# HIVERNALE DES TEMPLIERS

**5 > 6** DÉCEMBRE 2026



# GUIDE COUREURS

## PROGRAMME & INFOS PRATIQUES



# SOMMAIRE


- Programme ..... 4
- Plan centre Roquefort ..... 6
- Les courses du samedi ..... 8
  - Rock'Angel
  - Illuminés de Roquefort
  - L'Etoile du Larzac
- Les courses du dimanche ..... 14
  - L'Astragale
  - Le Marathon de l'Orchis
  - L'Adonis Trail
  - La Rock'Shot
  - La Carline
- Informations pratiques ..... 26
- Charte trailer ..... 28
- Charte accompagnants ..... 29
- Parkings ..... 30
- Où voir les coureurs ? ..... 31

# ÉDITION 2026

**Petit rappel sur toutes les courses au programme de cette Hivernale, des distances pour tous et toutes, au choix selon son niveau physique, ses ambitions, la forme du moment en cette fin d'année.**

## SAMEDI

- **ROCK'ANGEL :** la petite dernière du programme, parcours tracé sur la pointe sud-ouest du Larzac.
- **LES ILLUMINÉS DE ROQUEFORT SOCIÉTÉ :** comme la ROCK'ANGEL et l'ETOILE, départ dans la cave Roquefort Société puis petite boucle en allure libre.
- **L'ÉTOILE DU LARZAC :** départ magique dans la cave Roquefort Société puis boucle à la tombée de la nuit et belle partie nocturne.

## DIMANCHE

- **L'ASTRAGALE :** le Larzac dans toute sa rigueur, petite aventure hivernale garantie quelle que soit la météo, solitude garantie.
- **MARATHON DE L'ORCHIS :** un vrai marathon trail technique et roulant, nerveux et enjoué.
- **ROCK'SHOT :** parcours typé Skyrunning avec le Combalou en plat garni et sa descente technique par le sentier des Échelles.
- **L'ADONIS :** un peu long mais pas trop, un bon dénivelé mais pas trop, le bon mix.
- **LA CARLINE :** populaire, adaptée à tous, un soupçon de technique et des frissons garantis.



