez sur le sentier juste en face. Celui-ci offre de magnifiques vues sur la ville de Saint-Denis et vous mène jusqu'au Chemin du Piton Trésor. À la sortie du sentier, prenez à droite et descendez jusqu'à rejoindre la D41 - Route de la Montagne. Tournez à droite, traversez la route, puis empruntez en face le sentier des Rampes de la Montagne. Ce sentier pavé vous conduit au Chemin des Perles. Prenez à gauche, passez à proximité du stade de football du Colorado puis continuez jusqu'au sentier en direction de la Redoute. Vous arriverez sur le Chemin de la Vigie : prenez à gauche et suivez-le jusqu'au Belvédère de la Vigie.
177,8	347	Belvédère de La Vigie	Au niveau du Belvédère prenez le "sentier de la Vigie" qui vous mènera jusqu'au Stade de la Redoute
180,8	49	La Redoute	"STADE DE LA REDOUTE...Enfin ! Arrivée et fin de votre aventure, BRAVO VOUS AVEZ SURVECU !!! Enfin le repos et le réconfort que vous attendez depuis 24, 40 ou 66 heures. FIN DE LA DIAGONALE DES FOUS "



SFR



**soyez au coeur
de la course**

grandraid.sfr.re



SFR
partenaire officiel du



 MATÉRIEL OBLIGATOIRE 15 AU 18 OCTOBRE 2026		
DESCRIPTION		
	1 lampe frontale ou torche avec piles ou batteries de rechange	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 réserve d'eau minimum 1,5 L	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 sifflet	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 téléphone portable chargé avec l'application « Sara Event » téléchargée	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	Bandes élastiques adhésives permettant de faire un bandage ou un strapping : 2,5m longueur et 6 à 8cm largeur minimum	2 1 ✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 réserve alimentaire constante et suffisante pour relier les points de ravitaillement	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 vêtement de pluie imperméable avec capuche, et coutures thermo-soudées. (Coupe-vent proscrit)	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 vêtement chaud type « seconde peau » à manche longues en tissu technique adapté à l'environnement	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 gobelet réutilisable	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 pièce d'identité originale ou la version numérique certifiée France Identité	✓ ✓ ✓ ✓ ✓
	1 couverture de survie d'une dimension minimum de 1,4m X 2m	✓ ✓ ✓ ✓ ✓

CHARTRE DE L'ECO-SPORTIF

pour des sports respectueux de l'Environnement

Lors de mes activités sportives, je pense aussi
« Respect de l'Environnement »
et j'adopte les 10 gestes simples suivants :

- 1 Je privilégie le co-voiturage, les transports en commun ou tout autre mode de transport doux pour me rendre au départ des courses et pour tout déplacement
- 2 Je respecte les sites : je ne piétine ni ne prélève la végétation et les coraux
- 3 Je ne laisse rien dans la nature (papiers, épluchures, gobelets ou tout autre déchet, même biodégradable) pour éviter la prolifération des rats et garder mon environnement propre : je les laisse aux postes de ravitaillement ou je les ramène chez moi
- 4 Je respecte le balisage pour protection des espaces naturels, de la flore et de la faune et je n'emprunte pas de raccourcis pour ne pas dégrader les espaces non prévus dans le parcours
- 5 Je trie mes déchets : les emballages recyclables dans la poubelle jaune et le verre dans la borne prévue à cet effet sur les sites de compétition et à la maison
- 6 J'utilise des piles rechargeables pour ma lampe frontale ou tout autre appareil et des gobelets réutilisables plutôt que des jetables
- 7 Je ne fais pas de feu en dehors des places à feu aménagées à cet effet
- 8 Je respecte le règlement intérieur de la compétition, les personnes chargées de son bon déroulement et les partenaires
- 9 Je m'engage à sensibiliser mon entourage aux éco-gestes de cette charte
- 10 Je m'engage à être un éco-citoyen que ce soit lors de mes activités sportives, en vacances, en pique-nique et lors de mes loisirs, donc au quotidien en signant cette charte








PARTENAIRE DU 






LE MEILLEUR DES BANANES PÊI

SUIVEZ NOUS !
@TIBAN_REUNION

Allianz



MASTER PARTENAIRE



Sur les sentiers
comme dans la vie
la prévoyance fait la différence

DESCRIPTIF TRAIL DE BOURBON 2026

POSTES	OUVERTURE POSTES	FERMETURE	PARTIEL KM	CUMUL KM	ALT.	D+	CUMUL D+	D-	CUMUL D-	POINTAGE ÉLECTRONIQUE	SAC DE RE-CHARGE	ASSISTANCE PERS.	RAV. MARATHON	SOUPE	REPAS CHAUD	MÉDECIN	INFIRMIER	KINÉ	PODOLOGUE	SECURISTE	OSTÉOPATHE
CILAOS	VENDREDI 17H00	VENDREDI 20H00	0,0	0,0	1207	0	0	0	0			0									
DÉBUT SENTIER TAIBIT	VENDREDI 20H00		6,9	6,9	1263	258	258	205	205			X									
MARLA	VENDREDI 20H30	SAMEDI 00H30	5,8	12,7	1614	835	1093	474	679			0									
PLAINE DES MERLES	VENDREDI 21H30	SAMEDI 03H30	6,6	19,3	1808	498	1591	311	990			X									
DÉBUT SENTIER SCOUT	VENDREDI 21H30	SAMEDI 04H30	2,1	21,4	1639	27	1618	200	1190			0									
LA PLAQUE			6,1	27,5	896	113	1731	855	2045			X									
ILET À BOURSE			2	29,5	889	141	1872	144	2189			X									
GRAND PLACE LES BAS - ECOLE	VENDREDI 23H30	SAMEDI 08H30	3,3	32,8	665	146	2018	371	2560			0									
RIVIERE DES GALETS - ROCHE ANCRÉE			3,5	36,3	544	330	2348	440	3000			X									
ROCHE PLATE - PLATEAU CERF	SAMEDI 01H00	SAMEDI 13H30	4,8	41,1	1256	793	3141	92	3092			0									
LA BRÈCHE			2,6	43,7	1294	232	3373	194	3286			X									
MAÏDO/TI COL			3,5	47,2	2029	753	4126	20	3306			0									
MAÏDO - TÊTE DURE	SAMEDI 02H30	SAMEDI 17H45	1,5	48,7	1950	7	4133	83	3389			X									
ILET SAVANNAH	SAMEDI 04H00	SAMEDI 21H30	16,7	65,4	133	63	4196	1879	5268			0									
CHEMIN RATINAUD - KALLA	SAMEDI 05H00	DIMANCHE 00H30	7,5	72,9	440	633	4829	328	5596			X									
LA POSSESSION - PLACE FESTIVAL	SAMEDI 06H00	DIMANCHE 03H30	7,4	80,3	20	180	5009	600	6196			0									
GRANDE CHALOUPPE	SAMEDI 07H00	DIMANCHE 06H30	9,3	89,6	10	384	5393	394	6590			0									
SAINT-BERNARD - LES BAMBOUS			4,6	94,2	455	471	5864	26	6616			X									
COLORADO	SAMEDI 08H00	DIMANCHE 11H15	4,8	99,0	682	353	6217	123	6739			0									
BELVÈDÈRE DE LA VIGIE	SAMEDI 08H00		4,1	103,1	347	8	6225	346	7085			X									
LA REDOUTE	SAMEDI 08H30	DIMANCHE 14H00	2,9	106,0	49	27	6252	325	7410			0									

POINTAGE AVEC BARRIÈRE HORAIRE ÉLIMINATOIRE POINTAGE INDICATIF (NON ÉLIMINATOIRE) ASSISTANCE PERSONNELLE AUTORISÉE ASSISTANCE PERSONNELLE NON AUTORISÉE

KM CUMULÉS TDB	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
0,0	1207	Cilaos	DEPART du stade de football de Cilaos «Irénee Accot». Prendre la Rue de La Mare à Jonc, puis le Chemin du Matarum, en direction du Plateau des Chênes «Roche Merveilleuse». Prenez à GAUCHE la D241 (Route du Bras sec) en direction du centre Thermal. Au centre Thermal prendre à DROITE sur la RD 242 (Route de l'Ilet à Cordes). ATTENTION, la route commence par 1 km de lacets descendants avant de sillonner en faux plats montants jusqu'au Pied du Taibit.
6,9	1263	Début sentier du Taibit	
12,7	1614	Marla	Après l'ascension du Col du Taibit (2080 m), une petite descente vous emmène dans le cirque de Mafate jusqu'à l'école de Marla. POINTAGE ELECTRONIQUE. Ce pointage effectué, profitez du ravitaillement et d'une soupe. Ensuite, suivre le GR2 jusqu'à la Rivière des Galets/Bras Massine en direction de la Plaine Des Merles. Vous traversez la rivière par un petit passage à gué. Après quelques lacets vous traversez la Plaine des Tamarins, forêt d'arbres endémiques de la Réunion (Acacia Hétérophylla). Prendre à DROITE direction du Col de Fourche. Et encore à DROITE pour la montée au Col sur 600 m. Vous basculez alors dans le Cirque de Salazie.
17,7	1948	Col de Fourche	
19,3	1808	Plaine des Merles	Une courte descente suivie de quelques relances, vous emmène jusqu'au poste de la Plaine Des Merles. Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. Ravitaillement type marathon et soupe. Vous prenez en FACE le sentier qui s'engouffre dans la forêt de cryptomérias (appelé aussi cèdre du Japon) sur 2 km, jusqu'à la route forestière des hauts de Mafate. Prenez à GAUCHE sur cette route, direction Col Des Boeufs pendant 300 m, avant de trouver le départ du Sentier Scout sur votre DROITE.
21,4	1639	Départ Sentier Scout	Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. En vous engageant sur le sentier, vous allez entrer à nouveau dans le Cirque de Mafate par l'un des plus beaux sentiers de l'île. Longue descente où vous traversez plusieurs ravines dont le Bras Bémale (ATTENTION ROCHES GLISSANTES) suivie d'une remontée plutôt raide (SERVEZ VOUS DES LIGNES DE VIE). Vous arrivez sur le plateau de la Sale. Prudence au petit passage vertigineux au lieu dit « les 2 fesses », garde-corps en câble côté gauche à disposition. Une longue descente vous mène à l'intersection du lieu dit "La Plaque".

KM CUMULÉS TDB	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
27,5	896	La Plaque	Prenez à GAUCHE en direction de l'Ilet à Bourse. Ce sentier débutant par une courte descente sous les filaos vers la passerelle suspendue de la Grande Ravine vous mènera après un rude ascension vers un plateau ombragé. La descente suivante vous mènera alors à l'Ilet à Bourse.
29,5	889	Ilet à Bourse	Après avoir quitté l'Ilet à Bourse, vous entamez une nouvelle descente. Vous traversez alors le Bras d'Oussy par une nouvelle passerelle, puis un raidillon escarpé vous attend. Au sommet, continuez en laissant sur votre gauche tous les sentiers, pour atteindre le poste de l'école de Grand Place les Bas.
32,8	665	Grand Place les Bas - L'école	Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. Ravitaillement type marathon et soupe. En quittant le poste prenez la direction de Roche Plate. Après 200 m, prenez la deuxième bifurcation sur votre gauche en direction du Gîte Coeur de Mafate. Vous entamez immédiatement un raidillon qui vous emmène au sommet de Grand Place les Hauts, face au Piton des Calumets. Là encore, une descente technique à négocier jusqu'à la rivière des Galets vous attend.
36,3	544	Rivière des Galets - Roche Ancrée	Après avoir traversé le gué de la Rivière des Galets, vous entamez la montée de la Roche Ancrée jusqu'au col (730m), puis redescendez vers la ravine Roche Plate. Continuez jusqu'à l'intersection "Ilet des Lataniers / Sentier Dacerle". Prendre à gauche direction Roche Plate. Lors de la remontée constante mais raide, avec succession de lacets serrés et de marches, vous traversez la ravine du Bronchard. Vous passez alors devant le cimetière de Roche Plate. Après quelques raidillons, vous voici à l'intersection "La Nouvelle / Roche Plate". Prenez le sentier sur votre droite, direction Roche Plate, puis à gauche par le raccourci en direction de Trois Roches. Continuez alors jusqu'au poste de ravitaillement du Plateau Cerf / Roche Plate.
41,1	1256	Roche Plate - Plateau Cerf	POINTAGE ELECTRONIQUE. Ravitaillement type marathon et soupe.
43,7	1294	La Brèche	Continuez le sentier sur environ 150m et prendre à droite la descente pour rejoindre l'Ilet de Roche Plate vers l'ancienne école. Commence alors une première montée dans des filaos. Après un petit raidillon protégé par une main courante et un garde-corps, vous arrivez, au lieu dit "La Brèche", sur un terre-plein à flanc de falaise.
47,2	2029	Maido - Ti Col	Prenez à GAUCHE, direction Le Maido. La montée est très éprouvante et s'effectue à flanc de paroi pour rejoindre le rebord du rempart du Maido. Vous arrivez au lieu dit "Ti Col", porte de sortie du Cirque de Mafate, au point culminant de cette longue montée: 2029 m. Dès votre sortie, bifurquez à DROITE sur le sentier du Rempart de Mafate. Encore un peu plus de 1 km avant de retrouver le réconfort du prochain ravitaillement.
48,7	1950	Maido-Tête Dure	Enfin un peu de répit au poste du Piton des Orangers, communément appelé "Maido - Tête Dure". Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. Ravitaillement type marathon et soupe. Prenez le temps de bien vous alimenter, puisqu'une longue descente de 17 km vous attend pour rejoindre le prochain poste de ravitaillement. Vous empruntez le sentier du Rempart de Mafate, qui se faufile dans une belle forêt de bois de couleurs des hauts, et à travers des parcelles cultivées et leurs petites cahutes, localement appelées "zabitation". A la sortie de la forêt, restez attentif aux multiples bifurcations pour la traversée de Sans Souci (commune de Saint Paul) et rejoindre le poste de l'Ilet de Savannah, pour un retour quasiment au niveau de la mer.

