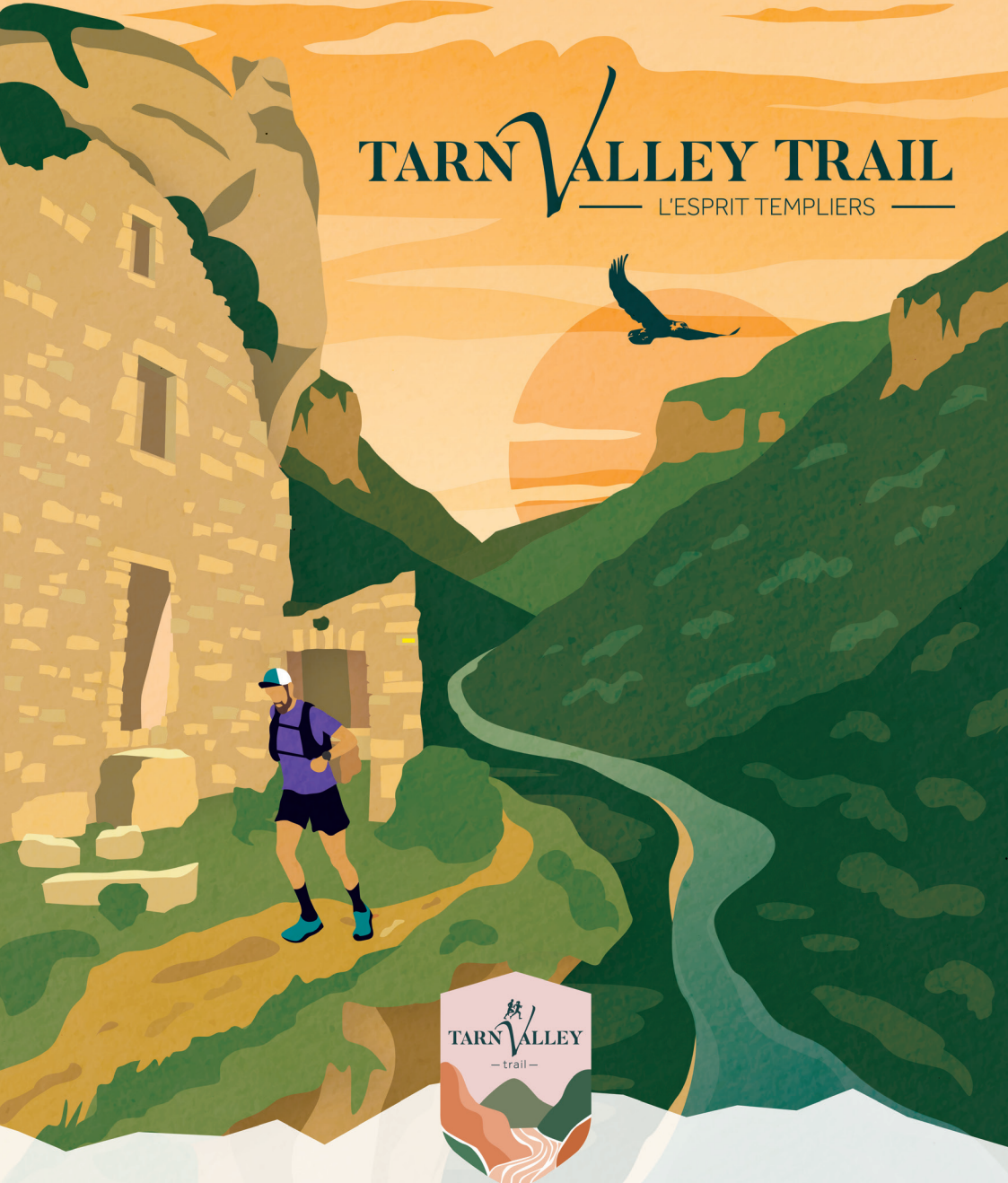


TARN VALLEY TRAIL

— L'ESPRIT TEMPLIERS —



ROADBOOK

Intégrale des Gorges du Tarn

SAMEDI 2 MAI | 100,5 KM ET 4 500 D+

TARN VALLEY TRAIL

L'ESPRIT TEMPLIERS

sommaire

PRÉSENTATION

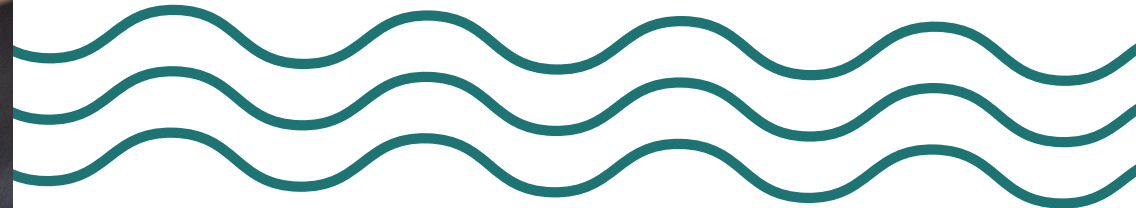
Édito	4
Environnement	5
Profil Intégrale des Gorges du Tarn	6 7

INFOS UTILES COUREURS

Millau : Plan situation	9
Quézac : Accès & Zone de départ	10
CREA : Zone arrivée	11
Informations pratiques	12 13
Temps de passage	14

INFOS UTILES ACCOMPAGNANTS

Accompagner un coureur	16 17
------------------------------	---------



Intégrale des Gorges du Tarn

Cette épreuve porte bien son nom car elle offre une traversée-descente de l'Intégralité des Gorges du Tarn.

Avec un départ en tout début de matinée, quelle que soit votre allure, il sera ainsi possible de découvrir de jour tous les sites somptueux des Gorges, les Détroits, les Défilés, les chaos rocheux, les immenses falaises et les villages isolés en rive gauche.

Ce sera également 4 incursions sur le causse Méjean, 4 belles montées bien caussenardes avec leurs jumelles, des descentes tout aussi techniques et typiques de ces terrains, parfaits pour s'exprimer en trail.

Puis la course bascule (rive droite) sur le Causse de Sauveterre à partir des Vignes au km 54, pour grimper à St Rome de Dolan puis s'engager dans cet immense domaine forestier, tout en balcon avec passage dans les hameaux troglodytes de St Marcellin et Eglazines, en observant les panoramas impressionnants sur les falaises du Causse Méjean en rive gauche.