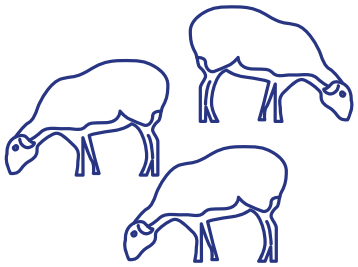
# PROGRAMME

## samedi 05/12

### ROCK'ANGEL
Départ : 15 H 45 | **18,5 km**

### LES ILLUMINÉS DE ROQUEFORT SOCIÉTÉ
Départ : 16 H 40 | **5,1 km**

### L'ÉTOILE DU LARZAC
Départ : 17 H 30 | **13,1 km**



## dimanche 06/12

### L'ASTRAGALE
Départ : 6 H 15 | **66,6 km**

### MARATHON DE L'ORCHIS
Départ : 8 H 40 | **35,8 km**

### ROCK'SHOT
Départ : 9 H 30 | **16,8 km**

### L'ADONIS TRAIL
Départ : 10 H 25 | **26 km**

### LA CARLINE
Départ : 11 H 50 | **13 km**

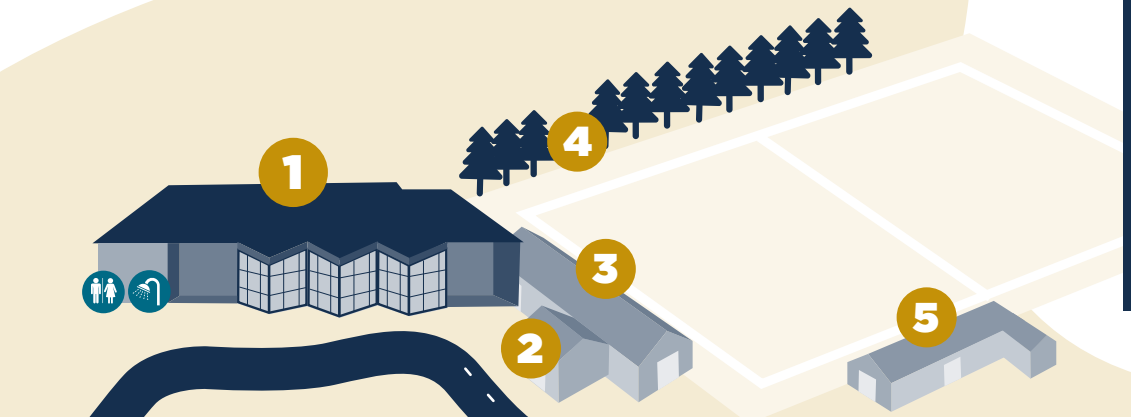
# CENTRE-VILLE DE ROQUEFORT

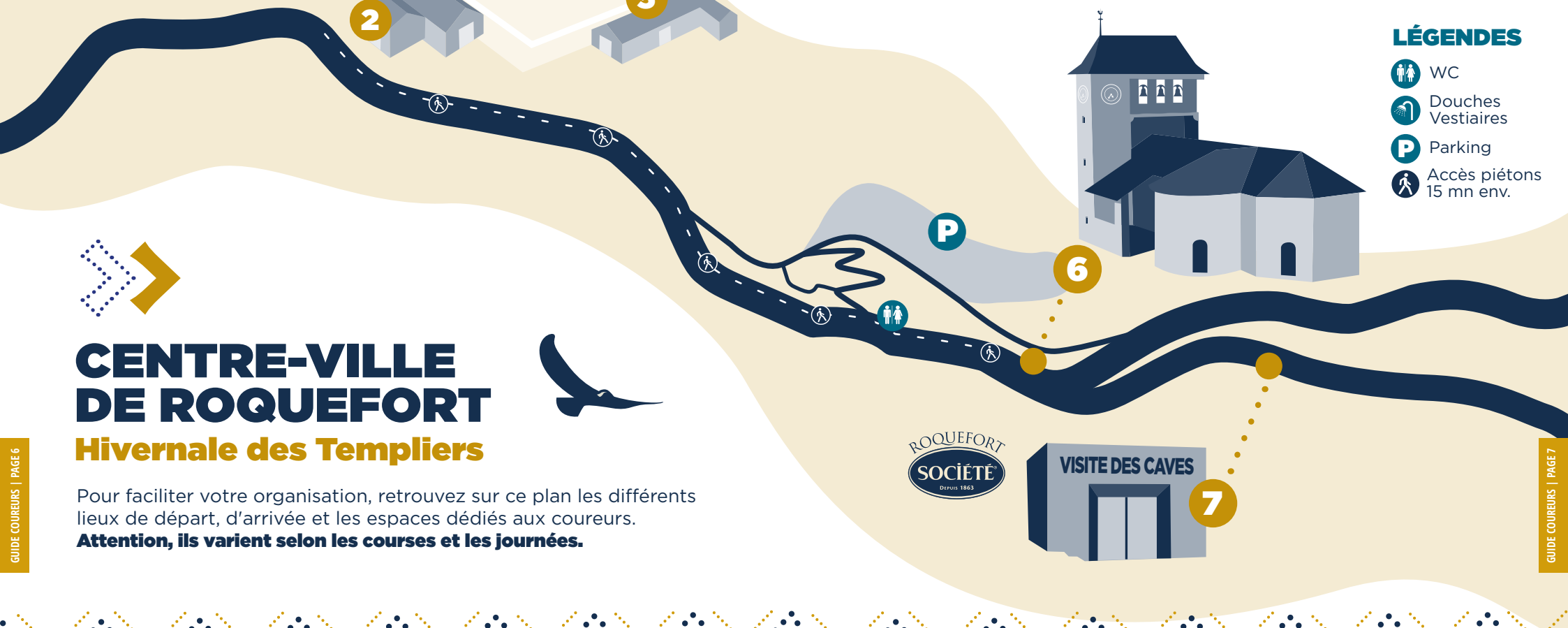
## Hivernale des Templiers

Pour faciliter votre organisation, retrouvez sur ce plan les différents lieux de départ, d'arrivée et les espaces dédiés aux coureurs.
**Attention, ils varient selon les courses et les journées.**

## LES LIEUX À RETENIR

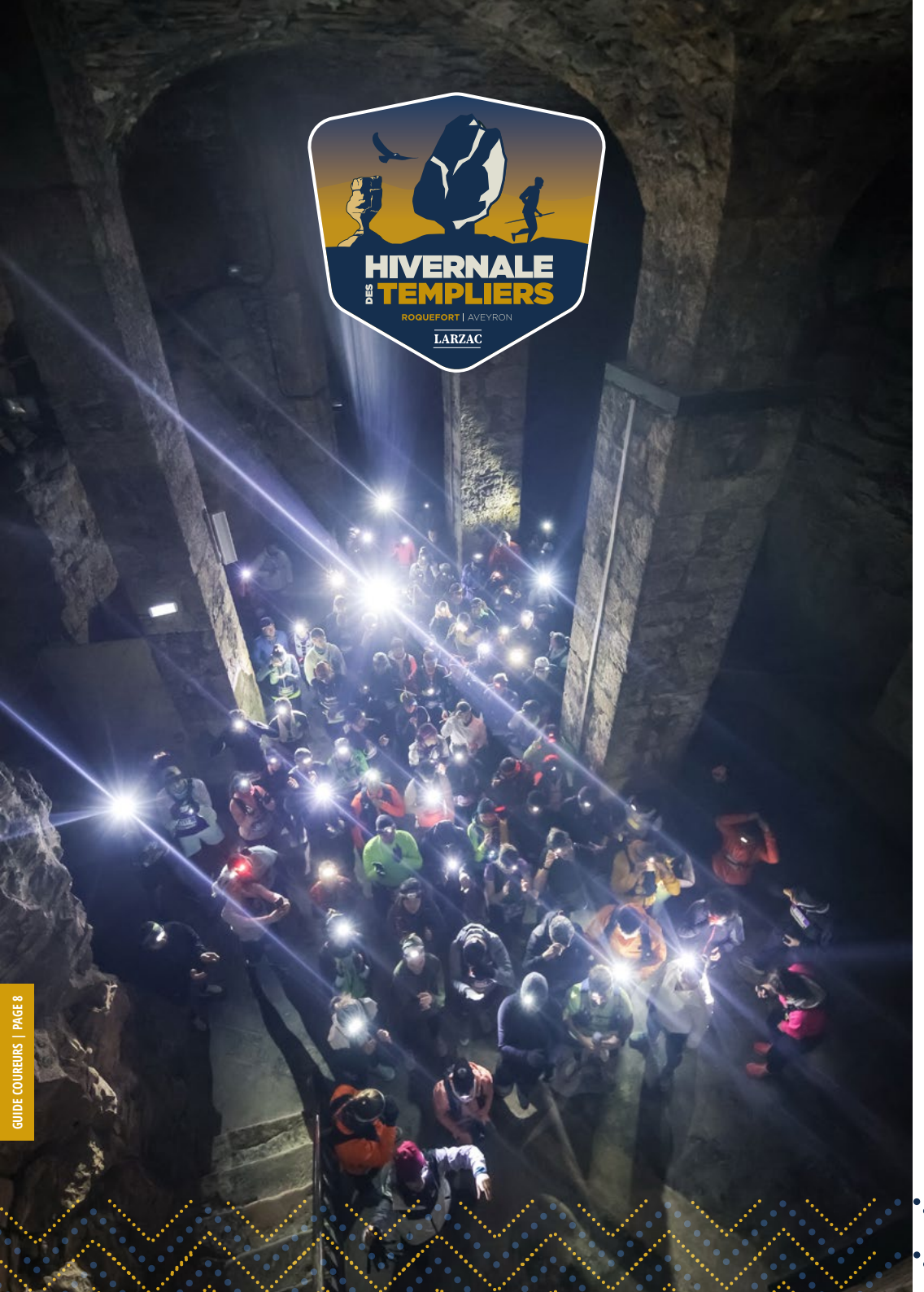
1. **Salle des Fêtes**
   Accueil / Retrait dossards
   Boutique officielle / Exposants
   Arrivée des courses du dimanche
2. **Buvette / Snack**
3. **Ravitaillement arrivée**
4. **Sentier sportif**
   Arrivée des courses du samedi
5. **Chapiteau**
   **Terrain de foot**
   Espace repas
   Aligot Jeune Montagne
   Consignes coureurs
6. **Église Saint-Pierre**
   Départ des courses du dimanche
7. **Visite des Caves**
   Départ des courses du samedi