GRAND RAID DE LA REUNION 2026 - TRAIL DE BOURBON



DESCRIPTIF TRAIL DE BOURBON 2026

KM CUMULÉS TOB	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
65,4	133	Ilet Savannah	Poste de l'Ilet Savannah. BASE DE VIE. Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. Ravitaillement type marathon, soupe, repas chaud. Possibilité de faire acheminer un sac assistance par l'organisation. Vous quittez le pointage direction rivière des Galets où vous avez un passage à gué. Vous sillonnez sur la rive opposée dans un sentier en balcon jusqu'à atteindre le village de Halte-Là. De là, vous laissez sur votre GAUCHE le stade, pour prendre à DROITE le Sentier de Bord. Suivre le balisage du sentier qui chemine en montée à travers une récente zone d'habitation (sur environ 1 km), puis jusqu'au Chemin Darel (chemin bétonné). Prendre à GAUCHE le Chemin Darel puis à DROITE le Chemin du Plateau. Au bout de 200m reprendre à DROITE dans le champ de cannes, pour rejoindre à nouveau le Sentier de Bord en direction de Dos d'Ane, jusqu'à une bifurcation qui part sur votre GAUCHE pour descendre en direction du Chemin Ratinaud. A partir de ce point et jusqu'à l'arrivée le balisage de la course devient unique aux cinq couleurs des courses du Grand Raid (jaune, bleu, vert, rouge, orange). Attention à la traversée de la route (RD1), qui reste ouverte à la circulation des véhicules. Continuez sur le petit sentier en face en laissant un réservoir à votre gauche protégé par un grillage. Descendre pour trouver le chemin menant au poste de ravitaillement.
72,9	440	Chemin Ratinaud	Poste de ravitaillement du chemin Ratinaud. Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. Ravitaillement type marathon. Continuez jusqu'à l'entrée d'un sentier technique qui se trouve sur votre droite entre 2 gros manguiers : le fabuleux Sentier Kalla qui rejoint la ville de La Possession.
77,7	61	Lot. La Résidence Grande Montagne	À la sortie du sentier Kalla, vous arrivez sur la voie privée de la Résidence "La Grande Montagne". Prenez à GAUCHE et traversez le lotissement pour arriver sur le Chemin Boeuf Mort. Au stop, prenez à DROITE direction la Rue Leconte Delisle. ATTENTION, zone ouverte à la circulation des véhicules. Aux feux tricolores, prendre à GAUCHE sur 100m et traversez la route pour atteindre le poste de ravitaillement de La Place Festival.
80,3	20	La Possession - Place Festival	Place Festival. Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. Ravitaillement type marathon et soupe. En quittant le poste de ravitaillement, traversez la route et reprenez à GAUCHE, le long de la Rue Leconte Delisle sur 300 m. Au second feu tricolore, prenez à DROITE sur le chemin des Lataniers. Après 100 m, traversez la route pour prendre le sentier sur votre gauche qui mène au Parc Rosthon. Suivez le balisage jusqu'à la rue Evariste de Parry. Prenez ensuite à DROITE en direction de la NRL et longez la rue Raymond Mondon sur environ 1 km jusqu'au rond-point. Prenez en face le chemin bétonné. Au portique en bois, vous êtes à l'entrée du chemin historique, Chemin Crémont, dit "Chemin des Anglais". Le sentier est pavé et glissant. La montée est raide, ponctuée de faux plats avant d'entamer la descente vers La Grande Chaloupe, jusqu'au portique en bois. Après celui-ci, prenez à GAUCHE, le poste de ravitaillement est situé à environ 500 m plus loin.
89,6	10	Grande Chaloupe	Poste de la Grande Chaloupe, à l'ancienne gare ferroviaire du village Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. Ravitaillement type marathon, soupe. En quittant le poste, prenez tout de suite à droite la deuxième partie du Chemin des Anglais qui vous mènera à St-Bernard / La Montagne (commune de Saint Denis).
94,2	455	Saint-Bernard	A la sortie du sentier suivez le chemin bétonné : Chemin de La Grande Chaloupe jusqu'à la croisée du Chemin du père Raimbault. Prenez en face Chemin de la Ruelle Bambou qui vous emmène jusqu'à l'intersection avec le Chemin de Saint Bernard. Traversez et prenez le sentier en face, derrière l'arrêt de bus , pour ensuite traverser le lit de "La Grande Ravine" et retrouvez le sentier en face qui vous mène jusqu'à la route (Chemin des Fucréas). Traversez-la et longez-la sur environ 200m puis prenez à DROITE pour rejoindre un sentier qui vous mène jusqu'à la D41 (route de La Montagne). Soyez attentif : de nombreuses bifurcations peuvent prêter à confusion dans le terrain de cross. Bien suivre le balisage de la course. Au niveau de la maison Forestière sur la D41, route de la Montagne (route des Goyaviers), prenez à gauche et suivez la route sur 200m. Puis, prenez le sentier sur votre DROITE pour la dernière montée jusqu'à la croisée des sentiers. Laissez sur votre droite le sentier venant de la Fenêtre et du sentier de l'Ilet à Guillaume et prenez à GAUCHE en direction du Colorado.
99,0	682	Colorado	Poste de Colorado. Attention barrière horaire ELIMINATOIRE au pointage. Ravitaillement type marathon et soupe. A partir de ce poste, LE PORT DE VOTRE T-SHIRT OFFICIEL EST OBLIGATOIRE. En quittant ce poste longez le chemin du Colorado dans le parc de loisirs puis, plus loin, bifurquez à droite en direction du sentier du Colorado. Laissez le sentier du Colorado sur votre droite (sentier fermé depuis le passage du cyclone Garance) et poursuivez sur le sentier juste en face. Celui-ci offre de magnifiques vues sur la ville de Saint-Denis et vous mène jusqu'au Chemin du Piton Trésor. À la sortie du sentier, prenez à droite et descendez jusqu'à rejoindre la D41 - Route de la Montagne. Tournez à droite, traversez la route, puis empruntez en face le sentier des Rampes de la Montagne. Ce sentier pavé vous conduit au Chemin des Perles. Prenez à gauche, passez à proximité du stade de football de la Montagne puis continuez jusqu'au sentier en direction de la Redoute. Vous arriverez sur le Chemin de la Vigie : prenez à gauche et suivez-le jusqu'au Belvédère de la Vigie.
103,1	347	Belvédère de La Vigie	Au niveau du Belvédère prenez le "sentier de la Vigie" qui vous mènera jusqu'au Stade de la Redoute
106,0	49	La Redoute	STADE DE LA REDOUTE, arrivée et fin de votre aventure. Recevez nos félicitations, votre médaille ainsi que votre t-shirt finisher "J'AI SURVECU". Enfin le Repos et le Réconfort que vous attendiez depuis fort longtemps !!! FIN DU TRAIL DE BOURBON

DESCRIPTIF MASCAREIGNES 2026

CARNET DE ROUTE / GRAND RAID / 15-18 OCTOBRE 2026

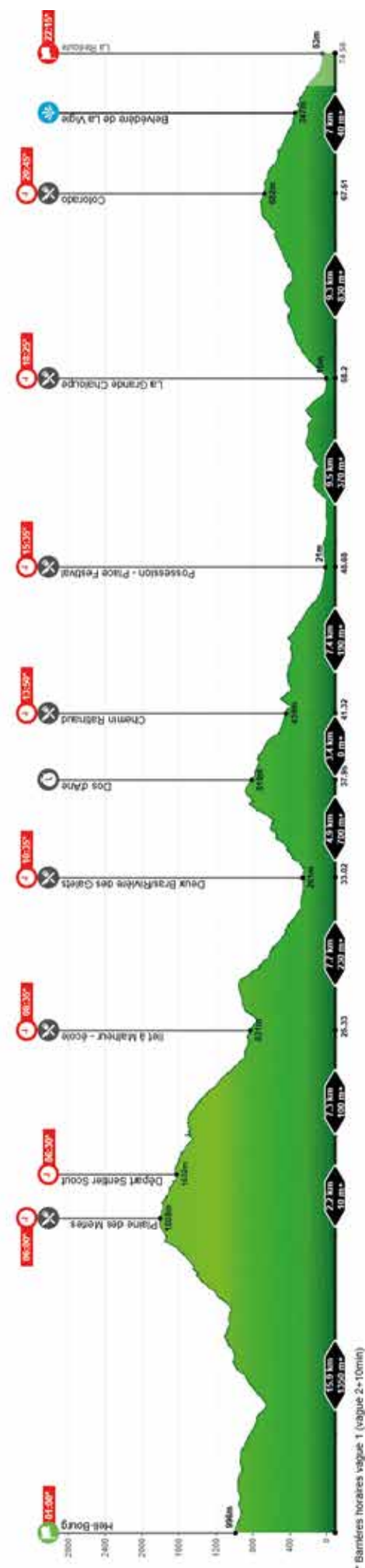
POSTES	OUVERTURE POSTES	FERMETURE VAGUE 1	FERMETURE VAGUE 2	PARTIEL KM	CUMUL KM	ALT.	D+	CUMUL D+	D-	CUMUL D-	POINTAGE ÉLECTRONIQUE	ASSISTANCE PERSO	RAV. MARATHON	SOUPE	REPAS CHAUD	MÉDECIN	INFIRMIER	KINÉ	PODOLOGUE	SECOURISTE	OSTÉOPATHE
HELL-BOURG- STADE PAUL DOMINIQUE HUBERT	JEUDI 22H00	VENDREDI 1H00	VENDREDI 1H10		0	996	0	0	0	0		0									
PARKING BRAS MARRON				5,9	5,9	752	69	69	307	307		X									
INTERSECTION MARE D'AFFOUCHEES GR1				2,1	8	895	227	296	95	402		X									
PLAINE DES MERLES	VENDREDI 2H00	VENDREDI 6H00	VENDREDI 6H10	7,9	15,9	1808	1050	1346	132	534		X									
RF DÉPART SENTIER SCOUT	VENDREDI 2H00	VENDREDI 6H30	VENDREDI 6H40	2,2	18,1	1635	18	1364	191	725		0									
LA PLAQUE				6	24,1	897	70	1434	808	1533		X									
ILET À MALHEUR ECOLE	VENDREDI 3H00	VENDREDI 08H35	VENDREDI 8H45	1,3	25,4	830	29	1463	94	1627		0									
AURÈRE				1,4	26,8	914	177	1640	95	1722		X									
LA PORTE RIVIÈRE DES GALETES				4,7	31,5	283	46	1686	678	2400		X									
DEUX BRAS	VENDREDI 3H30	VENDREDI 10H35*	VENDREDI 10H45	1,5	33	258	3	1689	27	2427		0									
DOS D'ANE	VENDREDI 4H30	VENDREDI 12H50	VENDREDI 13H00	5	38	818	701	2390	141	2568		X									
CHEMIN RATINAUD	VENDREDI 5H00	VENDREDI 13H50	VENDREDI 14H00	3,4	41,4	439	4	2394	382	2950		X									
FIN DU SENTIER KALLA				6,1	47,5	67	189	2583	560	3510		X									
PLACE FESTIVAL LA POSSESSION	VENDREDI 05H30	VENDREDI 15H35	VENDREDI 15H45	1,3	48,8	3	0	2583	49	3559		0									
GRANDE CHALOUPPE	VENDREDI 6H30	VENDREDI 18H25	VENDREDI 18H35	9,6	58,4	9	378	2961	388	3947		0									
SAINT-BERNARD LES BAMBOUS				4,4	62,8	455	472	3433	26	3973		X									
COLORADO	VENDREDI 8H00	VENDREDI 20H45	VENDREDI 20H55	4,9	67,7	682	361	3794	135	4108		0									
BELVÈDÈRE DE LA VIGIE				4	71,7	347	8	3802	343	4451		X									
LA REDOUTE	VENDREDI 08H30	VENDREDI 22H15	VENDREDI 22H25	3	74,7	53	30	3832	324	4775		0									

POINTAGE AVEC BARRIÈRE HORAIRE ÉLIMINATOIRE POINTAGE INDICATIF (NON ÉLIMINATOIRE) 0 ASSISTANCE PERSONNELLE AUTORISÉE X ASSISTANCE PERSONNELLE NON AUTORISÉE

KM CUMULÉS TDB	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
0	996	Hell-Bourg/ Stade Paul Dominique Hubert	Départ aux abords du Stade Paul Dominique Hubert, prendre à gauche et suivre le panneau «Toutes directions» vers l'allée des Palmiers. Continuer sur la rue André Fontaine en direction de la mairie annexe d'Hell-Bourg. Au cède le passage, prendre à droite la D48 en direction de Salazie sur 200m puis prendre à gauche le chemin de Camp Ozoux. Au «cède le passage» continuer à gauche, descendre le chemin de l'école puis tourner à droite sur la D48 en direction de l'Ilet à Vidot. Au Terminus de celle-ci prendre à droite le chemin Bras Marron, jusqu'au parking.
5,9	752	Parking Bras Marron	Fin de la route, il faut descendre et poursuivre à droite par une piste 4X4 qui vous amène à un passage à gué, poursuivez sur cette piste jusqu'à l'Ilet de la Mare d'Affouches.
8	895	Ilet Mare d'Affouches	Prenez la bifurcation "Grand Sable" sur votre gauche. Continuez et passez devant le refuge et suivez le GR rouge et blanc. Laissez sur votre gauche le sentier "Trou Blanc". Poursuivez jusqu'au passage à gué de la rivière.
		Grand Sable/Int Camp Pierrot/ Plaines des merles	Après ce passage à gué, au bout de 50m, prendre à gauche en direction de «Marla-Col de Fourche».
		Intersection Bélier / la Nouvelle / Col de Fourche	Poursuivez et franchissez un pont en bois (ravine Pont de Chien) puis vous allez devoir franchir plusieurs fois les ravines «Fleurs jaunes et Bras des Merles», passages délicats par endroits. Vous arrivez à l'intersection "Col de Fourche" (vers la Nouvelle) et "Plaine des Merles" (vers le Bélier). Prendre à droite le sentier vers Plaine des Merles sur 200m environ avant de rejoindre la piste forestière jusqu'au poste de ravitaillement de La Plaine des Merles.
15,9	1808	Plaine des merles	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. L'endroit est souvent très humide. Continuer sur le GR R1 et GR R3 que vous retrouvez - direction sous le Piton Marmite - sentier d'environ 2,2 km qui vous ramène à la Route Forestière du Haut Mafate.
18,1	1635	RF départ Sentier Scout	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. En quittant le sentier prendre à gauche la Route Forestière du Haut Mafate sur 200m avant de bifurquer sur le Sentier Scout à votre droite. On quitte ici le Cirque de Salazie direction le Cirque de Mafate sur l'un des plus beaux sentiers de l'île, le Sentier Scout. Longue descente sur le GR R3 avec une traversée du Bras Bémale. après une courte remontée sur le Grand Rein, une belle descente vous conduit jusqu'à La Plaque, où vous retrouverez également le GR R2. Prudence au petit passage vertigineux "les Deux Fesses" le sentier a subi d'importants travaux dernièrement avec pour votre sécurité un garde-corps en câble côté gauche.