Au Rozier, les Gorges laissent la place à la vallée du Tarn pour un tracé assez proche de celui des Templiers. Au km 74, au départ de Peyreleau, on entame la longue remontée sur le Causse Noir par la Tour, puis la traversée du Causse par Le Sonnac, le village perché de Caylus, La Cresse, Carbassas et Millau soit 26 km et 1600 m+, pour une arrivée en cœur de ville dans la cour carrée du CREA et le théâtre salle René Rieux.



Environnement



Un territoire naturel d'exception à préserver

La Tarn Valley Trail se déroule au cœur du Parc national des Cévennes, du Parc naturel régional des Grands Causses, et au sein de zones classées Natura 2000.

Les parcours empruntent le GR736 et traversent des zones sensibles.

Merci de rester strictement sur les sentiers balisés et de respecter les parcelles privées. Votre vigilance est essentielle pour préserver ce territoire unique.

Partager le territoire avec respect

La circulation s'effectue sur des routes étroites et sinueuses, merci de faire preuve de prudence lors de vos déplacements.

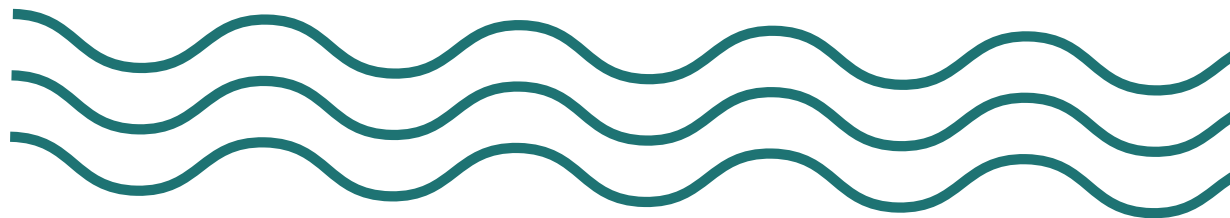
Nous vous demandons également de **respecter la tranquillité des habitants des villages** traversés par les courses.