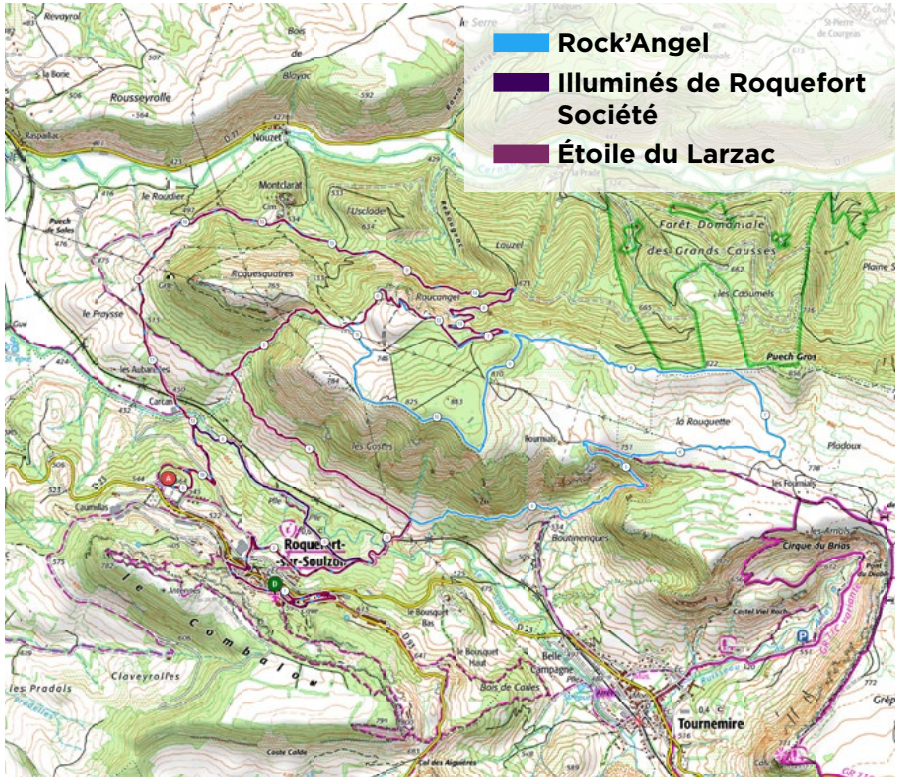

### LÉGENDES

- WC
- Douches Vestiaires
- Parking
- Accès piétons 15 mn env.






# LES COURSES DU
# SAMEDI




Les trois épreuves du samedi prennent leur **départ au cœur de la Cave Roquefort Société**.

La cave se situe à environ 15 mn à pied de la Salle des fêtes, où seront jugées toutes les arrivées.

Pensez à anticiper votre déplacement pour rejoindre sereinement votre lieu de départ.

PRÉSENTATION DE LA COURSE

# ROCK'ANGEL

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **18,5 km** |
| Dénivelé + | **713 m** |
| Jour | **Samedi** |
| Départ | **15h45 · 15h55** |
| Lieu | **Cave Roquefort Société** |

**La Rock'Angel ouvre le bal de cette Hivernale.**

## ACCÈS DÉPART

**15h15 :** Rendez-vous dans la salle d'accueil des visites de la Cave Roquefort Société.

**15h35 :** Fermeture des portes, descente dans la cave en groupe. Découverte de la salle.

**15h45 :** Départ officiel sous l'arche de Roquefort Société.

**Arrivée par le sentier sportif près de la Salle des fêtes de Roquefort.**

## RETRAIT DOSSARDS

Salle des fêtes Roquefort
**VENDREDI** 15H À 20H
**SAMEDI** 9H À 14H30

## DOTATION

Cadeaux de départ, médaille, buffet d'arrivée avec produits locaux.

## PROFIL DE LA COURSE






PRÉSENTATION DE LA RANDONÉE

# LES ILLUMINÉS DE ROQUEFORT SOCIÉTÉ

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **5,1 km** |
| Dénivelé + | **171 m** |
| Jour | **Samedi** |
| Départ | **16h40** |
| Lieu | **Cave Roquefort Société** |

**Un parcours accessible mi-urbain et mi-campagne en longeant le petit cours d'eau du Soulzon.**

## ACCÈS DÉPART

**16h05 :** Rendez-vous dans la salle d'accueil des visites de la Cave Roquefort Société.

**16h30 :** Fermeture des portes, descente dans la cave en groupe. Découverte de la salle.

**16h40 :** Départ officiel sous l'arche de Roquefort Société.

**Arrivée par le sentier sportif près de la Salle des fêtes de Roquefort.**
**SANS CLASSEMENT**

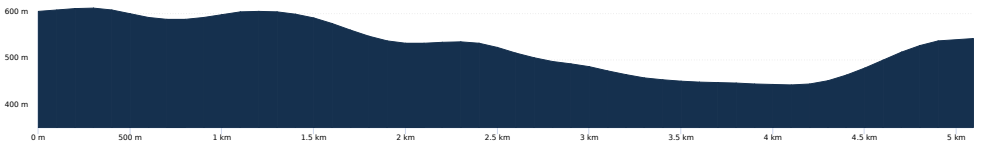
## RETRAIT DOSSARDS

Salle des fêtes Roquefort
**VENDREDI** 15H À 20H
**SAMEDI** 9H À 15H30

## DOTATION

Buffet d'arrivée avec produits locaux.

## PROFIL DE LA COURSE



PRÉSENTATION DE LA COURSE

# L'ÉTOILE DU LARZAC

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **13,1 km** |
| Dénivelé + | **574 m** |
| Jour | **Samedi** |
| Départ | **17h30** |
| Lieu | **Cave Roquefort Société** |