KM CUMULÉS	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
24,1	897	La Plaque	Passez la Plaque et poursuivez jusqu'à l'intersection et prendre le sentier à gauche en direction de « Ilet à Malheur ». Après avoir traversé le charmant petit village d'Ilet à Malheur vous arriverez à l'école Ilet à Malheur pour votre pointage et pour vous ravitailler.
25,4	830	Ilet à Malheur / Ecole	Après avoir traversé le charmant petit village d'Ilet à Malheur vous arriverez à l'école Ilet à Malheur pour votre pointage et pour vous ravitailler. Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. A la sortie de l'école vous franchirez la passerelle qui surplombe le Bras Bémale, à 50 mètres au dessus du vide. Après l'avoir traversée, une courte montée vous permet d'atteindre, dans le premier tiers du raidillon une bifurcation. Laissez le sentier de gauche (Rivière des Galets), bifurquez à droite en direction d'Aurère afin de retrouver en quelques minutes un autre panneau indiquant «Rapide». Vous passerez devant l'école d'Aurère.
26,8	914	Aurère	Après l'école d'Aurère, vous atteindrez une intersection, prenez à gauche, le chemin démarre face au Piton Cabris et se poursuit vers Bord Bazar puis redescend. Laissez sur votre gauche le sentier vers Ilet à Malheur. Suivre la crête d'Aurère d'où s'engage ensuite une longue descente jusqu'à la Rivière des Galets. Vous rencontrez un premier embranchement que vous laissez sur votre gauche. Bifurquez à droite et descendez jusqu'à la seconde bifurcation au lieu dit «Source cabris», poursuivre le GRR2 sur la droite et laissez sur votre gauche le sentier menant à Bras D'Oussy, pour atteindre «La Porte». Continuez à droite dans le lit de la Rivière des Galets en suivant bien le balisage jusqu'au poste de Deux Bras.
31,5	283	La Porte / Rivière des Galets	
33	258	Deux Bras	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. En quittant le poste continuer sur la piste sur quelques mètres puis prendre à droite Après avoir franchi le bras Sainte-Suzanne pour rejoindre l'autre rive, vous commencez la rude ascension de Dos d'Ane. Vous atteignez l'Ilet Albert à proximité d'une petite source. Après une bonne ascension, le sentier se rétrécit à flanc de falaise. Vous rencontrerez une échelle métallique. A partir de là, la pente devient forte et le sentier présente quelques passages plus ou moins vertigineux. Dans les parties les plus escarpées, des mains courantes sécurisent votre progression. Soyez vigilant ! Après un passage en légère descente, une forte remontée en lacets permet d'atteindre un replat, juste avant l'arrivée à la sortie du sentier.
38	818	Dos D'Ane	A la sortie du sentier de Dos d'Ane, prenez à gauche descendre le chemin bétonné (rue Ferdinand Louise). L'entrée du sentier se trouve juste après les dernières maisons. Poursuivez le rempart à flanc de falaise pour rejoindre au bout d'1km le croisement sentier de bord. Laissez le sentier de Bord sur votre gauche et prenez à droite suivre ce sentier jusqu'à la route de Dos d'âne. Traversez la route et prenez le sentier en face qui passe devant la citerne et vous permet de rejoindre le poste de chemin Ratinaud.
41,4	439	Chemin Ratinaud	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. Chemin Ratinaud. En quittant le poste de ravitaillement continuez sur le chemin Ratinaud jusqu'à l'entrée du sentier de la Kalla sur votre droite (entre 2 gros manguiers descente glissante sur 50 mètres), traversez le lit de la ravine et commencez votre montée vers la grotte "kalla".
47,5	67	"Lot. La Résidence Grande Montagne"	À la sortie du sentier Kalla, vous arrivez sur la voie privée de la Résidence "La Grande Montagne". Prenez à GAUCHE et traversez le lotissement pour arriver sur le Chemin Boeuf Mort. Au stop, prenez à DROITE direction la Rue Leconte Delisle. ATTENTION, zone ouverte à la circulation des véhicules. Aux feux tricolores, prendre à GAUCHE sur 100m et traversez la route pour atteindre le poste de ravitaillement de La Place Festival.

GRAND RAID DE LA REUNION 2026 - LA MASCAREIGNES



KM CUMULÉS	ALTI-TUDE	REPÈRES	PARCOURS
48,8	3	Place Festival / La Possession	Attention barrière horaire ELIMINATOIRE AU POINTAGE. Ravitaillement type marathon et soupe. En quittant le poste de ravitaillement, traversez la route et reprenez à GAUCHE, le long de la Rue Leconte Delisle sur 300 m. Au second feu tricolore, prenez à DROITE sur le chemin des Lataniers. Après 100 m, traversez la route pour prendre le sentier sur votre gauche qui mène au Parc Rosthon. Suivez le balisage jusqu'à la rue Evaryste de Parry. Prenez ensuite à DROITE en direction de la NRL et longez la rue Raymond Mondon sur environ 1 km jusqu'au rond-point. Prenez en face le chemin bétonné. Au portique en bois, vous êtes à l'entrée du chemin historique, Chemin Crémont, dit "Chemin des Anglais". Le sentier est pavé et glissant. La montée est raide, ponctuée de faux plats avant d'entamer la descente vers La Grande Chaloupe, jusqu'au portique en bois. Après celui-ci, prenez à GAUCHE, le poste de ravitaillement est situé à environ 500 m plus loin.
58,4	9	Grande Chaloupe	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. Ravitaillement à l'ancienne gare ferroviaire du village. En quittant le poste, prendre tout de suite à droite la deuxième partie du Chemin des Anglais qui vous mènera à St- Bernard / La Montagne (commune de Saint Denis). A la sortie du sentier suivre le chemin bétonné : Chemin de La Grande Chaloupe jusqu'à la croisée du Chemin de Père Raimbault. Prendre en face Chemin de la Ruelle Bambou qui vous emmène sur une descente, soyez attentif un petit sentier partira ensuite sur votre droite : prenez-le. Traversez la route (Chemin de Saint Bernard) suivez un court chemin pavé et traversez le lit de "La Grande Ravine" de l'autre côté reprenez le sentier qui vous mènera jusqu'à la route (Chemin des Fucréas). Traversez la route et longez-la sur environ 200m puis prenez à droite pour rejoindre un sentier qui vous mènera jusqu'à la D41 (route de La Montagne). Soyez attentif : de nombreuses bifurcations peuvent prêter à confusion dans cette zone type cross. Le balisage de la course est votre meilleur repère : suivez-le avec rigueur.
62,8	455	Saint-Bernard	A la sortie du sentier suivez le chemin bétonné : Chemin de La Grande Chaloupe jusqu'à la croisée du Chemin du père Raimbault. Prenez en face Chemin de la Ruelle Bambou qui vous emmène jusqu'à l'intersection avec le Chemin de Saint Bernard. Traversez et prenez le sentier en face, derrière l'arrêt de bus, pour ensuite traverser le lit de "La Grande Ravine" et retrouvez le sentier en face qui vous mène jusqu'à la route (Chemin des Fucréas). Traversez-la et longez-la sur environ 200m puis prenez à DROITE pour rejoindre un sentier qui vous mène jusqu'à la D41 (route de La Montagne). Soyez attentif : de nombreuses bifurcations peuvent prêter à confusion dans le terrain de cross. Bien suivre le balisage de la course. Au niveau de la maison Forestière sur la D41, route de La Montagne (route des Goyaviers), prenez à gauche et suivez la route sur 200m. Puis, prenez le sentier sur votre DROITE pour la dernière montée jusqu'à la croisée des sentiers. Laissez sur votre droite le sentier venant de la Fenêtre et du sentier de l'Îlet à Guillaume et prenez à GAUCHE en direction du Colorado.
67,7	682	Colorado	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. Au poste de ravitaillement, suivre le sentier de crête qui plus loin bifurque à droite et plonge dans la forêt en direction du Stade de la Redoute.
71,7	347	Belvédère de La Vigie	Au niveau du Belvédère prenez le "sentier de la Vigie" qui vous mènera jusqu'au Stade de la Redoute
74,7	53	La Redoute	STADE DE LA REDOUTE... Attention barrière horaire éliminatoire ! Vague 1 : 22h15 Vague 2 : 22h25. Arrivée et fin de votre périple. Enfin le repos et le réconfort que vous attendez. FIN DE LA MASCAREIGNES



Pour le
GrandRaid
2026, célébrons
ensembles les
énergies qui
nous rassemblent



POSTES	OUVERTURE	FERMETURE	PARTIEL KM	CUMUL KM	ALTI.	D+	CUMUL D+	D-	CUMUL D-	POINTAGE ÉLECTRONIQUE	ASSISTANCE PERSO	RAV. MARATHON	SOUPE	REPAS CHAUD	MÉDECIN	INFIRMIER	KINÉ	PODOLOGUE	SECOURISTE	OSTÉOPATHE
ST PAUL GROTTÉ DU PEUPEMENT	SAMEDI 4H00	SAMEDI 6H00	0,0	0,0	6	0	0	0	0		0									
ECOLE DE BELLEMÈNE	SAMEDI 6H00	SAMEDI 8H00	6,0	6,0	403	412	412	15	15		0									
ILET SAVANNAH	SAMEDI 6H30	SAMEDI 11H00	9,1	15,1	133	206	618	476	491		0									
CHEMIN RATINAUD - KALLA	SAMEDI 7H15	SAMEDI 13H00	7,2	22,3	445	639	1257	327	818		X									
LA POSSESSION - PLACE FESTIVAL	SAMEDI 8H15	SAMEDI 15H30	7,1	29,4	20	173	1430	595	1413		0									
GRANDE CHALOUPÉ	SAMEDI 09H15	SAMEDI 17H00	9,0	38,4	9	381	1811	395	1808		0									
SAINT BERNARD			4,2	42,6	455	466	2277	20	1828		X									
COLORADO	SAMEDI 10H30	SAMEDI 19H00	4,7	47,3	682	360	2637	133	1961		0									
BELVÈDÈRE DE LA VIGIE			4,1	51,4	348	17	2654	350	2311		X									
LA REDOUTE	SAMEDI 11H00	SAMEDI 20H00	2,9	54,3	49	20	2674	320	2631		0									



POINTAGE AVEC BARRIÈRE HORAIRE ÉLIMINATOIRE



POINTAGE INDICATIF (NON ÉLIMINATOIRE)



ASSISTANCE PERSONNELLE AUTORISÉE

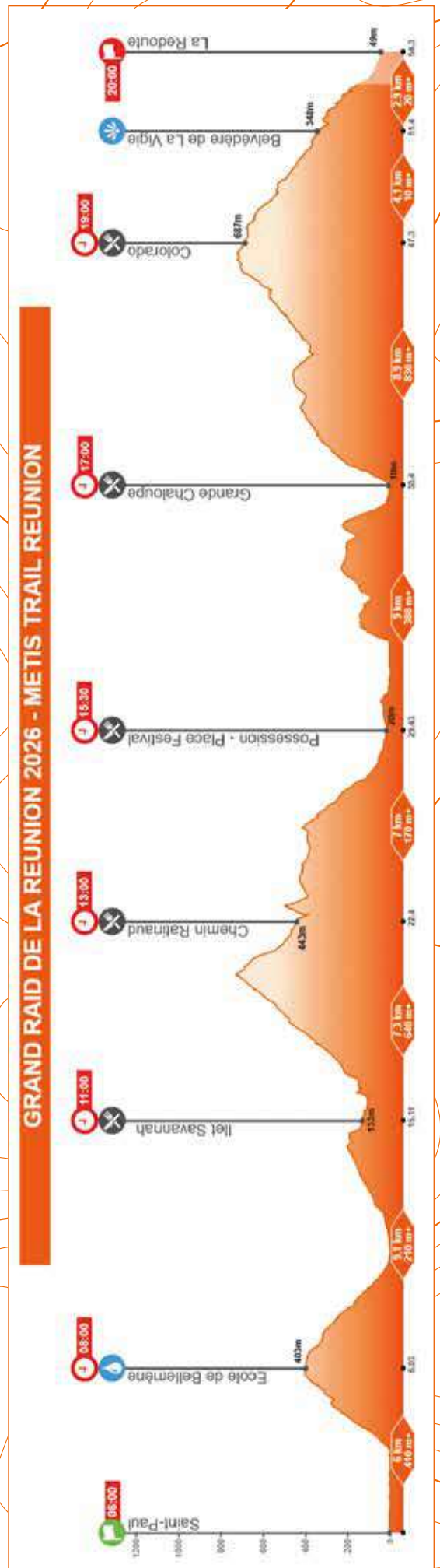


ASSISTANCE PERSONNELLE NON AUTORISÉE

KM CUMULÉS TDB	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
0,0	6	ST Paul Grotte du Peuplement	Départ à la Grotte du Peuplement sur la Commune de Saint-Paul. Suivre la route des 1ers Français, puis emprunter la piste cyclable passant sous la Route des Tamarins. Traverser la D6 (Rampe de Plateau Caillou), emprunter le Chemin de la Ravine Bernica, puis continuer sur le Chemin du Tour des Roches jusqu'au Chemin Pavé Loughnon. Là débute la rude montée vers le Stade de Bellemène, premier poste de ravitaillement.
6,0	403	Ecole de Bellemene	Attention : barrière horaire éliminatoire au pointage. En quittant le poste de ravitaillement, continuer sur la route avant de descendre, 300 mètres plus loin, à gauche par le Chemin Macabit. Suivre ensuite, toujours sur la gauche, le sentier qui ramène sur le Chemin du Tour des Roches. À ce niveau, continuer sur la droite et prendre le Chemin des Raphias jusqu'au Chemin Déboulé afin d'atteindre la RD4. Remonter ensuite vers la rue Gabriel Martin, puis prendre à gauche la rue Jean Saleles pour continuer sur la rue des Agaves jusqu'au Chemin de Sans Soucis. À cet endroit, vous retrouverez le parcours commun à la Diagonale des Fous et au Trail de Bourbon en direction d'Ilet Savannah.
15,1	133	Ilet Savannah	Attention : barrière horaire éliminatoire au pointage. Vous quittez le pointage direction rivière des Galets où vous avez un passage à gué. Vous sillonnez sur la rive opposée dans un sentier en balcon jusqu'à atteindre le village de Halte-Là. De là, vous laissez sur votre GAUCHE le stade, pour prendre à DROITE le Sentier de Bord. Suivre le balisage du sentier qui chemine en montée à travers une récente zone d'habitation (sur environ 1 km), puis jusqu'au Chemin Darel (chemin bétonné). Prendre à GAUCHE le Chemin Darel puis à DROITE le Chemin du Plateau. Au bout de 200m reprendre à DROITE dans le champ de cannes, pour rejoindre à nouveau le Sentier de Bord jusqu'à une bifurcation qui part sur votre GAUCHE pour descendre en direction du Chemin Ratinaud. À partir de ce point et jusqu'à l'arrivée le balisage de la course devient unique aux cinq couleurs des courses du Grand Raid (jaune, bleu, vert, rouge, orange). Attention à la traversée de la route (RD1), qui reste ouverte à la circulation. Continuez sur le petit sentier en face. Descendre pour trouver le chemin menant au poste de ravitaillement.
22,0	445	Chemin Ratinaud - Kalla	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. Continuez jusqu'à l'entrée du sentier de la Kalla sur votre droite (entre 2 gros manguiers). Attention à la descente, traversez le lit de la ravine et commencez votre montée vers la grotte "Kalla". Vous descendez ensuite vers la Possession.
27,7	119	Fin du sentier Kalla	À la sortie du sentier Kalla, vous arrivez sur la voie privée de la résidence « La Grande Montagne ». Prenez à gauche et traversez le lotissement pour rejoindre le chemin Bœuf Mort. Au stop, prenez à droite en direction de la rue Leconte-de-Lisle. Attention : zone ouverte à la circulation des véhicules. Aux feux tricolores, prenez à gauche sur environ 100 m puis traversez la route pour rejoindre le poste de ravitaillement de la Place Festival.
29,4	20	La Possession - Place Festival	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. En quittant le poste de ravitaillement, traversez la route et reprenez à GAUCHE, le long de la Rue Leconte Delisle sur 300 m. Au second feu tricolore, prenez à DROITE sur le chemin des Lataniers. Après 100 m, traversez la route pour prendre le sentier sur votre gauche qui mène au Parc Rosthon. Suivez le balisage jusqu'à la rue Evariste de Parry. Prenez ensuite à DROITE en direction de la NRL et longez la rue Raymond Mondon sur environ 1 km jusqu'au rond-point. Prenez en face le chemin bétonné. Au portique en bois, vous êtes à l'entrée du chemin historique, Chemin Crémont, dit "Chemin des Anglais". Le sentier est pavé et glissant. La montée est raide, ponctuée de faux plats avant d'entamer la descente vers La Grande Chaloupe, jusqu'au portique en bois. Après celui-ci, prenez à GAUCHE, le poste de ravitaillement est situé à environ 500 m plus loin.
38,4	9	Grande Chaloupe	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage, ravitaillement à l'ancienne gare ferroviaire du village. En quittant le poste, prendre tout de suite à droite la deuxième partie du Chemin des Anglais qui vous mènera à St- Bernard / La Montagne (commune de Saint Denis).