Afin de limiter votre impact environnemental, **nous vous encourageons à privilégier le covoiturage.**

RÈGLEMENT PARC DES CÉVENNES

www.cevennes-parcnational.fr/fr/le-parc-national-des-cevennes/la-reglementation-du-coeur/les-regles-pour-tous

Intégrale des Gorges du Tarn



Montbrun
ASSISTANCE INTERDITE

Chaldas
Atelier bois de Sophie
Point GPS : 44.33622 | 3.44765
Accès :
Uniquement en navette depuis un parking proche de l'aérodrome de Chanet.

À voir :
Atelier bois de Sophie
Maître Artisan d'Art Coutellerie

St-Chely du-Tarn
ASSISTANCE INTERDITE

Rieisse
Gîte rural
Point GPS : 44.2873 | 3.3008
Parking :
Bord gauche chaussée d'accès au gîte

À voir :
Panorama exceptionnel sur les Gorges du Tarn au Roc des Hourtous (1 km)

La Caxe
ASSISTANCE INTERDITE

St-Rome-de-Dolan
Gîte rural
Point GPS : 44.2740 | 3.2162

Parking :
à 200 m

Prudence :
Passage des coureurs sur la route, dans la montée entre les Vignes et St-Rome-de-Dolan

Le Rozier
Salle des Fêtes

Parking :
Au cœur du village du Rozier

Prudence :
Passage des coureurs sur la route

À voir :
Le village de Peyreleau

La Cresse
ASSISTANCE INTERDITE

Paulhe
Vieille halle
Point GPS : 44.1519 | 3.1027

Parking :
Carrefour de la route de Millau-Plage à 50 m du ravitaillement, et Stade d'Aguessac

À voir :
Maison de la Cerise



Infos utiles

Coureurs

TARN VALLEY TRAIL
L'ESPRIT TEMPLIERS

MILLAU

Plan de situation

Direction Gare
Arrêt Pierre Sémard
Départ des navettes

Espace Capelle

Retrait des cadeaux coureurs
au sein du centre commercial
Point GPS : 44.10029 | 3.08149
(cellule en face de Running Conseil)

**Stands Trail en collaboration
avec Running Conseil**
Mise en place d'un salon avec
plusieurs exposants.

CRÉA

Salle René Rieux & Cour du Créa

Point GPS : 44.0985 | 3.0794

Arrivée de toutes les courses

Espace repas, buvette & Boutique

Podium & Remise des récompenses

Maison de ma Région

Pôle retrait dossards

Point GPS : 44.0997 | 3.0816

Vendredi 1^{er} mai de 12H à 20H

Aucun retrait de dossard à Quézac

Les épingles ne sont pas fournies.

QUÉZAC

Accès & Zone départ



Arrêt navettes

Dépôt consignes

Sac personnel
Drop bag St-Rome de-Dolan

Départ

Pont de Quézac
avec SAS Vague 2
à gauche du Pont

Navettes

Uniquement si vous avez réservé une place dans la navette pour accéder au départ depuis Millau.

Vendredi 1^{er} mai | 17H

Départ Millau - Av. Pierre Sébard
Arrêt Ispagnac (48) - Parking de la Société Quézac à 5 mn à pied du lieu de départ.

Samedi 2 mai | 4H30

Départ Millau - Av. Pierre Sébard
Arrêt Ispagnac (48) - Parking de la Société Quézac à 5 mn à pied du lieu de départ.

CRÉA

Zone arrivée

Jeune Montagne
Stand Aligot saucisse

Boutique
Épicerie fine locale

Buvette Snack
Découvrez la bière la Templière et des produits locaux à déguster.