**Pour animer la fin d'après midi du samedi, l'Étoile, se dispute en nocturne.**

## ACCÈS DÉPART

**16h35 :** Rendez-vous dans la salle d'accueil des visites de la Cave Roquefort Société.

**17h05 :** Fermeture des portes, descente dans la cave en groupe. Découverte de la salle.

**17h30 :** Départ officiel sous l'arche de Roquefort Société.

**Arrivée par le sentier sportif près de la Salle des fêtes de Roquefort.**

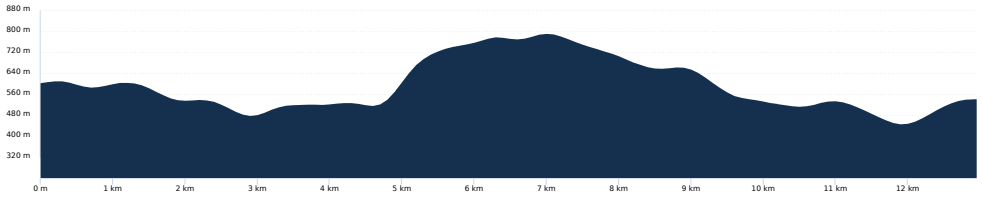
## RETRAIT DOSSARDS

Salle des fêtes Roquefort
**VENDREDI** 15H À 20H
**SAMEDI** 9H À 16H

## DOTATION

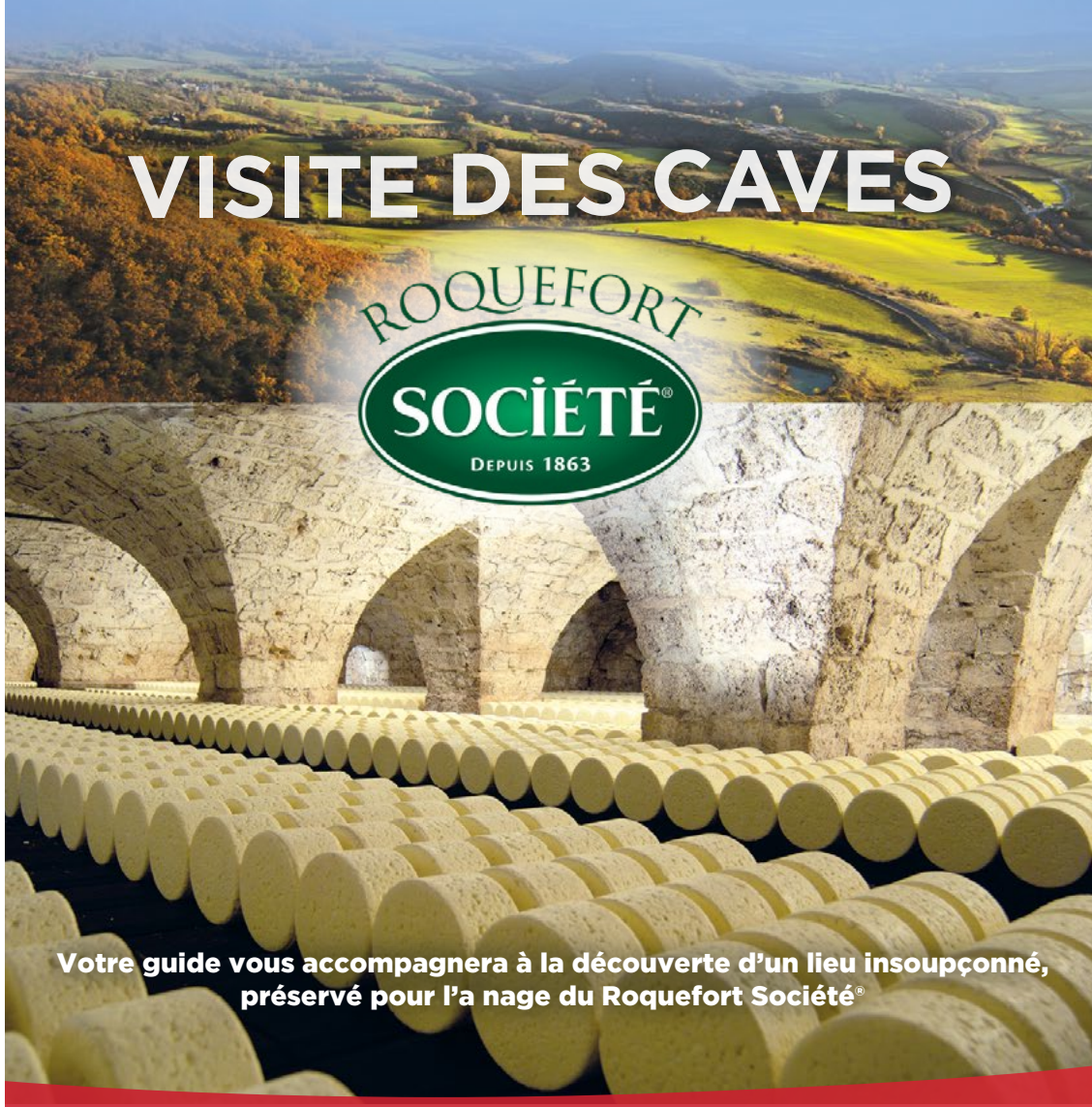
Cadeaux de départ, buffet d'arrivée avec produits locaux.

## PROFIL DE LA COURSE










1 ENTRÉE OFFERTE POUR UNE ENTRÉE ACHETÉE

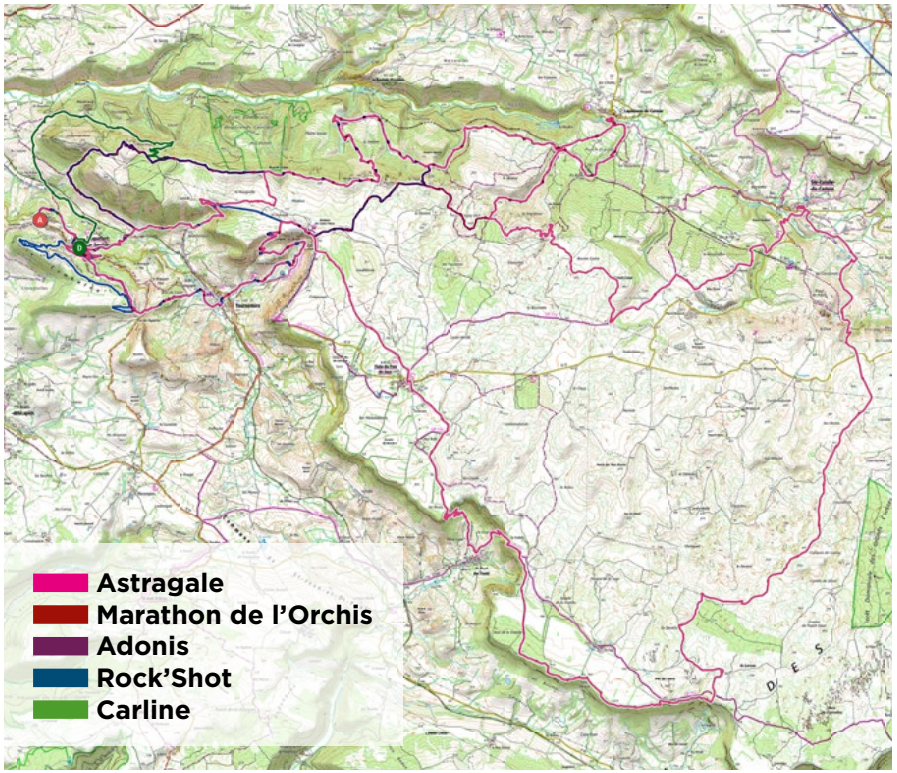
sur présentation de l'encart à l'entrée de la visite des caves Roquefort Société. Offre valable jusqu'au 31/08/2027.