DESCRIPTIF MÉTIS 2026

KM CUMULÉS	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
42,6	455	Saint Bernard	À la sortie du sentier, suivez le chemin bétonné du chemin de la Grande Chaloupe jusqu'à la croisée du chemin du Père Rimbault. Prenez en face le chemin de la Ruelle Bambou qui vous mène jusqu'à l'intersection avec le chemin de Saint-Bernard. Traversez et prenez le sentier en face, derrière l'arrêt de bus, puis traversez le lit de la Grande Ravine et retrouvez le sentier en face qui vous mène jusqu'à la route (chemin des Fucréas). Traversez-la et longez-la sur environ 200 m, puis prenez à droite pour rejoindre un sentier qui vous mène jusqu'à la D41 (route de La Montagne). Soyez attentif : de nombreuses bifurcations peuvent prêter à confusion dans le terrain de cross, veillez à bien suivre le balisage de la course. Au niveau de la maison forestière sur la D41, route de La Montagne (route des Goyaviers), prenez à gauche et suivez la route sur environ 200 m. Puis prenez le sentier sur votre droite pour la dernière montée jusqu'à la croisée des sentiers. Laissez sur votre droite le sentier venant de la Fenêtre et du sentier de l'Îlet à Guillaume et prenez à gauche en direction du Colorado.
47,3	682	Colorado	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. En quittant ce poste ne pas oublier de porter votre T-shirt officiel (voir règlement de course). Longez le chemin du Colorado dans le parc de loisirs puis, plus loin, bifurquez à droite en direction du sentier du Colorado. Laissez le sentier du Colorado sur votre droite (sentier fermé depuis le passage du cyclone Garance) et poursuivez sur le sentier juste en face. Celui-ci offre de magnifiques vues sur la ville de Saint-Denis et vous mène jusqu'au Chemin du Piton Trésor. À la sortie du sentier, prenez à droite et descendez jusqu'à rejoindre la D41 - Route de la Montagne. Tournez à droite, traversez la route, puis empruntez en face le sentier des Rampes de la Montagne. Ce sentier pavé vous conduit au Chemin des Perles. Prenez à gauche, passez à proximité du stade de football de la Montagne puis continuez jusqu'au sentier en direction de la Redoute. Vous arriverez sur le Chemin de la Vigie : prenez à gauche et suivez-le jusqu'au Belvédère de la Vigie.
51,4	348	Belvédère de La Vigie	Au niveau du Belvédère prenez le "sentier de la Vigie" qui vous mènera jusqu'au Stade de la Redoute
54,3	49	La Redoute	STADE DE LA REDOUTE... Arrivée et fin de votre aventure, BRAVO ! FIN DU METIS TRAIL REUNION.



ZEMBROCAL TRAIL / RELAIS 1

POSTES	OUVERTURE POSTES	FERMETURE	PARTIEL KM	CUMUL RELAIS	CUMUL TOTAL	ALT.	D+	CUMUL D+ RELAIS	CUMUL D+ TOTAL	D-	CUMUL D- RELAIS	CUMUL D- TOTAL	POIN-TAGE ÉLECTRO NIQUE	ASSIS-TANCE PERSO	RAV. MARA-THON	SOUPE	REPAS CHAUD	MÉDECIN	INFIR-MIER	KINÉ	PODO-LOGUE	SE-OU-RISTE	OSTÉO-PATHE
PLACE DE LA MAIRIE SAINT-JOSEPH	JEUDI 15H00	JEUDI 17H00	0,0	0	0	30	0	0	0	0	0	0		0									
BALANCE LANGEVIN			4,8	4,8	4,8	39	144	144	144	133	133	133		X									
GRAND GALET ECOLE	JEUDI 16H00	JEUDI 20H00	9,6	14,4	14,4	513	483	627	627	12	145	145		X									
ROUTE DU VOLCAN			12,1	26,5	26,5	2267	1821	2448	2448	65	210	210		X									
PAS DE SABLE	JEUDI 20H00	VENDREDI 01H30	1,9	28,4	28,4	2346	85	2533	2533	7	217	217		X									
PITON TEXTOR			6,0	34,4	34,4	2152	118	2651	2651	314	531	531		X									
PARKING AIRE NEZ DE BŒUF	JEUDI 20H30	VENDREDI 3H45	3,2	37,6	37,6	2018	3	2654	2654	133	664	664		0									

ZEMBROCAL TRAIL / RELAIS 2

POSTES	OUVERTURE POSTES	FERMETURE	PARTIEL KM	CUMUL RELAIS	CUMUL TOTAL	ALT.	D+	CUMUL D+ RELAIS	CUMUL D+ TOTAL	D-	CUMUL D- RELAIS	CUMUL D- TOTAL	POIN-TAGE ÉLECTRO NIQUE	ASSIS-TANCE PERSO	RAV. MARA-THON	SOUPE	REPAS CHAUD	MÉDECIN	INFIR-MIER	KINÉ	PODO-LOGUE	SE-OU-RISTE	OSTÉO-PATHE
PARKING AIRE NEZ DE BŒUF			0,0	0,0	37,6	2018	0	0	2654	0		664		0									
MARE À BOUE	"JEUDI 21H30"	"VENDREDI 05H15"	10,4	10,4	48,0	1601	64	64	2718	484	484	1148		0									
COTEAU KERVÉGUEN			10,2	20,6	58,2	2256	752	816	3470	96	580	1244		X									
CROISÉE COTEAU KERVÉGUEN	"JEUDI 23H30"	VENDREDI 9H30	1,9	22,5	60,1	2481	236	1052	3706	11	591	1255		X									
GÎTE DE BÉLOUVE	VENDREDI 00H30	VENDREDI 11H30	8,8	31,3	68,9	1488	41	1093	3747	1024	1615	2279		X									
HELL-BOURG - STADE	"VENDREDI 01H00"	"VENDREDI 12H45"	4,2	35,5	73,1	994	50	1143	3797	553	2168	2832		0									



ZEMBROCAL TRAIL / RELAIS 3

POSTES	OUVERTURE POSTES	FERMETURE	PARTIEL KM	CUMUL RELAIS	CUMUL TOTAL	ALT.	D+	CUMUL D+	CUMUL D+ RELAIS	D-	CUMUL D-	CUMUL D- RELAIS	POIN-TAGE ÉLECTRO NIQUE	ASSIS-TANCE PERSO	RAV. MARA-THON	SOUPE	REPAS CHAUD	MÉDECIN	INFIR-MIER	KINÉ	PODO-LOGUE	SE-OU-RISTE	OSTÉO-PATHE
HELL-BOURG - STADE			0,0	0	73,1	994			3797			2832		0									
BRAS MARRON			3,7	3,7	76,8	747	53	53	3850	301	301	3133		X									
GRAND SABLE			4,4	8,1	81,2	1066	442	495	4292	123	424	3256		X									
PLAINE DES MERLES	VENDREDI 05H00	VENDREDI 17H00	5,0	13,1	86,2	1809	779	1274	5071	37	461	3293		X									
SENTIER SCOUT	VENDREDI 05H15	VENDREDI 17H45	2,2	15,3	88,4	1632	9	1283	5080	185	646	3478		0									
LA PLAQUE			6,4	21,7	94,8	896	89	1372	5169	824	1470	4302		X									
ILET À BOURSE			1,9	23,6	96,7	896	144	1516	5313	150	1620	4452		X									
GRAND PLACE - ECOLE	VENDREDI 6H00	VENDREDI 21H00	3,3	26,9	100,0	662	147	1663	5460	375	1995	4827		0									
INTERSECTION CANALISATION DES ORANGERS			3,7	30,6	103,7	776	446	2109	5906	333	2328	5160		X									
ROUTE DES ORANGES / SANS SOUCIS LES HAUTS			12,0	42,6	115,7	738	417	2526	6323	455	2783	5615		X									
ILET SAVANNAH	VENDREDI 06H30	SAMEDI 02H00	3,8	46,4	119,5	133	21	2547	6344	626	3409	6241		0									
STADE GUILLAUME ADOLPHE	VENDREDI 07H00	SAMEDI 02H50	2,0	48,4	121,5	229	142	2689	6486	46	3455	6287		X									



G R O U P
E · D E ·
S A N T E
C L I N I
F U T U R

ZEMBROCAL TRAIL / RELAIS 4

POSTES	OUVERTURE POSTES	FERMETURE	PARTIEL KM	CUMUL RELAIS	CUMUL TOTAL	ALT.	D+	CUMUL D+	CUMUL D+ RELAIS	D-	CUMUL D-	CUMUL D- RELAIS	POIN-TAGE ÉLECTRO NIQUE	ASSIS-TANCE PERSO	RAV. MARA-THON	SOUPE	REPAS CHAUD	MÉDECIN	INFIR-MIER	KINÉ	PODO-LOGUE	SE-OU-RISTE	OSTÉO-PATHE
STADE GUILLAUME ADOLPHE			0,0	0,0	121,5	229			6486			6287		0									
CHEMIN RATINAUD	VENDREDI 08H30	SAMEDI 04H30	5,5	5,5	127,0	440	496	496	6982	281	281	6568		X									
FIN DU SENTIER KALLA			6,0	11,5	133,0	67	164	660	7146	541	822	7109		X									
POSSESSION PLACE FESTIVAL	VENDREDI 09H00	SAMEDI 05H45	1,2	12,7	134,2	21	0	660	7146	45	867	7154		0									
GRANDE CHALOUPÉ	VENDREDI 9H30	SAMEDI 07H30	9,5	22,2	143,7	10	372	1032	7518	384	1251	7538		0									
SAINT-BERNARD			4,4	26,6	148,1	456	474	1506	7992	27	1278	7565		X									
COLORADO	VENDREDI 10H00	SAMEDI 09H30	4,8	31,4	152,9	682	374	1880	8366	148	1426	7713		0									
BELVÈDÈRE DE LA VIGIE			4,1	35,5	157,0	348	7	1887	8373	342	1768	8055		X									
LA REDOUTE	VENDREDI 12H00	SAMEDI 10H45	3,0	38,5	160,0	49	13	1900	8386	312	2080	8367		X									



POINTAGE AVEC BARRIÈRE HORAIRE ÉLIMINATOIRE



POINTAGE INDICATIF (NON ÉLIMINATOIRE)



ASSISTANCE PERSONNELLE AUTORISÉE



ASSISTANCE PERSONNELLE NON AUTORISÉE

DESCRIPTIF ZEMBROCAL 2026 - RELAIS 1

KM RELAIS	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
0	30	Place de la Mairie-Saint Joseph	Départ place de la mairie, au rond point de la Gare, prendre à gauche sur la rue Paul Demange, puis sur la rue H. Foucque, puis enchaîner avec la rue Jean Albany. Poursuivez ensuite sur la rue des Prunes, puis la rue des Oignons et enfin la rue Maunier. Descendez l'escalier menant à la RN2 que vous longerez sur environ 100 mètres. Au niveau de la balance de Langevin, prenez à gauche pour continuer le parcours.
4,8	39	Balance Langevin	Direction Grand Galet en longeant la rivière.
14,4	513	Grand Galet Ecole	Pointage électronique et ravitaillement. Après avoir quitté le poste, poursuivez sur la route jusqu'à ce qu'elle devienne une piste menant vers le réservoir d'eau. Continuez en direction de Cap Blanc puis de la Plaine des Sables. Vous traverserez successivement les rivières Grande Ravine et Sept Bras. Une fois sur l'autre rive, prenez à droite en direction de Grand Pays. Vous passerez devant un abri, avant d'entamer le sentier menant à une forêt de filao. À Grand Pays, suivez la ligne de crête jusqu'au sommet. De là, engagez-vous sur une descente abrupte sur votre gauche, par un sentier technique composé de roches basaltiques. Poursuivez ensuite par une montée exigeante d'environ une centaine de lacets serrés, puis amorcez une descente dans une ravine. À cet endroit débute une coulée de lave appelée Piton Chisny, caractérisée par un sol de roche basaltique. Cette section vous mènera jusqu'à la Plaine des Sables, au paysage lunaire. Prenez à gauche et suivez la route sur 1,7 km jusqu'au parking du Pas de Sable.
26,5	2267	Route du Volcan	
28,4	2346	Pas de Sable	Pointage électronique, prendre à droite le GR en Direction de l'oratoire Sainte-Thérèse, via le Piton Textor sur 6 km.
34,4	2152	Piton Textor	Après le Piton Textor, suivez le GR sur environ 300 mètres. Quittez ensuite le sentier principal en bifurquant à gauche à travers les brantes pour une portion d'environ 400 mètres. Traversez la route forestière du Volcan, puis retrouvez le GR en direction du Nez de Bœuf. Poursuivez sur le sentier de la Rivière des Remparts jusqu'à atteindre l'aire de pique-nique du Nez de Bœuf.
37,6	2018	Parking aire Nez de Bœuf	Passage de relais, pointage et ravitaillement.

DESCRIPTIF ZEMBROCAL 2026 - RELAIS 2

KM RELAIS	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
0	2018	Parking aire Nez de Bœuf	Poste de ravitaillement - Pointage électronique - Départ du relais : En quittant le poste, traversez la route du Volcan pour reprendre immédiatement en face le sentier de l'Argamasse. Vous croiserez une piste : prenez alors le petit sentier à droite dans les brantes, jusqu'à une bifurcation. À ce point, engagez-vous sur le sentier de gauche et continuez sur ce sentier central, jusqu'au Chalet des Pâtres.
10,4	1601	Mare à Boue	Après avoir dépassé le chalet des Pâtres, suivez le chemin bétonné jusqu'à rejoindre la RN3. Traversez la route avec prudence, puis longez-la en bordure d'une prairie privée. Attention : ces terrains sont strictement interdits lors des reconnaissances du parcours. Poursuivez en prenant à gauche sur le chemin en direction du Piton des Neiges, en suivant la signalisation en place. Après environ 2 km, vous atteindrez un virage marqué vers la gauche formant une intersection : à cet endroit, continuez tout droit sur le chemin situé en face. Ce dernier rejoint, une centaine de mètres plus loin, le point d'assistance de Mare à Boue.
20,6	2256	Coteau Kervéguen	En quittant le poste de Mare à Boue suivez le sentier qui monte de façon régulière jusqu'au passage des échelles du Coteau Maigre, puis plonge rapidement par six échelles métalliques, en direction de la forêt Duvernay. Laissez sur votre droite le sentier Duvernay et poursuivez votre ascension en direction du Coteau Kervéguen. Dernier point d'eau avant le gîte de Bélouve.
22,5	2481	Croisée coteau kervéguen	À la Croisée Coteau Kervéguen, laissez sur votre gauche le GRR1 en direction de Cilaos et poursuivez tout droit vers le gîte de la Caverne Dufour. Continuez ensuite la descente jusqu'à l'intersection du Cap Anglais. À cet endroit, ignorez le sentier du Cap Anglais sur votre gauche et engagez-vous dans une longue descente, très technique, en direction du gîte de Bélouve.
31,3	1488	Gîte de Bélouve	Au gîte de Bélouve, entamez une descente assez technique en direction d'Hell-Bourg, offrant de superbes panoramas sur les reliefs verdoyants du cirque de Salazie. Vous rejoignez une aire de pique-nique : poursuivez encore sur environ 800 mètres, puis tournez à gauche en direction du stade.
35,5	994	Hell-Bourg - Stade	Vous arrivez au Stade Paul Dominique Hubert de Hell-Bourg. Passage de relais, pointage et ravitaillement.