Podiums
Remise des récompenses dans l'auditorium.

Cadeaux finishers
Distribution de la médaille et du gilet finisher sur la scène, salle René Rieux.

Ravito arrivée
Dans la salle René Rieux



Vagues de départ

Le départ se fera en deux vagues :

- 6h40 : Dossard 1 à 400

- 6h50 : Dossard 401 à fin

Ravitaillement produits NÄAK

Chaldas ; St-Chély-du-Tarn

Produits énergétiques : Boisson, Gaufre, Gel

Riesse ; St-Rome-de-Dolan Le Rozier ; Paulhe

Produits énergétiques : Boisson, Gaufre, Purée

Exemples d'autres produits que vous pouvez retrouver sur nos ravitaillements :

Biscuits sucrés et salés, Bananes, Compotes, Fromage, Pain...

Eau plate, eau gazeuse Quézac, Cola des Templiers...

Accès douche

Des douches sont à votre disposition au Complexe sportif de la Maladrerie.

Point GPS : 44.09194 | 3.07982

Horaires :

Samedi et dimanche de 8h à 20h

Consignes & Drop bag

SAC PERSONNEL

(Uniquement pour les coureurs qui ont réservé une place dans la navette.)

Dépôt : Samedi 2 mai | Quézac

Retrait : Millau | Cour du CREA
à partir de 16h

DROP BAG St-Rome-de-Dolan

(Drop bag non fourni, seule une étiquette à accrocher au sac sera fournie.)

Dépôt : Samedi 2 mai | Quézac

Disponible : St-Rome-de-Dolan
jusqu'à 19h30

Retrait : Millau | Cour du CREA
à partir de 21h

Abandon

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

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

Podium

Dimanche 3 mai à 11H

Auditorium CREA | Millau

Seront récompensés les trois premiers hommes et femmes du scratch, et de chaque catégorie.

Repas d'arrivée

Buffet ravitaillement et
1 repas Aligot/Saucisse

Coopérative Jeune Montagne

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
- Câble de recharge ou batterie complémentaire
- Réserve en eau de 1L
- Gobelet 15 cl
- Éco-assiette
- Votre propre ravitaillement
- Couverture de survie (220 cm x 140 cm)
- Lampe frontale + Piles ou câble de recharge
- Sifflet de secours
- Bande de strapping (6 cm x 80 cm)
- Veste de pluie avec capuche, imperméable et respirante (taille adulte)
- Pantalon de pluie imperméable (taille adulte)
- Vêtement manches longues thermique (taille adulte)
- Casquette et/ou tour de cou



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.
- 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.

Temps de passage

Lieu	KM	Temps de passage	Services	Assistance	Barrière horaire
Quézac					
Montbrun	7	7h10 - 8h50	🚰	✗	
Castelbouc	15,4	8h05 - 10h00		✗	
Chaldas	19,1	8h35 - 11h00	🚰 🍴	✓	
St-Énimie	26,2	9h05 - 12h05		✗	
St-Chély-du-Tarn	30,6	9h30 - 12h45	🚰 🍴	✗	12H30
La Malène	40,7	10h30 - 15h00		✗	
Rieisse	44,3	11h00 - 16h15	🚰 🍴	✓	
La Caxe	49,1	11h30 - 17h30	🚰	✗	
Les Vignes	52,8	11h55 - 18h15		✗	
St-Rome-de-Dolan	56	12h20 - 19h30	🚰 🍴	✓	19h15
St-Marcellin	65	13h20 - 22h00		✗	
Le Rozier	71,3	14h05 - 23h45	🚰 🍴	✓	
Puech Margue	78	14h50 - 2h15		✗	
La Cresse	82	15h10 - 2h45	🚰	✗	
Paulhe	88,7	16h15 - 5h30	🚰 🍴	✓	5h15 (J+1 Dim)
Millau	100,4	17h40 - 9h00	🚰 🍴	✓	