**ROQUEFORT SOCIÉTÉ®**
60 place Léon Freychet
12250 ROQUEFORT SUR SOUZLON

Renseignements et réservations
**roquefort-societe.com**




# LES COURSES DU DIMANCHE




Les épreuves du dimanche prennent leur **départ devant l'Église de Roquefort,** située à environ 10 mn à pied de la Salle des fêtes, où seront jugées toutes les arrivées.

Pensez à anticiper votre déplacement pour rejoindre sereinement votre lieu de départ.

PRÉSENTATION DE LA COURSE

# L'ASTRAGALE

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **66,6 km** |
| Dénivelé + | **2270 m** |
| Jour | **Dimanche** |
| Départ | **6h15 · 6h30 6h45** |
| Lieu | **Devant l'Église de Roquefort** |

**Entre causses, sentiers techniques et villages de caractère, au cœur des paysages emblématiques du Larzac.**

## RETRAIT DOSSARDS

Salle des fêtes Roquefort
**VENDREDI** 15H À 20H
**SAMEDI** 9H À 20H
**DIMANCHE** 5H15 À 5H45

## VAGUES DÉPART

Le départ se fera en trois vagues :
- 6h15 : Vague 1 | Dossards 1 à 300
- 6h30 : Vague 2 | Dossards 301 à 600
- 6h45 : Vague 3 | Dossards 601 à fin

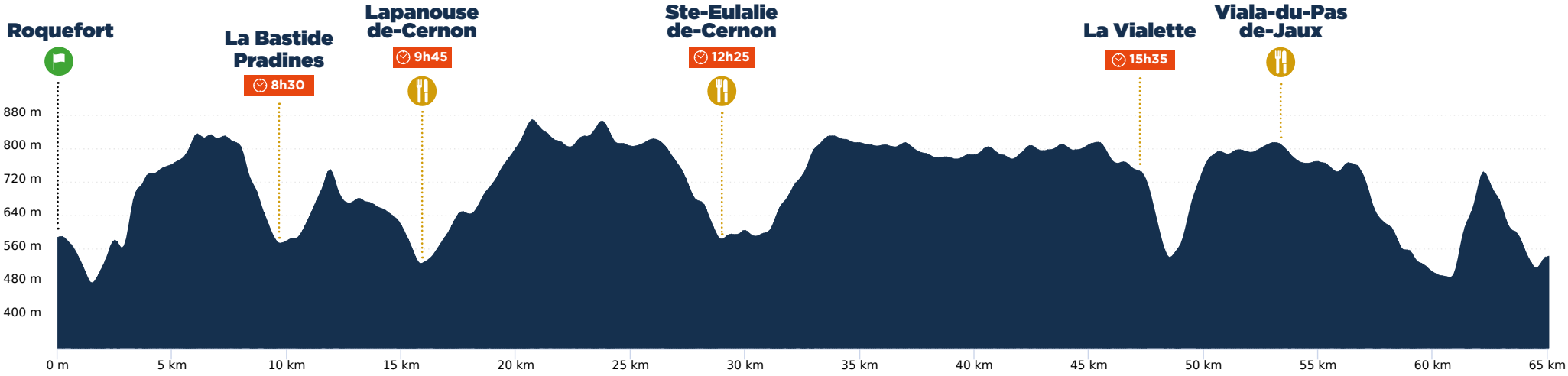
## DOTATION

Cadeaux de départ, médaille, buffet d'arrivée avec produits locaux.

## TEMPS DE PASSAGE

| Lieu | KM | Temps de passage | Services | Assistance | Accès | Barrière horaire |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Roquefort | | 6h15 - 6h30 - 6h45 | | | | |
| Bastide Pradines | 10 | 7h00 - 8h40 | | ✗ | ✗ | 8H30 |
| Lapanouse de-Cernon | 16,2 | 7h35 - 10h00 | ✓ | ✓ | ✓ | 9H45 |
| Ste-Eulalie de-Cernon | 30,2 | 8h35 - 13h00 | ✓ | ✓ | ✓ | 12H25 |
| Vialette | 47 | 10h10 - 16h10 | | ✗ | ✗ | Déroutage 15H35 |
| Viala-du Pas-de-Jaux | 53,9 | 10h45 - 17h10 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| Roquefort | 66,6 | 12h05 - 20h30 | ✓ | ✓ | ✓ | |

## PROFIL DE LA COURSE



PRÉSENTATION DE LA COURSE

# MARATHON DE L'ORCHIS

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **35,8 km** |
| Dénivelé + | **1435 m** |
| Jour | **Dimanche** |
| Départ | **8h40 - 8h55 9h10** |
| Lieu | **Devant l'Église de Roquefort** |

**Un marathon hivernal au cœur du Larzac, entre chaos rocheux, et sentiers techniques.**

## RETRAIT DOSSARDS

Salle des fêtes Roquefort
**VENDREDI** 15H À 20H
**SAMEDI** 9H À 20H
**DIMANCHE** 6H45 À 8H

## VAGUES DÉPART

Le départ se fera en trois vagues :
- 8h40 : Vague 1 | Dossards 1001 à 1350
- 8h55 : Vague 2 | Dossards 1351 à 1700
- 9h10 : Vague 3 | Dossards 1701 à fin

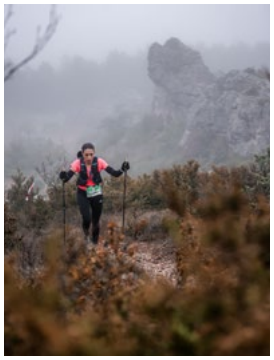
## DOTATION

Cadeaux de départ, médaille, buffet d'arrivée avec produits locaux.