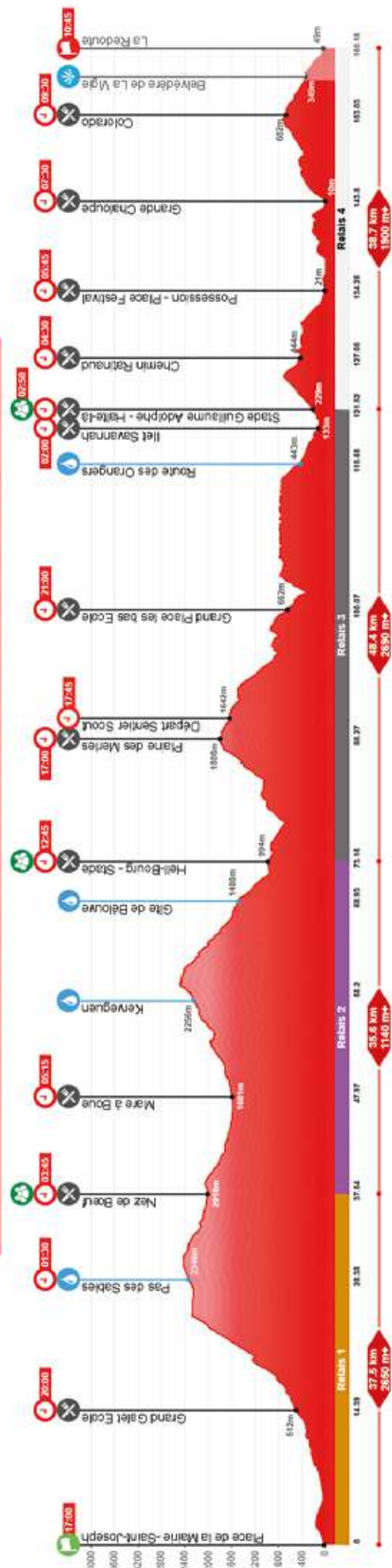
DESCRIPTIF ZEMBROCAL 2026 - RELAIS 3

KM RELAIS	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
0	994	Hell-Bourg - Stade	Poste de ravitaillement - Pointage électronique - Départ du relais. Quittez le poste en empruntant les escaliers, puis descendez le sentier du gymnase. Poursuivez tout droit en descendant la RD48, puis prenez à gauche. Passez devant la gendarmerie et continuez en direction du sentier des Anciens Thermes. Rejoignez de nouveau la RD48 en direction de l'Îlet à Vidot. Au terminus de la route, tournez à droite sur le chemin Bras Marron et suivez-le jusqu'au parking. Descendez et poursuivez sur le sentier à votre gauche. Passez la passerelle puis continuez sur le sentier qui se transforme ensuite en piste empruntée par des 4x4. Vous aborderez alors une pente assez exigeante avant de rejoindre l'Îlet de la Mare d'Affouches.
8,1	1066	Grand Sable	Empruntez la bifurcation « Grand Sable » sur votre gauche. Continuez en passant devant le refuge, puis suivez le balisage rouge et blanc du GR. Laissez le sentier « Trou Blanc » sur votre gauche et poursuivez jusqu'au passage à gué de la rivière. Après avoir franchi le passage à gué, continuez sur environ 50 mètres, puis prenez à gauche en direction de « Marla - Col de Fourche ». Poursuivez le sentier et franchissez un pont en bois au niveau de la ravine Pont de Chien. Vous traverserez ensuite à plusieurs reprises les ravines Fleurs Jaunes et Bras des Merles, avec quelques passages techniques et délicats. À l'intersection entre « Col de Fourche » (vers La Nouvelle) et « Plaine des Merles » (vers Le Bélier), prenez à droite en direction de la Plaine des Merles. Suivez ce sentier sur environ 200 mètres, puis rejoignez la piste forestière qui vous mènera jusqu'au poste de ravitaillement de la Plaine des Merles.

SUITE... - RELAIS 3

KM RELAIS	ALTITUDE	REPÈRES	PARCOURS
13,1	1809	Plaine des Merles	Ravitaillement et barrière horaire éliminatoire au pointage. L'endroit est souvent très humide; poursuivez sur le GR R1 et GR R3 - direction sous le Piton Marmite - puis empruntez la RF 13 du Haut de Mafate. Vous basculez alors de nouveau dans le Cirque de Mafate, par l'un des plus beaux sentiers de l'île : le Sentier Scout.
15,3	1632	Sentier Scout	Barrière horaire éliminatoire au pointage. Le Sentier Scout marque votre entré dans le Cirque de Mafate paradis du traileur ! Vous entamez une longue descente sur le GRR3, suivie de la traversée du Bras Bémale, avant une petite remontée sur le Grand Rein. Prudence au niveau du passage vertigineux nommé "Les Deux Fesses" : le sentier, récemment rénové, est désormais équipé pour votre sécurité d'un garde-corps en câble sur le côté gauche. La descente se poursuit ensuite jusqu'à La Plaque, où vous retrouvez également le GRR2
21,7	1809	La Plaque	Laissez le sentier rejoignant l'Îlet à Malheur et prenez à gauche en direction de l'Îlet à Bourse. La descente vous emmène vers la Grande Ravine. Suivez le balisage et empruntez le sentier qui passe sous la passerelle. Une rude ascension vous attend avec quelques passages délicats pour accéder à un nouveau plateau, puis vous redescendez par le sentier menant à l'Îlet à Bourse.
23,6	896	Îlet à Bourse	Après avoir quitté l'Îlet à Bourse, vous entamez une nouvelle descente. Vous traverserez alors le Bras d'Oussy par une passerelle, puis un raidillon escarpé vous attend. Au sommet, continuez tout droit, laissez sur votre gauche tous les sentiers et poursuivez en face pour atteindre le poste de l'école de Grand Place.
26,9	896	Grand Place - Ecole	Barrière horaire éliminatoire au pointage et au poste de ravitaillement. En quittant le poste, entamez la descente en direction de la passerelle des Lataniers. Ne l'empruntez pas (accès interdit pour des raisons de fragilité). Effectuez le passage à gué de la Rivière des Galets, sous la passerelle, puis remontez en direction de l'Îlet des Lataniers. Laissez l'Îlet sur votre gauche et poursuivez l'ascension jusqu'à l'intersection de la canalisation des Orangers.
30,6	776	Intersection Canalisation des Orangers	À l'intersection, prenez à droite le sentier de la canalisation des Orangers. Ce sentier offre de magnifiques points de vue sur Mafate et la Rivière des Galets.
42,6	738	Route des Orangers / Sans Soucis les hauts	À la sortie du sentier, poursuivez sur la route des Oranges en suivant le balisage. Rejoignez en suite un petit sentier pavé qui débouche sur la rue de l'église Saint-Thomas. Prenez à gauche et suivez la rue jusqu'à l'intersection, puis tournez à droite en suivant le balisage. Vous rejoindrez alors un sentier menant au chemin du Gros Tamarin, situé environ 300 mètres plus loin.
46,4	133	Îlet Savannah	Prenez à droite pour entamer la descente en direction du poste de l'Îlet Savannah, en suivant le balisage. En quittant le poste, traversez la Rivière des Galets pour rejoindre le sentier bord. Continuez à suivre le balisage jusqu'à l'arrivée au poste de relais du Stade Guillaume Adolphe (Halte-là).
48,4	229	Stade Guillaume Adolphe	Arrivée relais 3 - Départ relais 4

GRAND RAID DE LA REUNION 2026 - ZEMBROCAL TRAIL



DESCRIPTIF ZEMBROCAL 2026 - RELAIS 4

KM RELAIS	ALTI- TUDE	REPÈRES	PARCOURS
0	229	Stade Guillaume Adolphe	Départ du dernier relais. Après avoir pointé, prenez le sentier de Bord, suivre le balisage jusqu'à une bifurcation qui part sur votre gauche pour descendre en direction du Chemin Ratinaud. Le balisage de la course devient à ce niveau unique aux cinq couleurs des courses du Grand Raid (jaune, bleu, vert, rouge, orange). Attention à la traversée de la route (D1) qui reste ouverte à la circulation des véhicules, continuer sur le petit sentier en face en laissant un réservoir à votre gauche protégé par un grillage. Descendre pour trouver le chemin Ratinaud jusqu'au poste de ravitaillement.
5,5	440	Chemin Ratinaud	Attention barrière horaire éliminatoire au pointage. Continuez jusqu'à l'entrée du sentier de la Kalla sur votre droite (entre 2 gros man- quiers). Attention à la descente, traversez le lit de la ravine et commencez votre montée vers la grotte «Kalla». Vous descendez ensuite vers la Possession. À la sortie du sentier Kalla, vous arrivez sur la voie privée de la résidence « La Grande Montagne ». Prenez à gauche et traversez le lotissement pour rejoindre le chemin Bœuf Mort. Au stop, prenez à droite en direction de la rue Leconte-de-Lisle. Attention : zone ouverte à la circulation des véhicules. Aux feux tricolores, prenez à gauche sur environ 100 m puis traversez la route pour rejoindre le poste de ravitaillement de la Place Festival.
11,5	67	Fin du sentier Kalla	
12,7	21	Possession - Place Festival	Barrière horaire éliminatoire au pointage. En quittant le poste de ravitaillement, traversez la route puis prenez à gauche le long de la rue Leconte-de-Lisle. Après environ 300 m, tournez à droite dans la rue Marcelle Vinka. Poursuivez à travers les allées et promenades des nouveaux bâtiments du quartier Cœur de Ville jusqu'à rejoindre le chemin des Lataniers. Prenez à gauche sur environ 100 m puis à droite. Suivez ce chemin jusqu'à une courte descente escarpée qui vous conduit dans un sous-bois du parc Rosthon. Après avoir traversé à gué la Grande Ravine des Lataniers, continuez en suivant le balisage à travers le verger et le long de la ravine jusqu'à rejoindre la rue Evariste de Parny. Tournez à droite en direction de la NRL puis longez la rue Raymond Mondon sur environ 1 km jusqu'au rond-point. Traversez le rond-point tout droit et empruntez le chemin bétonné, puis traversez la ravine. Au portique en bois, prenez la direction de l'historique chemin Crémont, également appelé « Chemin des Anglais », ancien sentier pavé de roche volcanique qui surplombe la route du Littoral. La montée est raide, ponctuée de quelques faux plats, avant d'entamer la descente vers la Grande Chaloupe jusqu'à un nouveau portique en bois. Après celui-ci, prenez à gauche : le poste de ravitaillement se situe environ 300 m plus loin.
22,2	10	Grande Chaloupe	En quittant le poste de ravitaillement, poursuivez sur environ 600 mètres en direction de la Route de la Montagne. Au rond-point, continuez en face sur le chemin bétonné, connu sous le nom de "Chemin Crémont". Traversez la ravine, vous entrez alors sur le Chemin des Anglais au niveau du portique en bois. La montée de ce sentier pavé est soutenue, entrecoupée de quelques faux plats, avant d'entamer la descente vers la Grande Chaloupe. Continuez jusqu'au deuxième portique en bois. Juste après celui-ci, prenez à gauche. Le poste de ravitaillement se trouve environ 300 mètres plus loin. Ravitaillement à l'ancienne gare ferroviaire du village.
26,6	456	"Saint-Bernard "	A la sortie du sentier suivez le chemin bétonné : Chemin de La Grande Chaloupe jusqu'à la croisée du Chemin du père Raimbault. Prenez en face Chemin de la Ruelle Bambou qui vous emmène jusqu'à l'intersection avec le Chemin de Saint Bernard. Traversez et prenez le sentier en face, derrière l'arrêt de bus, pour ensuite traverser le lit de "La Grande Ravine" et retrouvez le sentier en face qui vous mène jusqu'à la route (Chemin des Fucréas). Traversez-la et longez-la sur environ 200m puis prenez à DROITE pour rejoindre un sentier qui vous mène jusqu'à la D41 (route de La Montagne). Soyez attentif : de nombreuses bifurcations peuvent prêter à confusion dans le terrain de cross. Bien suivre le balisage de la course. Au niveau de la maison Forestière sur la D41, route de la Montagne (route des Goyaviers), prenez à gauche et suivez la route sur 200m. Puis, prenez le sentier sur votre DROITE pour la dernière montée jusqu'à la croisée des sentiers. Laissez sur votre droite le sentier venant de la Fenêtre et du sentier de l'Îlet à Guillaume et prenez à GAUCHE en direction du Colorado.
31,4	682	Colorado	En quittant ce poste ne pas oublier de porter votre T-shirt officiel (voir règlement de course). Longez le chemin du Colorado dans le parc de loisirs puis, plus loin, bifurquez à droite en direction du sentier du Colorado. Laissez le sentier du Colorado sur votre droite (sentier fermé depuis le passage du cyclone Garance) et poursuivez sur le sentier juste en face. Celui-ci offre de magnifiques vues sur la ville de Saint-Denis et vous mène jusqu'au Chemin du Piton Trésor. À la sortie du sentier, prenez à droite et descendez jusqu'à rejoindre la D41 - Route de la Montagne. Tournez à droite, traversez la route, puis empruntez en face le sentier des Rampes de la Montagne. Ce sentier pavé vous conduit au Chemin des Perles. Prenez à gauche, passez à proximité du stade de football de la Montagne puis continuez jusqu'au sentier en direction de la Redoute. Vous arriverez sur le Chemin de la Vigie : prenez à gauche et suivez-le jusqu'au Belvédère de la Vigie.
35,5	348	Belvédère de La Vigie	Au niveau du Belvédère prenez le "sentier de la Vigie" qui vous mènera jusqu'au Stade de la Redoute
38,5	49	La Redoute	STADE DE LA REDOUTE... Arrivée et fin de votre périple. Enfin le repos et le réconfort que vous attendez. FIN DU ZEMBROCAL TRAIL



**FUEL
YOUR
ULTRA**

NÄÄK CONÇOIT UNE NUTRITION SPORTIVE DURABLE,
DÉVELOPPÉE POUR PROPULSER VOTRE AMBITION PERSONNELLE
ET VOUS GARANTIR DE NE JAMAIS AVANCER SEUL.

L'ULTRA N'EST PAS UNE DISTANCE.
C'EST UN ÉTAT D'ESPRIT.