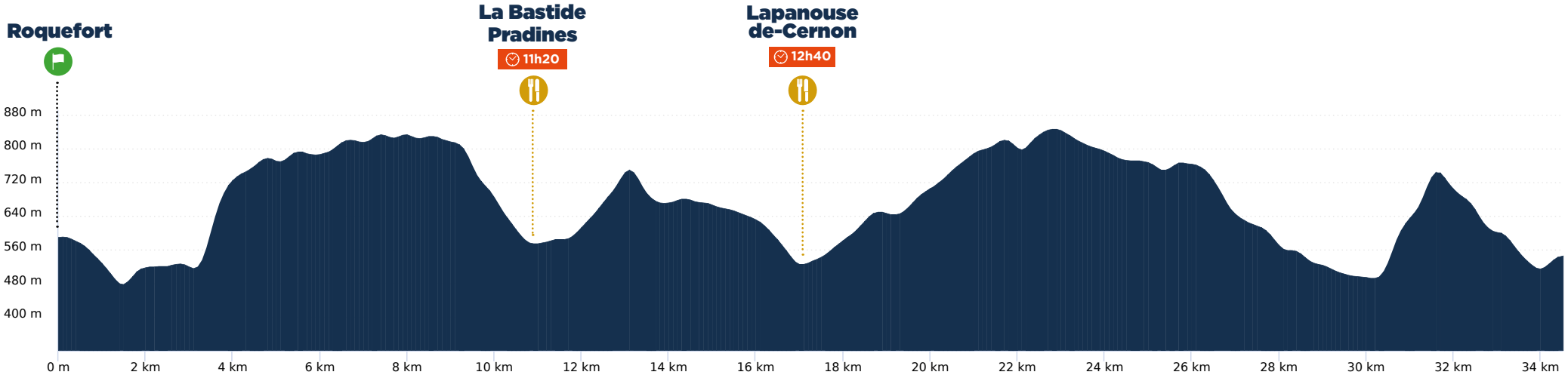
## TEMPS DE PASSAGE

| Lieu | KM | Temps de passage | Services | Assistance | Accès | Barrière horaire |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Roquefort | | 8h40 - 8h55 - 9h10 | | | | |
| Bastide Pradines | 11,5 | 9h35 - 11h20 | ✓ | ✗ | ✗ | 11H20 |
| Lapanouse de-Cernon | 17,6 | 10h05 - 12h40 | ✓ | ✓ | ✓ | 12H40 |
| Roquefort | 35,8 | 11h30 - 17h10 | ✓ | ✓ | ✓ | |





## PROFIL DE LA COURSE



PRÉSENTATION DE LA COURSE

# ROCK'SHOT

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **16,8 km** |
| Dénivelé + | **774 m** |
| Jour | **Dimanche** |
| Départ | **9h30 · 9h45 10h** |
| Lieu | **Devant l'Église de Roquefort** |

**Un parcours court mais engagé, avec le passage technique du célèbre sentier des Échelles.**

## RETRAIT DOSSARDS

Salle des fêtes Roquefort

**VENDREDI** 15H À 20H
**SAMEDI** 9H À 20H
**DIMANCHE** 7H À 9H

## VAGUES DÉPART

Le départ se fera en trois vagues :
- 9h30 : Vague 1 | Dossards 4001 à 4175
- 9h45 : Vague 2 | Dossards 4176 à 4350
- 10h : Vague3 | Dossards 4351 à fin

## DOTATION

Cadeaux de départ, médaille, buffet d'arrivée avec produits locaux.

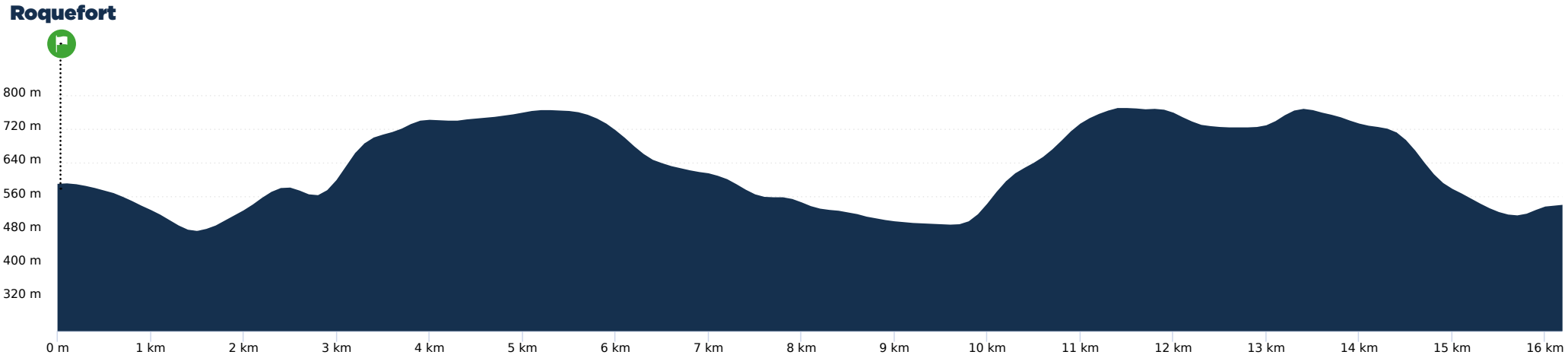
## TEMPS DE PASSAGE

| Lieu | KM | Temps de passage | Services | Assistance | Accès | Barrière horaire |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Roquefort | | 9h30 - 9h45 - 10h | | | | |
| Roquefort | 16,8 | 10h50 - 14h00 | ✓ | ✓ | ✓ | |





## PROFIL DE LA COURSE



PRÉSENTATION DE LA COURSE

# L'ADONIS TRAIL

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **26 km** |
| Dénivelé + | **1090 m** |
| Jour | **Dimanche** |
| Départ | **10h25 - 10h40** |
| Lieu | **Devant l'Église de Roquefort** |

**Du rocher de Roucangel au Combalou, en passant par le cirque de Tournemire, les coureurs enchaînent montées corsées et belles descentes.**

## RETRAIT DOSSARDS

Salle des fêtes Roquefort
**VENDREDI** 15H À 20H
**SAMEDI** 9H À 20H
**DIMANCHE** 7H À 9H15

## VAGUES DÉPART

Le départ se fera en deux vagues :
- 10h25 : Vague 1 | Dossards 3001 à 3375
- 10h40 : Vague 2 | Dossards 3376 à fin

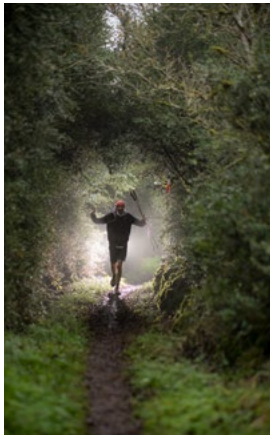
## DOTATION

Cadeaux de départ, médaille,
buffet d'arrivée avec produits locaux.

## TEMPS DE PASSAGE

| Lieu | KM | Temps de passage | Services | Assistance | Accès | Barrière horaire |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Roquefort | | 10h25 - 10h40 | | | | |
| Bastide Pradines | 11,5 | 11h15 - 13h10 | ✓ | ✗ | ✗ | 12H55 |
| Roquefort | 26 | 12h45 - 16h30 | ✓ | ✓ | ✓ | |





## PROFIL DE LA COURSE



PRÉSENTATION DE LA COURSE

# LA CARLINE

## INFORMATIONS

| | |
|---|---|
| Distance | **13 km** |
| Dénivelé + | **559 m** |
| Jour | **Dimanche** |
| Départ | **11h50 · 12h05** |
| Lieu | **Devant l'Église de Roquefort** |

**Épreuve accessible à tous et toutes, les randonneurs sont également les bienvenus.**

## RETRAIT DOSSARDS

Salle des fêtes Roquefort
**VENDREDI** 15H À 20H
**SAMEDI** 9H À 20H
**DIMANCHE** 7H À 10H30

## VAGUES DÉPART

Le départ se fera en deux vagues :
- 11h50 : Vague 1 | Dossards 5001 à 5275
- 12h05 : Vague 2 | Dossards 5276 à fin

## DOTATION

Cadeaux de départ, médaille, buffet d'arrivée avec produits locaux.

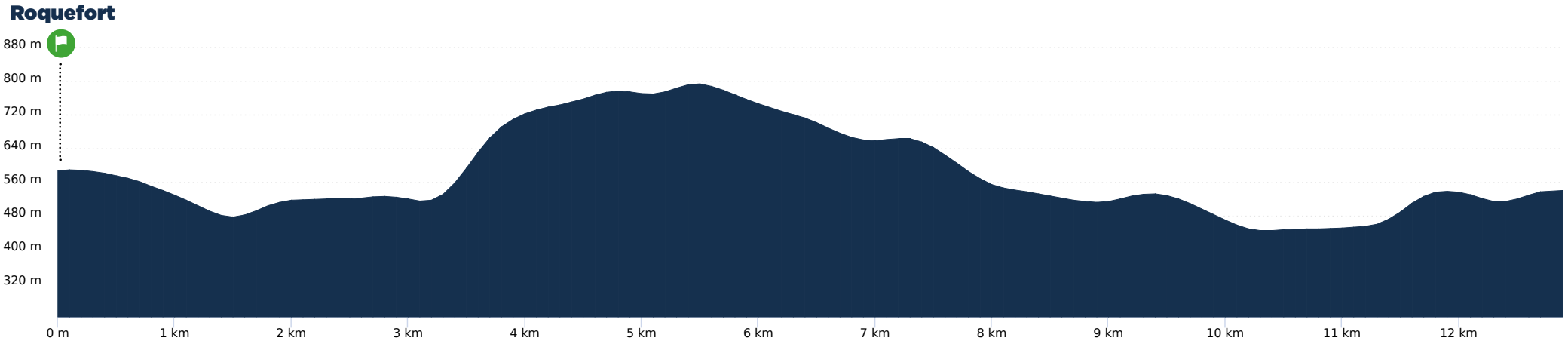
## TEMPS DE PASSAGE

| Lieu | KM | Temps de passage | Services | Assistance | Accès | Barrière horaire |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Roquefort | | 11h50 - 12h05 | | | | |
| Roquefort | 13 | 12h45 - 16h30 | ✓ | ✓ | ✓ | |





## PROFIL DE LA COURSE



# Retrait dossards

**Salle des Fêtes de Roquefort**

- **Pièces pour retirer votre dossard :**
  - Pièce d'identité
  - Carte de retrait de dossard qui sera disponible sur votre fiche d'inscription au plus tard 8 jours avant l'événement.
- **Les épingles ne sont pas fournies.**

# Navettes

- **Horaires :** Dimanche 6 décembre Rotation toutes les 5 mn de 7h30 à 21h
- **Départ :** À 200 m du rond-point de Lauras (2.4 km de Roquefort)
- **Arrêt :** Salle des fêtes de Roquefort
- **Navettes gratuites** (sans réservation),

**Les coureurs de l'Astragale ne sont pas concernés par ces navettes ; ils sont autorisés à se garer à Roquefort ou aux parkings les plus proches.**

# Accès départ

- **Courses du samedi :**
  Lieu de départ : CAVE ROQUEFORT SOCIÉTÉ - 15 mn à pied depuis la Salle des Fêtes
- **Courses du dimanche :**
  Lieu de départ : DEVANT L'ÉGLISE 10 mn à pied depuis la Salle des Fêtes.

**Toutes les arrivées se feront à la Salle des Fêtes** (à l'extérieur pour les courses du samedi)

# Consignes

**SERVICE GRATUIT**

- La consigne se situe à proximité de la Salle des Fêtes, sous le chapiteau, proche du terrain de foot.