Découvrez nääk sur
eu.naak.com
et profitez de
15% de réduction
avec le code
GRANDRAID26



**PARTENAIRE
NUTRITION
OFFICIEL**





LES CHIFFRES DES INSCRITS

	DIAGONALE DES FOUS	TRAIL DE BOURBON	MASCAREIGNES	RELAIS ZEMBROCAL	MÉTIS TRAIL	TOTAL
	1294	770	878	555	449	3946
	1352	499	551	264	203	2869
	225	48	83	13	42	411
TOTAL	2871	1317	1512	832	694	7226

208 équipes de 4

15 AU 18
OCTOBRE
2026

	DIAGONALE DES FOUS	TRAIL DE BOURBON	MASCAREIGNES	RELAIS ZEMBROCAL	MÉTIS TRAIL
H/F	2549 322	1048 296	1086 426	470 362	447 247
TOTAL	2871	1317	1512	832	694
+JEUNE	20 ans	22 ans	20 ans	20 ans	20 ans
+ÂGÉ(E)	78 ans	75 ans	70 ans	73 ans	77 ans
MOYENNE	43 ans	40 ans	38 ans	37 ans	42 ans
PAYS	34 pays	15 pays	17 pays	8 pays	19 pays



La **Cinor**
Terre Durable
Nos encouragements
aux coureurs

Partenaire du Grand Raid
s'engage pour une course propre



La Redoute

Colorado

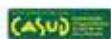
Grande Chaloupe

Rendez-vous à l'arrivée avec la





**MAINTENANT
TOUS
LES EMBALLAGES
EN PLASTIQUE
SE TRIENT DANS LE
BAC JAUNE**



Plus d'infos sur citeo-reunion.com



PROTEZ LA NATIR

LA PLUS BELLE DES COURSES ?



JE NETTOIE MON MATÉRIEL AVANT OU APRÈS
CHAQUE SORTIE POUR NE PAS DISPERSER DE
GRAINES DE PLANTES INVASIVES



JE RAMÈNE MES DÉCHETS,
Y COMPRIS ORGANIQUES



BESOINS EN NATURE :
LOIN DE L'EAU ET DES CHEMINS,
ZÉRO PAPIER LAISSÉ



JE VÉRIFIE SI LE SENTIER EST PRATICABLE
ET SÉCURISÉ NOTAMMENT SUR ONF.FR



JE PRÉVOIS ASSEZ D'EAU,
MÊME POUR LE RETOUR

CELLE QUI RESPECTE NOTRE NATURE ET VOTRE SÉCURITÉ !



JE FAIS MA CHECK-LIST DES 3M
(MATÉRIEL, MÉTÉO, MON CONTACT D'URGENCE)
ET JE M'ASSURE QUE MON TÉLÉPHONE
EST CHARGÉ POUR ÊTRE LOCALISÉ
EN CAS D'URGENCE

SFR**soyez au coeur de la course****grandraid.sfr.re**

SFR partenaire officiel du

SRR - RCS Saint-Denis n°393 551 007 -
21 Rue Pierre Aubert - 97490 Sainte Clotilde.

LE MÉDICAL

GÉNÉRAUX :

Le départ approche, cela se compte en heures, nous n'allons pas vous donner des conseils entrainements etc... Ce n'est pas notre rôle.

Tout au long du parcours, des postes médicaux sont intégrés à certains postes de ravitaillement. Les professionnels de santé bénévoles présents ont pour mission de gérer les urgences mais aussi de vous accueillir si vous en ressentez le besoin.

En dehors, vous pourrez appeler directement le PC médical en cas de problème via l'application Sara Event, celle-ci nous permettra de vous géolocaliser pour mieux vous assister.

HYDRATATION ET NUTRITION : LES FONDAMENTAUX.

Votre corps sera poussé dans ses retranchements. Assurer un apport énergétique et hydrique constant vous permettra de minimiser certains troubles, notamment l'ennemi silencieux de l'ultra-traileur : les troubles digestifs.

Votre système digestif sera mis à l'épreuve pendant la course. Un peu de stress et la priorisation du flux sanguin vers les muscles peuvent perturber le système digestif. Le sang ira principalement vers vos jambes et votre cœur, l'estomac et les intestins seront relayés au second plan.

Il est donc primordial d'assurer une hydratation et une alimentation suffisante et régulière.

- Buvez avant d'avoir soif : avoir soif est déjà un signe de déshydratation
- Ne testez rien le jour J : n'essayez jamais de nouveaux produits (gels, barres, boissons...) pendant la course. Restez fidèle à ce que votre corps connaît.
- Fractionnez les apports : mangez et buvez en petites quantités régulièrement.

Surtout pas d'automédication !

JAMAIS JAMAIS JAMAIS d'anti-inflammatoires non stéroïdiens, type ibuprofène. Pourquoi ? Ils fragilisent vos reins, votre muqueuse intestinale déjà mise à l'épreuve et surtout ils masquent la douleur qui est un signal d'alerte. Continuer à forcer sur une blessure vous assurera juste qu'elle devienne de plus en plus grave et ainsi compromettre votre course et votre récupération.

Ne jamais consommer de substance dopante (consulter le site <https://www.afld.fr/>)

Signalez-nous toutes pathologies ou traitements chroniques que vous pourriez avoir, vous ne serez pas disqualifié, juste mieux pris en charge.

Ne vous mettez pas en danger, prenez du plaisir, si besoin, nous sommes là ! Nous retrouv' à La Redoute.

Jessica - Coordination médicale.

PODOLOGUES :

Conseils de préparation des pieds avant un ultra-trail

1- Tester son matériel : On part TOUJOURS avec du matériel déjà testé le jour de la course ! Tant pour les textiles (short, t-shirt, chaussettes, chaussure) que pour le matériel type sac, montre, frontales, ...comme pour l'alimentation et l'hydratation !

2- Préparation physique des pieds : S'il est évident de se préparer physiquement à affronter une course du Grand Raid, pensez aussi au renforcement spécifique des muscles des pieds

3- Le soin de pédicurie : le retrait des peaux mortes se fait 3 semaines avant la course. Il limite la formation des ampoules et prépare au tannage. Un pied tanné est un pied préparé mais n'est pas un pied avec de la corne !

Une bonne coupe d'ongles limite les traumatismes unguéaux qui parfois imposent l'arrêt de course, prenez le temps ou faites la faire par un podologue. La dernière coupe d'ongles se fait au maximum 3 jours avant le départ.

4- Préparation de la peau « le Tannage » : Cette technique qui permet de rendre la peau plus résistante aux frottements et à l'humidité, par l'application de produits pharmaceutiques ou tout simplement du jus de citron. Il est recommandé de le faire 3-4 semaines avant la course. Le matin, appliquer le produit tannant sur l'ensemble de la peau du pied recouverte par la chaussure, le soir il faut juste appliquer une crème nourrissante. Arrêt du tannage 3 jours avant le départ.

En cas de doute ne pas hésiter à consulter en amont. Et sur le terrain, vous nous retrouverez à Hell-Bourg, Ilet Savannah et le dimanche à La Redoute.

A vos pieds !!



TABLEAUX DES RÉCOMPENSES 2026

DIAGONALE DES FOUS

Class.	Général	ESPOIR	SENIORS	MASTER 0	MASTER 1	MASTER 2	MASTER 3	MASTER 4	MASTER 5	MASTER 6	MASTER 7	MASTER 8	EQUIPE
1	Trophée et 1500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 500 €	Trophée et 3 bons d'achat
2	Trophée et 1200 €	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	
3	Trophée et 1000 €	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	
4	Trophée et 800 €												
5	Trophée et 600 €												

Autres prix :

1^{ers} et 2^e au classement général résidents Réunion homme et femme : 1 billet d'avion pour la métropole ou autre destination et 1 inscription à une course proposée par l'Association Grand Raid ⁽¹⁾1^{ers} et 2^e au classement général non résidents Réunion homme et femme : 1 inscription à une course proposée par l'Association Grand Raid ⁽¹⁾

TRAIL DE BOURBON

Class.	Général	ESPOIR	SENIORS	MASTER 0	MASTER 1	MASTER 2	MASTER 3	MASTER 4	MASTER 5	MASTER 6	MASTER 7	MASTER 8	EQUIPE
1	Trophée et 600 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 250 €	Trophée et 3 bons d'achat
2	Trophée et 400 €	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	
3	Trophée et 300 €	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	

Autres prix :

1^{ers} au classement général résidents Réunion homme et femme : 1 billet d'avion pour la métropole ou autre destination et 1 inscription à une course proposée par l'Association Grand Raid ⁽¹⁾1^{ers} au classement général non résidents Réunion homme et femme : 1 inscription à une course proposée par l'Association Grand Raid ⁽¹⁾1 inscription par tirage au sort (sous condition de présence à la remise des prix de l'élue(e) dans la limite de 5 tirages), à l'Ultra Trail du Puy Mary Aurillac ⁽¹⁾

MASCAREIGNES

Class.	Général	ESPOIR	SENIORS	MASTER 0	MASTER 1	MASTER 2	MASTER 3	MASTER 4	MASTER 5	MASTER 6	MASTER 7	MASTER 8	EQUIPE
1	Trophée et 500 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 200 €	Trophée et 3 bons achat
2	Trophée et 350 €	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	
3	Trophée et 250 €	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	

Autres prix :

1^{ers} au classement général résidents Réunion homme et femme : 1 billet d'avion pour une course dans la zone Océan Indien (au choix de l'association Grand Raid) ⁽¹⁾1^{ers} au classement général non-résidents Réunion homme et femme : 1 inscription à une course proposée par l'Association Grand Raid ⁽¹⁾

MÉTIS TRAIL

Class.	Général	ESPOIR	SENIORS	MASTER 0	MASTER 1	MASTER 2	MASTER 3	MASTER 4	MASTER 5	MASTER 6	MASTER 7	MASTER 8	EQUIPE
1	Trophée et 400 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 150 €	Trophée et 3 bons achat
2	Trophée et 300 €	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	
3	Trophée et 200 €	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	Trophée	

Autres prix :

1^{ers} au classement général résidents Réunion homme et femme : 1 billet d'avion pour une course dans la zone Océan Indien (au choix de l'association Grand Raid) ⁽¹⁾1^{ers} au classement général non-résidents Réunion homme et femme : 1 inscription à une course proposée par l'Association Grand Raid ⁽¹⁾

RELAIS ZEMBROCAL TRAIL

Class.	Equipes hommes	Equipes femmes	Equipes mixtes
1	Trophée et 1000€	Trophée et 1000€	Trophée et 1000€
2	Trophée et 800€	Trophée et 800€	Trophée et 800€
3	Trophée et 600€	Trophée et 600€	Trophée et 600€

Nota: Ces prix s'entendent pour les hommes et les femmes - En cas d'ex-aequo, le prix est attribué au plus âgé

Non cumul des prix en numéraire - Les prix en numéraire seront envoyés dans les 15 jours suivant l'événement

Les Bons d'achat sont valables uniquement à Intersport Réunion - Prix à retirer au maximum 15 jours suivant l'épreuve

(1) Aucun report de billet d'avion ou d'inscription sur une année ultérieure ne sera admis. Si aucune des courses proposées au lauréat ne le satisfait, le prix sera perdu et ne sera pas reporté sur les concurrents suivants au classement. Dès que le billet d'avion est émis au nom du lauréat, toute annulation de sa part, quel qu'en soit le motif, entrainera le remboursement intégral des frais engagés par l'Association le Grand Raid.

RÈGLEMENT DES COURSES

ARTICLE 1 : ORGANISATION

L'ASSOCIATION GRAND RAID (association loi 1901) organise à l'île de La Réunion cinq courses dénommées : « La Diagonale des Fous », « Le Trail de Bourbon », « La Mascareignes », le « Zembrocal Trail » et le « Métis Trail Réunion ».

ARTICLE 2 : DÉFINITION DES ÉPREUVES

A) La Diagonale des Fous : est un ultra-trail en semi-autonomie.

Pour participer, les concurrents doivent justifier d'avoir terminé, lors d'une période précisée par des conditions particulières (disponibles sur le site internet de l'association), deux courses entièrement pédestres, en une seule étape, attribuant chacune au moins 85 points kilomètre effort.

Ceci en considérant le décompte suivant : 1km = 1pt et 100m de D+ = 1pt. (Par exemple un trail de 60km de long et de 2500D+ vaut 60+25=85 points).

B) Le Trail de Bourbon : est un ultra-trail en semi-autonomie.

Pour participer, les concurrents doivent justifier d'avoir terminé, lors d'une période précisée par des conditions particulières (disponibles sur le site internet de l'association), une course entièrement pédestre, en une seule étape, attribuant au moins 75 points kilomètre effort, selon le décompte suivant :

1km = 1pt et 100m de D+ = 1pt. (Par exemple un trail de 50km de long et de 2500D+ vaut 50+25=75 points).

C) La Mascareignes : est un trail en semi-autonomie.

Cette épreuve se déroule en une seule étape au rythme de chacun, prenant en compte les barrières horaires figurant dans le carnet de route et disponibles en ligne.

Pour participer, les concurrents doivent justifier d'avoir terminé, lors d'une période précisée par des conditions particulières (disponibles sur le site internet de l'association), une course entièrement pédestre, en une seule étape, attribuant au moins 40 points kilomètre effort, selon le décompte suivant :

1km = 1pt et 100m de D+ = 1pt. (Par exemple un trail de 30km de long et de 1000D+ vaut 30+10=40 points).

D) Le Zembrocal Trail : est un relais trail en semi-autonomie.

Chaque équipe est composée de 4 relayeurs. Le temps maximal de chaque épreuve est précisé dans un tableau de barrières horaires disponible en ligne et figurant dans le carnet de route.

E) Le Métis Trail Réunion : est un trail en semi-autonomie.

Cette épreuve se déroule en une seule étape au rythme de chacun, prenant en compte les barrières horaires figurant dans le carnet de route et disponibles en ligne.

ARTICLE 3 : CONDITIONS GÉNÉRALES

Tous les concurrents s'engagent à se soumettre sans réserve à ce règlement par le seul fait de leur inscription et dégagent la responsabilité des organisateurs pour tout incident ou accident pouvant survenir du fait du non-respect de celui-ci.

ARTICLE 4 : CONDITIONS D'ADMISSION DES CONCURRENTS

Toutes ces épreuves sont réservées aux personnes entraînées et en bonne condition physique, pleinement conscientes de la pénibilité et de la spécificité de chaque épreuve.

Les compétiteurs seront amenés à affronter des conditions extrêmes, propres à la montagne et aux variations météorologiques et climatiques.

Pour La Diagonale des Fous, le Trail de Bourbon, la Mascareignes, le Zembrocal Trail et le Métis Trail Réunion, est admis comme concurrent toute personne âgée de 20 ans révolus au jour du départ de la course à laquelle il souhaite participer.

Pour valider son inscription chaque compétiteur assuré de participer à l'une des épreuves devra :

- Adhérer au bulletin d'inscription, le valider en ligne et s'acquitter des droits afférents.
- un certificat médical (modèle type fourni par l'organisation) attestant de l'aptitude du concurrent à l'épreuve (efforts prolongés et intenses en altitude), complété et retourné à l'organisation, impérativement aux dates figurant sur celui-ci ou sur notre site Internet.
- Un PPS s'il n'est pas licencié FFA et majeur.
- Une licence FFA valide à la date de l'épreuve. *

* Sachant que la validité des licences FFA se termine le 31 août, le licencié FFA est tenu pour des raisons de réglementation liées à la prise en charge par l'assurance du Grand Raid, de fournir au plus tard le 31 août à minuit heure de La Réunion, un justificatif de renouvellement de sa licence auprès des instances de la FFA ou un PPS valide à la date de l'épreuve.

- Se tenir informé des règles applicables en matière sanitaire sur le département de La Réunion.
- S'engager au respect des milieux naturels traversés et en sensibiliser ses accompagnants.
- Faire respecter par le ravitaillement personnel qu'il pourrait mettre en place, les distances et règles en usage sur les courses du Grand Raid, notamment dans la zone du Parc National.
- S'engager à télécharger sur son téléphone portable l'application SARA EVENT mis à sa disposition gracieusement par l'association.

Le numéro de dossard sera attribué dès lors que l'Organisation aura :

- Reçu et validé le certificat médical ainsi que le PPS ou la licence requis,
- Vérifié que le participant dispose des points qualificatifs obligatoires pour sa course.

Lors de la remise des dossards : chaque dossard sera remis individuellement, à chaque coureur après vérification du sac de course contenant l'intégralité du matériel obligatoire et sur présentation d'une pièce d'identité avec photo. Aucune procuration en vue de retirer un dossard ne sera acceptée. L'association se réserve le droit de refuser l'inscription d'un coureur à qui une sanction disqualificatrice aurait été signifiée lors d'une édition antérieure ou pour tout autre motif grave.

En dehors des listes d'attente (selon l'ordre établi), aucun désistement ne donnera lieu à un remplacement, avec impossibilité de passer d'une course à l'autre.

Pour le Zembrocal Trail il est permis, sur proposition du capitaine d'équipe, de remplacer le désistement d'un de ses équipiers avant le 31 août délai de rigueur.

La participation des animaux de compagnie est proscrite sur l'ensemble des courses.

ARTICLE 5 : CATÉGORIES DES CONCURRENTS ET CLASSEMENTS

5.1. Tous les participants de La Diagonale des Fous, du Trail de Bourbon, de la Mascareignes et du Métis Trail Réunion sont regroupés dans l'une des 13 catégories d'âge Hommes et Femmes figurant dans le tableau ci-après :

*	Catégories	Hommes	Femmes	Tranche d'âges
1	Espoir	ESPH	ESPF	20 - 22
2	Sénior	SH	SF	23 - 34
3	Master 0	MOH	MOF	35 - 39
4	Master 1	M1H	M1F	40 - 44
5	Master 2	M2H	M2F	45 - 49
6	Master 3	M3H	M3F	50 - 54
7	Master 4	M4H	M4F	55 - 59
8	Master 5	M5H	M5F	60 - 64
9	Master 6	M6H	M6F	65 - 69
10	Master 7	M7H	M7F	70 - 74
11	Master 8	M8H	M8F	75 - 79
12	Master 9	M9H	M9F	80 - 84
13	Master 10	M10H	M10F	85 - 89

Pour définir la catégorie d'âge, l'année civile est prise en compte.

Classements prévus : En sus de ces classements, La Diagonale des Fous, le Trail de Bourbon, la Mascareignes et le Métis Trail Réunion ont adopté un tableau de récompenses en fonction du classement général individuel.

* Individuel (le) : Hommes et Femmes.

* Équipe de 3 coureurs minimum, non mixte, avec un classement par équipe d'après le total des points (en fonction du classement général) obtenus par les 3 premiers membres de l'équipe à franchir la ligne d'arrivée. En cas d'égalité de points, les équipes seront départagées selon le classement général de chaque premier de chaque équipe. Le classement en équipe permet les classements au général et dans les catégories d'âge prévu dans le tableau ci-dessus. Pour qu'une équipe soit donc classée, les 3 membres au moins de cette équipe devront avoir franchi la ligne d'arrivée.

5.2. Zembrocal Trail

1-Equipe Hommes,

2-Equipe Femmes,

3-Equipe Mixte.

5.3. Le temps de chaque concurrent pour le Zembrocal trail, ou équipe, sera décomposé en heures, minutes et secondes.

Rappel : le classement des équipes pour les autres courses DDF, TDB, MAS et MTR se fait aux cumuls des places au classement et non pas au chrono. Le chronomètre de l'organisation sera la seule référence officielle. Dans l'éventualité d'une arrivée ex-æquo, l'avantage sera donné au plus âgé, qui peut y renoncer, étant rappelé qu'une seule récompense sera attribuée pour cette position. Le plus jeune prenant de facto la place suivante immédiate dans le tableau des récompenses.

Le contrôle à l'arrivée permettra aux chronomètres d'établir les classements de l'épreuve.

ARTICLE 6 : EQUIPEMENT FOURNI PAR L'ORGANISATION

Dossard, Tee-shirt, casquette saharienne, puces électroniques, bracelet d'identification et sacs assistance en fonction de la course. Débardeur (ce dernier, uniquement pour la Diagonale des Fous).

ARTICLE 7 : MISE EN VALEUR DES PARTENAIRES

Les coureurs, ne sont pas autorisés à porter un Tee-shirt ou débardeur autre que celui fourni par l'Association :

- Du départ jusqu'au premier kilomètre,
- Du dernier kilomètre avant le dernier poste de contrôle et jusqu'à l'arrivée.

Tout compétiteur n'ayant pas ce vêtement à l'approche de l'arrivée, pourra être intercepté pour le mettre ; ceci dans le respect de la mise en valeur des partenaires du Grand Raid de La Réunion. Hors de ces portions de l'épreuve, les concurrents sont autorisés à porter le tee-shirt ou débardeur de leurs choix. Tout manquement sera sanctionné (Cf. art. 17).

ARTICLE 8 : VÉRIFICATIONS AU DÉPART ET PENDANT LA COURSE

Lors de l'enregistrement au départ, le concurrent devra spontanément présenter son dossard apposé de face et à hauteur de la ceinture.

Celui-ci, dans son intégralité, doit être porté exclusivement sur la poitrine ou le ventre et doit être visible en permanence pendant toute la durée de la course.

Le contrôle systématique du matériel obligatoire sera effectué le jour de la remise des dossards et un contrôle aléatoire sera effectué à l'entrée et dans la zone de départ.

Nul ne pourra prendre le départ s'il n'est pas doté du matériel exigé par l'organisation.

D'autres contrôles inopinés pourront être entrepris à tout moment de la course par les Commissaires, Directeurs de Course et Adjoints afin de vérifier que chaque concurrent possède l'équipement obligatoire mentionné à l'article 16.

ARTICLE 9 : POSTES DE CONTRÔLE

Des postes de contrôles sont répartis le long du parcours, et constituent des sites de pointage obligatoire pour les concurrents. Le pointage électronique s'effectue au moyen de puces fournies par l'organisation.

Cette dernière, se réserve le droit de disposer de postes de contrôles, non repris dans la liste des postes officiels.

Pour être autorisés à poursuivre l'épreuve sur laquelle ils sont enregistrés, les concurrents doivent repartir des postes de contrôle avant l'heure limite fixée par la barrière horaire (quelle que soit l'heure d'arrivée au poste de contrôle). A défaut, ils seront mis hors course, avec obligation de restituer le dossard. Toute poursuite de l'épreuve sera non autorisée au vu des règlements mis en place et pour raison de sécurité.

En ce qui concerne le Zembrocal Trail, l'équipe ne pourra être classée que si l'ensemble des relayeurs parviennent aux postes suivants dans l'ordre qui sera préétabli avant le départ, et dans les délais

impartis repris dans le carnet de route, étant entendu qu'à chaque pointage, les deux relayeurs (arrivant et partant) devront présenter ensemble leurs dossards. Aussi, tout relayeur qui n'aura pas parcouru la fraction du relais qui lui était dévolue dans les délais qui lui étaient impartis sera nécessairement exclu du Zembrocal Trail et par voie de conséquence tout le reste de l'équipe.

ARTICLE 10 : ABANDON

En cas d'abandon, le concurrent doit obligatoirement prévenir le responsable du poste de contrôle le plus proche et lui remettre son dossard afin qu'il soit neutralisé.

Dans l'incapacité de rejoindre le poste le plus proche, le concurrent doit :

- S'il est en difficulté physique déclencher le dispositif SARA EVENT qu'il aura préalablement téléchargé comme prévu à l'article 4 du présent règlement.
- Dans tout autre cas, il est tenu d'aviser le plus rapidement possible le PC Course dont le numéro figure sur le dossard.

En cas de non-respect de la clause énoncée ci-dessus, le concurrent fautive s'expose à devoir assumer les frais afférents aux recherches éventuelles engagées. L'organisation se réserve alors le droit de refuser l'inscription du coureur pour les éditions ultérieures.

Chaque coureur doit rester sur le chemin balisé des courses. Tout coureur qui s'éloigne volontairement du chemin balisé, n'est plus sous la responsabilité de l'organisation, ou à compter de sa prise en charge avérée par une tierce personne. Il est cependant tenu d'en aviser le plus rapidement possible par tous les moyens le PC Course dont le numéro figure sur le dossard.

ARTICLE 11 : TABLEAU DESCRIPTIF DES COURSES

Le tableau des barrières horaires est à disposition des concurrents lors de la distribution des dossards, ainsi que sur le site internet de l'association. Il comprend les informations pratiques telles que les horaires d'ouverture et de fermeture des postes, lieux de ravitaillement, assistance médicale, ...

Ce descriptif peut être modifié en fonction des circonstances, par l'organisation.

ARTICLE 12 : ASSISTANCE MÉDICALE

Une équipe médicale multidisciplinaire, mise en place par l'organisation sera présente pendant toute la durée des épreuves. Elle assurera l'assistance médicale des concurrents aux postes figurant dans le carnet de route et sur le site internet. Elle avisera sans délai le Directeur de Course ou son Adjoint de l'aptitude du concurrent à continuer l'épreuve.

Chaque compétiteur s'engage au moment de l'inscription à signaler par écrit à l'Association en cas d'utilisation d'une prescription soumise à une Autorisation d'Usage à des fins thérapeutique (AUT). De même, il s'engage à tenir informé l'organisation avant la course, de tout problème afférent aux règles sanitaires en usage sur le département de La Réunion.

Les postes de secours, sont uniquement destinés à porter assistance à toute personne en difficulté.

Il appartient à un coureur en difficulté ou sérieusement blessé, de faire appel aux secours :

- en se présentant à un poste de secours le plus proche
- en appelant le PC médical dont le numéro figure sur le dossard
- en demandant à un autre coureur de prévenir le PC médical
- en faisant usage du dispositif SARA EVENT, qu'il devra préalablement télécharger sur son téléphone portable.

Chaque coureur se doit de porter assistance à toute personne en difficulté et de prévenir le PC médical. Un coureur faisant appel au corps médical ou paramédical ou à un secouriste se soumet de fait à son autorité et s'engage à accepter leurs décisions.

Les secouristes et médecins officiels sont en particulier habilités :

- à signaler au directeur de course ou à son adjoint tout concurrent inapte à continuer l'épreuve
- à faire évacuer par tout moyen les coureurs qu'ils jugeront en danger.
- à faire hospitaliser les coureurs dont l'état de santé le nécessitera.

Le choix du moyen d'évacuation et du lieu d'hospitalisation relève de la seule décision des secouristes et médecins officiels.

ARTICLE 13 : ASSURANCE

L'association a souscrit pour la durée des épreuves sportives une assurance en responsabilité civile à l'égard des tiers et des concurrents. Ce qui implique, que les dommages subis par ces derniers, soient générés par une faute de l'Organisation. Par ailleurs, une assurance collective couvrant chaque compétiteur est souscrite par l'organisation.

La responsabilité de l'association est dérogée dès abandon, disqualification pour pointage hors délai, par décision médicale ou autre décision de la direction de Course (Article 19).

Il est recommandé à chaque concurrent, de souscrire une assurance « individuelle accident » couvrant les frais de recherche, d'évacuation et des accidents de la vie.

Les évacuations hélicoptérées à l'initiative du concurrent, non accordées par la régulation médicale sont payantes. Le choix de l'évacuation, dépend exclusivement de l'organisation, qui privilégiera systématiquement la sécurité des coureurs.

ARTICLE 14 : ASSISTANCE FOURNIE PAR L'ORGANISATION PENDANT L'ÉPREUVE

Le concurrent ne pourra bénéficier de cette assistance, qu'aux points de repos et de ravitaillement prévus par l'organisation ; mentionnés sur le Carnet de Route et sur le site internet.

Le principe de ces courses est la semi-autonomie qui impose à chaque concurrent la capacité d'être autonome entre deux postes de ravitaillement tant sur le plan alimentaire que vestimentaire et sécuritaire. Chaque participant doit disposer au départ de chaque section de parcours :

- D'une réserve d'eau suffisante pour rejoindre le ravitaillement suivant ;
- De la quantité de nourriture nécessaire à son effort ;
- Du matériel obligatoire prévu par le règlement de l'épreuve ;
- Des équipements permettant de faire face aux conditions météorologiques susceptibles d'être rencontrées.

Les postes de ravitaillement mis en place par l'organisation permettent aux concurrents de reconstituer leur réserve d'eau et d'alimentation. Toutefois, chaque coureur demeure responsable de la gestion de ses ressources entre ces différents points.

Le Grand Raid de La Réunion ne peut être tenu responsable des obligations individuelles concernant les régimes spéciaux de types religieux, médicaux et philosophiques. Chaque concurrent doit préparer ses ravitaillements spéciaux. Le respect du principe de semi-autonomie fait partie intégrante de la sécurité de l'épreuve. Tout manquement constaté lors d'un contrôle de matériel ou sur le parcours pourra entraîner l'application des sanctions prévues par le règlement pouvant aller jusqu'à la mise hors course du participant.

La quasi-totalité des postes (voir liste dans le Carnet de Route et site internet officiel) sont approvisionnés en boissons et en nourriture de type marathon, avec repas chaud sur certains postes. Seuls les coureurs porteurs d'un dossard visible et dûment contrôlé ont accès aux postes de ravitaillements.

ARTICLE 15 : ASSISTANCE PERSONNELLE

L'assistance personnelle est autorisée dans une zone définie de 300 mètres en AMONT et 300 mètres en AVAL d'un Poste de Ravitaillement GR officiel. Tout manquement à cette disposition entraînera une pénalité, contre le compétiteur, telle que prévue et énoncée dans le présent règlement à l'article 17.

En dehors des zones de tolérance, clairement signalées à proximité des postes de ravitaillement par le chef de poste, il est interdit aux compétiteurs de se faire accompagner, ou, d'accepter d'être accompagné, pendant toute ou, partie de la course pour laquelle ils sont inscrits, par une personne non-participante à l'une de ces épreuves. Il est rappelé que la seule assistance personnelle, n'est autorisée que sur les postes de ravitaillements mis en place par l'organisation, cette disposition inclut toute assistance « volante » de type « lièvre », accompagnateurs, « porteurs d'eau » ...

Le Grand-Raid décline toute responsabilité en cas de difficultés rencontrées par un coureur suite à des ravitaillements et autres prestations (médicales etc.) fournis par un prestataire privé, non agréement par l'organisation, en dehors et à l'intérieur des zones de tolérances établies. Auquel cas il n'y aura pas de recours possible.

Les points interdits aux véhicules d'assistance des concurrents seront ceux mentionnés dans l'arrêté préfectoral d'autorisation de course.