# Balisage

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

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

# Chrono

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

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

# Abandon

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

- **Remettre son dossard au prochain ravitaillement ou à une équipe de secours**
- **Prévenir le PC course en cas d'urgence : 06 84 69 38 17**

# Suivi live

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

# Matériel conseillé

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

- Téléphone portable
- Réserve en eau 1L
- Éco-tasse
- Éco-assiette
- Ravitaillement perso
- Couverture de survie
- Sifflet de secours
- Lampe frontale (pour l'Astragale, Rock'Angel, Etoile du Larzac et Illuminés)
- Veste de pluie imperméable avec capuche
- Pantalon de pluie imperméable
- Vêtement manches longues thermique
- Casquette et/ou tour de cou

# Protections intimes

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

# Douches & Vestiaires

Des douches et des vestiaires sont à votre disposition sous la salle des fêtes

# Espace Gourmand

**Venez déguster notre bière artisanale la Templière, nos crêpes salées ou sucrées et nos autres produits locaux.**

Chapiteau devant la Salle des fêtes :
**VENDREDI** 15H À 21H
**SAMEDI** 9H À 20H
**DIMANCHE** 9H À 20H

# Aligot & Saucisse

Préparé et servi par Jeune Montagne entre 12h et 20h uniquement le dimanche sur réservation.
Zone espace repas, chapiteau près du terrain de foot.

# Podium

**Salle des fêtes**

- **Samedi à partir de 18h30**
  Catégories récompensées :
  Hommes et femmes 3 premiers du scratch
- **Dimanche à partir de 13h**
  Catégories récompensées :
  Hommes et femmes 3 premiers du scratch
  Premier de chaque catégorie

# Golden Ticket

**7 Tickets d'or seront à gagner et donneront accès à l'une des sept courses du Festival HOKA Les Templiers 2027 !**

- **Loterie uniquement sur le retrait des dossards le vendredi 4 décembre entre 18h et 20h.**

# Happy hour

- **Animation avec les RADIS NOIRS le vendredi de 18h30 à 20h30.**
- **1 vin chaud OFFERT**



# Charte du trailer

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

# Patou

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

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

# Un territoire qui nous accueille

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

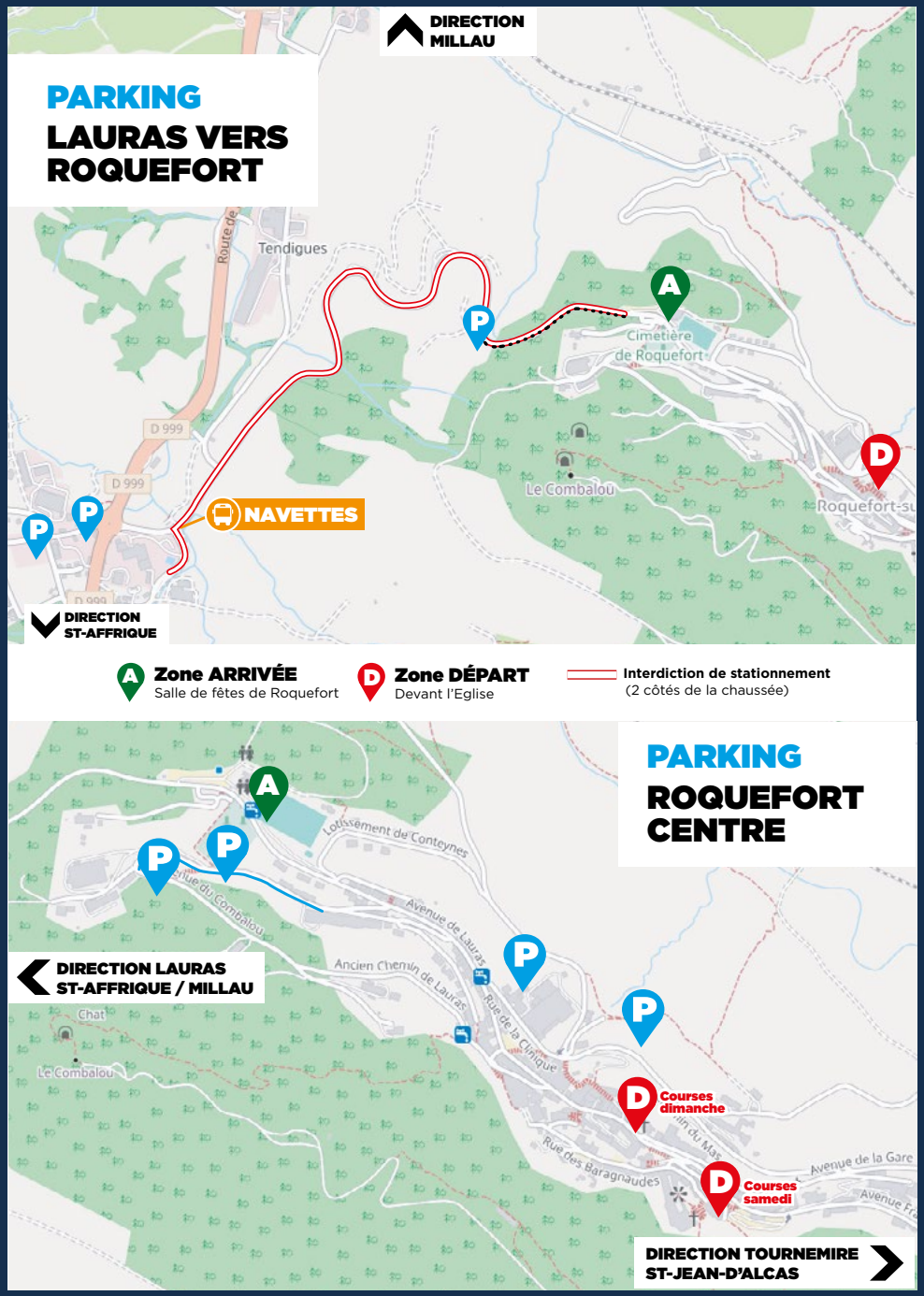
**Respecter ces lieux, c'est permettre aux courses de continuer à les traverser demain.**





# Charte des accompagnants

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




# OÙ VOIR LES COUREURS ?



## LA BASTIDE PRADINES

**ACCÈS INTERDIT** – ROUTE DÉDIÉE AU SECOURS

## LAPANOUSE-DE-CERNON

ACCÈS : Par la D23 – D999 – D77
Parking : au sommet du village (suivre fléchage)

## SAINTE-EULALIE-DE-CERNON

ACCÈS : Par la D77, à 7 minutes de Lapanouse-de-Cernon.

## VIALA-DU-PAS-DE-JAUX

ACCÈS : Par Tournemire (D23) – 30 à 35 mn
Parking : Parking de la lavogne

## TOURNEMIRE

À seulement 5 km de Roquefort par la D23
Parking : ancienne gare


HIVERNALE
DES TEMPLIERS
ROQUEFORT | AVEYRON
LARZAC