Seuls les sacs de vêtements de rechange confiés à l'organisation dans le cadre de la course devront être récupérés impérativement par leur propriétaire au plus tard 2 heures après la fermeture de la dernière course au Stade de La Redoute. Au-delà, le coureur devra venir lui-même récupérer son sac, à ses frais, au plus tard 24 heures après la fermeture des courses.

Il devra se renseigner auprès de l'organisation du lieu et des horaires de récupération, à défaut, ils seront détruits.

Seuls les sacs fournis par l'organisation seront acheminés sur les postes prévus à cet effet. Le contenu des sacs n'étant pas vérifié, aucune contestation sur le contenu à l'arrivée n'est recevable.

Il est recommandé de ne pas y placer des objets de valeur.

En cas de perte du sac d'assistance durant les épreuves impliquant la responsabilité avérée de l'organisation une somme forfaitaire de 100,00 euros sera allouée sur demande (non-cumulable).

Le délai de rapatriement est en fonction des contraintes logistiques. L'organisation ne peut pas garantir un rapatriement complet des sacs avant la fin de la course.

Les sacs sont remis soit au concurrent soit à des proches, exclusivement sur présentation du dossard et d'une pièce d'identité.

Dans l'hypothèse où le compétiteur contreviendrait aux dispositions qui précèdent, il en assumera toutes les conséquences, ce qui exclut tout recours à l'encontre de l'association Grand-Raid.

ARTICLE 16 : ÉQUIPEMENT

L'équipement conditionne la sécurité du compétiteur.

MATÉRIEL PERSONNEL OBLIGATOIRE

Aussi, chaque compétiteur devra pendant toute la durée de l'épreuve à laquelle il participe, être en mesure de présenter le matériel obligatoire repris ci-dessous :

- le dossard porté de face,
- le bracelet de course fourni par l'organisation porté au poignet,
- le sac à dos personnel, non-échangeable pendant le parcours, sur lequel devra être fixée la puce électronique, remise par l'organisation au moment de la remise des dossards.

Le sac à dos, d'une contenance suffisante, doit permettre de transporter sur toute la durée de l'épreuve le matériel obligatoire composé de :

- 1 lampe frontale ou torche avec piles ou batteries de rechange,
- 1 réserve d'eau minimum 1,5 L,
- 1 sifflet,
- 1 téléphone portable avec capacité de chargement suffisante pour l'ensemble de votre course et sur lequel doit être téléchargé l'application SARA EVENT,
- Bandes élastiques adhésives, d'une longueur minimum de 2,50 m. et de 6 à 8 cm de largeur permettant de faire un bandage ou un strapping ;
- 2 pour la Diagonale des Fous et le Trail de Bourbon,
- 1 pour la Mascareignes, le Métis Trail Réunion et le Zembrocal Trail par équipier,
- 1 réserve alimentaire constante et suffisante pour relier les points de ravitaillement
- 1 vêtement de pluie imperméable avec capuche, et coutures thermo-soudées. **Attention : le coupe-vent est proscrié puisque la protection est insuffisante,**
- 1 vêtement chaud type « seconde peau » à manches longues en tissu technique adapté à l'environnement,
- 1 gobelet par personne (réutilisable),
- 1 pièce d'identité originale ou la version numérique certifiée France Identité.
- 1 couverture de survie d'une dimension minimum de 1,4m x 2m.

MATÉRIEL INTERDIT

Tout usage d'un bâton, de quelque type que ce soit est formellement interdit sous peine de sanctions. Voir article 17.14 du présent règlement.

MATÉRIEL CONSEILLÉ

Le matériel obligatoire ci-dessus est un minimum vital, et nous ne pouvons que vous conseiller le matériel ci-dessous (liste non-exhaustive) :

- Le Carnet de route,
- Une deuxième lampe frontale ou torche et piles ou batteries de rechange,
- 1 second gobelet (un pour le sec, l'autre pour la soupe),
- 1 pull,
- 1 briquet,
- 1 bout de ficelle pour réparations éventuelles,
- 1 crème solaire,
- 1 tube de vaseline,
- 1 couverture de survie supplémentaire 1.4m x 2m,
- Vêtements de rechange,
- Un minimum d'argent pour dépannages éventuels.

IMPORTANT

En cas de mesures exceptionnelles type COVID 19, l'Association informera les compétiteurs des règles à appliquer à l'instant T.

ARTICLE 17 : PÉNALISATION ET DISQUALIFICATIONS

Des commissaires de course présents sur les parcours, et les chefs de poste des différents points de contrôle et de ravitaillement sous contrôle du directeur de course ou de son adjoint sont habilités à faire respecter le règlement et à appliquer immédiatement une pénalité ou disqualification en cas de non-respect, à l'encontre du coureur contrevenant selon le tableau suivant :

N°	Infraction	Sanction
17.1	Manquement au règlement	Pénalisation - Disqualification selon l'appréciation de la direction de course
17.2	Non-respect d'un ou plusieurs des éléments de l'article 16 ou refus de contrôle du matériel obligatoire	Avertissement, pénalité d'une heure ou disqualification
17.3	Absence de Sac ou tout autre contenant permettant de transporter le matériel obligatoire	Disqualification immédiate
17.4	Dossard non apposé régulièrement. Ce dernier doit être apposé de face et non sur le sac	Rappel du Règlement au premier constat. Pénalité de 40 minutes en cas de récidive
17.5	Assistance en dehors des zones autorisées (tel que défini à l'article 15)	Rappel du règlement au premier constat. Pénalité de 1 heure en cas de récidive
17.6	Jet de détritus	Pénalité d'une heure et ramassage au premier constat. En cas de refus de ramassage et/ou récidive disqualification immédiate
17.7	Non-assistance à une personne en difficulté	Pénalité d'une heure au minimum (à contrario en cas d'assistance à une personne en difficulté la direction de course jugera des suites à donner) Informer impérativement le PC Course en cas d'assistance à un concurrent
17.8	Triche (utilisation d'un moyen de transport, partage de dossard, ...)	Disqualification immédiate. Interdiction de courses pendant 3 ans
17.9	RÈGLEMENT DES COURSES FINAL le 19 08 2026	Selon l'appréciation de la direction de course. Interdiction de courses pendant 3 ans
17.10	Absence d'une puce électronique	Selon décision du jury de course
17.11	Absence de passage à un point de contrôle	Disqualification immédiate
17.12	Refus contrôle anti-dopage. Usage de produits stupéfiants	Disqualification immédiate
17.13	Contrôle anti-dopage positif	Disqualification de l'épreuve. Interdiction de courses pendant 3 ans. Sanction par l'AFLD plus interdiction de courses pendant 3 ans (si entériné par le passage devant le jury d'épreuves)
17.14	Utilisation de bâton	Pénalité d'une heure outre une sanction du Parc National de la Réunion
17.15	Non-respect des personnes (Organisation, bénévole ou coureurs) mauvais comportement sportif	Disqualification immédiate
17.16	Pointage au-delà de l'heure de fermeture d'un poste de contrôle	Disqualification (hors course)
17.17	Non-respect des règles sanitaires exceptionnelles imposées sur l'ensemble des courses (remise dossards, départs, arrivées, remise des récompenses)	Avertissement et rappel des mesures lors du premier constat. Sanctions à l'appréciation du Jury d'épreuves en cas de récidive
17.18	Refus de se faire examiner par l'équipe médicale durant l'épreuve, état physique ou psychique du concurrent jugé inapte à la poursuite de l'épreuve par le directeur de course sur avis d'un médecin	Disqualification
17.19	Non-respect de l'article 7 (T-Shirt obligatoire)	Pénalité 1 heure

Toute prise de position orale ou écrite avant, pendant et après l'épreuve sportive à connotation diffamatoire ou injurieuse, pourra être sanctionnée par le Comité Directeur par une interdiction de participer à une ou des épreuves durant une ou plusieurs années en fonction de la gravité des propos tenus, et ce, indépendamment d'éventuelles poursuites judiciaires. Les sanctions des manquements qui précèdent sont cumulables.

ARTICLE 18 : RÉCLAMATIONS

Elles seront recevables par écrit dans les 30 minutes après l'arrivée des derniers de chaque course et après l'affichage complet des résultats provisoires qui seront publiés uniquement sur Internet.

Elles feront l'objet d'une décision par le Jury des épreuves avant l'affichage et la promulgation des résultats définitifs.

ARTICLE 19 : JURY D'ÉPREUVE

Il se compose : du Président ; des Vice-présidents de l'Association Grand Raid ; du Directeur de Course concerné par le litige ; d'un représentant du Parc National pour avis, lorsque le problème soumis au jury concerne l'environnement ; d'un représentant désigné de la course concernée (coureur) ; de toute personne compétente dont la présence est jugée utile par le jury. Celui-ci est habilité à statuer dans un délai compatible.

Avec les impératifs de la course sur tout litige ou disqualification survenu durant l'épreuve après avoir dûment entendu la personne concernée. Les décisions sont sans appel. A l'issue de l'examen des réclamations présentées dans la forme et dans le délai prévu à l'art. 18, il sera procédé à la proclamation des résultats définitifs.

ARTICLE 20 : COUVERTURE PHOTO, TÉLÉVISION, VIDÉO ET DROITS :

Tout concurrent renonce expressément à se prévaloir du droit à l'image durant l'épreuve ; comme il renonce, à tout recours à l'encontre de l'organisateur et de ses partenaires agréés pour l'utilisation de son image. Quant aux professionnels audiovisuels ou photos, ceux-ci doivent obtenir leurs accréditations auprès de l'Organisation. Il est en outre entendu qu'aucune image, qu'aucune photographie ou qu'aucun film vidéo ne pourra être commercialisé auprès de partenaires privés ou de chaînes télévisées de quelque nature que ce soit sans l'accord express de l'Association Grand Raid.

De plus, tout concurrent est informé que l'inscription à l'une des courses organisées par l'association vaut l'acceptation de diffusion à ses partenaires de l'adresse e-mail telle que reprise dans son dossier d'inscription. Ce conformément au Règlement Général de Protection des Données (R.G.P.D.).

ARTICLE 21 : SÉCURITÉ ET ASSISTANCE :

Elles sont assurées par un réseau de postes de contrôle et de postes sanitaires (médical et paramédical), Secouristes, PGHM, SAMU, de contrôleurs- Signaleurs, des équipes Serre-Files...

ARTICLE 22 : DROITS D'INSCRIPTIONS :

Le montant des droits d'inscription par concurrent est indiqué sur le site Internet. Ces droits comprennent l'ensemble des éléments énumérés aux articles 6, 11, 13, 14 & 15.

- En cas d'annulation d'inscription, les remboursements se feront de la façon indiquée dans les modalités particulières. Toute demande de désistement doit être faite par e-mail ou par courrier. Aucun désistement n'est enregistré par téléphone.
- Certificats médicaux : au-delà de la date reprise dans les modalités particulières, le dossier sera caduc, sans relance, ni remboursement des droits d'inscription.

ARTICLE 23 : CLASSEMENTS ET RÉCOMPENSES :

Un tableau des récompenses figure dans le carnet de route de l'édition en cours et sur le site Internet officiel de l'association www.grandraid-reunion.com. Par ailleurs, tous les « finishers » reçoivent un tee-shirt, une médaille commémorative et un bon pour un repas. Quant au diplôme attestant de leur performance, il peut être téléchargé.

ARTICLE 24 : MODIFICATION DU PARCOURS ET DU RÈGLEMENT DE COURSE :

L'Organisation se réserve à tout moment le droit de modifier le parcours et les emplacements des postes de ravitaillement et/ou de secours sans préavis. En cas de force majeure (en particulier en cas de mauvaises conditions météorologiques et pour des raisons de sécurité ; voire sanitaires), l'organisation se réserve le droit d'arrêter l'épreuve en cours ou de modifier les barrières horaires. De même, le règlement de course peut être modifié dans les conditions énumérées ci-dessus et être réaménagé jusqu'à la diffusion du CARNET DE ROUTE en version papier.

ARTICLE 25 : CLÔTURE DES INSCRIPTIONS :

Les inscriptions seront closes au plus tard à la date figurant sur le site Internet. Le nombre d'inscrits est fixé chaque année par le Comité Directeur de l'Association avec mention sur le site Internet.

ARTICLE 26 : ANNULATION DES ÉPREUVES :

En cas d'annulation des épreuves :

- A l'initiative de l'organisation : l'Association le Grand Raid restituera aux compétiteurs le montant de leurs inscriptions sous la forme d'un renouvellement de leur participation sur l'année suivante. En cas de désistement, le montant des inscriptions restera acquis à l'association.
- En cas de force majeure (intempéries exceptionnelles, éruption volcanique, interdiction administrative ou tout événement imprévisible) le montant des inscriptions restera acquis à l'Association.



C.R.T.
COMITÉ RÉUNIONNAIS
DU TOURISME

CORSAIR

AVEC VOUS SUR TOUS LES TERRAINS

Corsair est fière d'être, pour la 5e année consécutive, partenaire et transporteur officiel du Grand Raid. Nous vous souhaitons une belle aventure humaine et sportive.



Voyagez en bonne compagnie

réunion

1

VOTRE PLUS GRAND TERRAIN DE SPORT !

Les émotions universelles du sport se vivent sur nos antennes



VOS RENDEZ-VOUS :



RADIO

Patrick Ramoudou



ATOUT SPORT
Vendredi 12.15

FOOT 1^{ÈRE}

Dimanche 15.00
« Le multiplex foot »  **LIVE**



TÉLÉ

Johnny Lerivain et
Annaëlle Doressamy



GRAND SPORT
Dimanche 19.30

CHAMPIONS LA KOUR
Dimanche 19.35

FOOT.1
Lundi 19.45

LES GRANDS ÉVÉNEMENTS EN DIRECT :



**Tours Cyclistes
de la Réunion**



Grand Raid



Football



Rugby



Basket



Handball

Vibrez en temps réel devant
les images fortes, les performances
et les exploits !



LA BOUTIQUE DU

GRAND RAID

Venez découvrir la collection Raidlight "Grand Raid"

MERCREDI
14
OCT.

REMISE DES DOSSARDS
07H30 - 18H30

VENDREDI
16
OCT.

STADE DE LA REDOUTE
12H00 - 00H00

SAMEDI
17
OCT.

STADE DE LA REDOUTE
08H00 - 23H00

DIMANCHE
18
OCT.

STADE DE LA REDOUTE
08H00 - 19H00

15 AU 18
OCTOBRE
2026

Souvenirs

- Pin's
- Affiches
- Gourdes
- Flasques

Textile et accessoires

- Casquettes
- Brassières
- Serviettes
- Tours de cou



NADINE **MARJORIE**

GREGOIRE

SIMON

LOÏC

AUDE

KARIS

NATHALIE

MARINE

VERONIQUE JULIEN

NOEMIE

JEROME

PAULINE

ANNE

MARGAUX

ELISABETH ALRIK

ANASTHASIE

SERENA

MARIE

TOM

ADRIEN

FREDERIC

DENIS

HELENA

MIA

RICARDO

TRISTAN...

TIEN BO LARG PA



CANAL+
PARTENAIRE OFFICIEL



TRAIL DE BOURBON

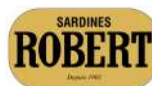
MASCAREIGNES

MÉTIS TRAIL

ZEMBROCAL



PARTENAIRES



MEDIA



COURSES



MEDICAL