Infos utiles

Accompagnants

TARN VALLEY TRAIL
L'ESPRIT TEMPLIERS

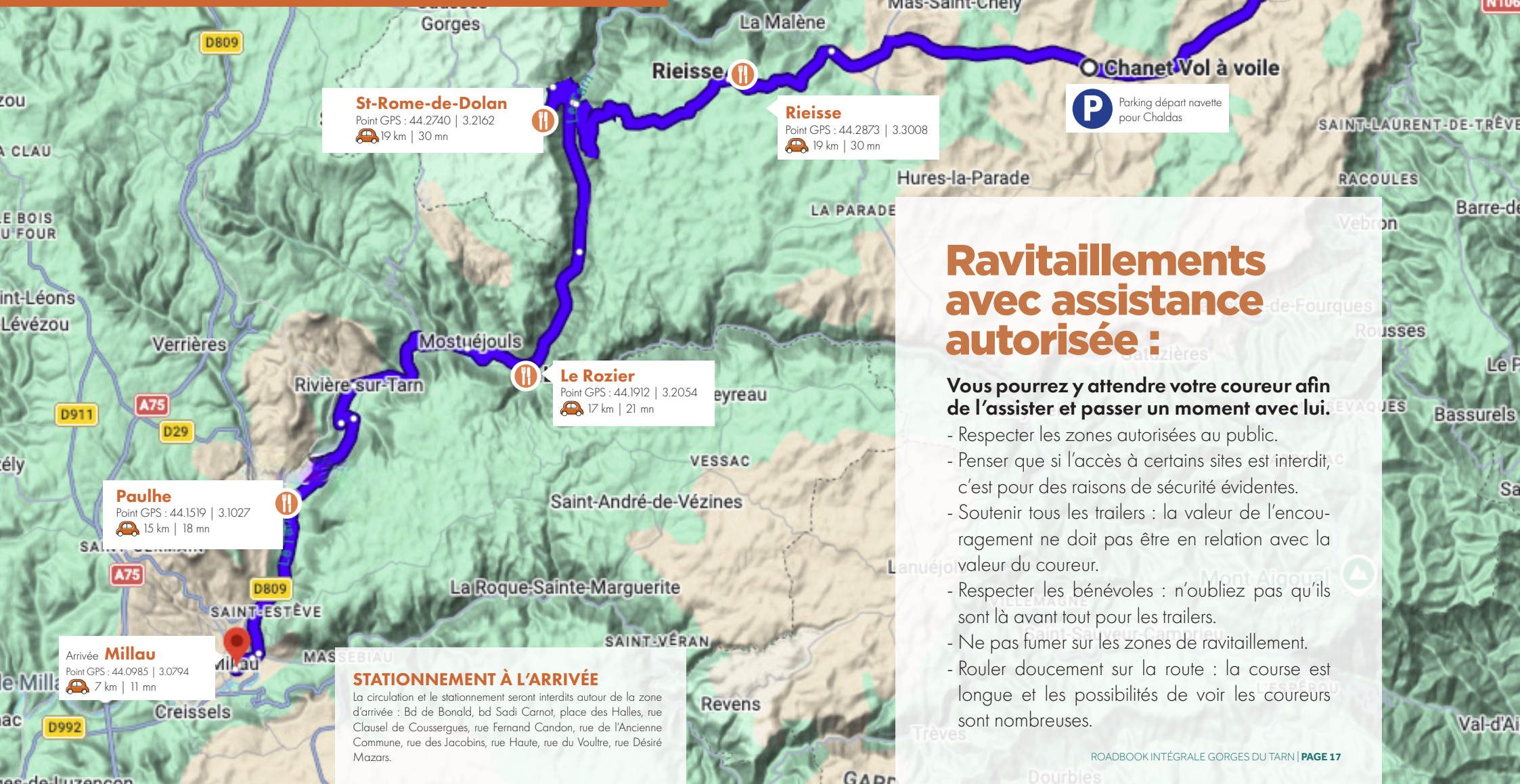


Accompagner un coureur

Scanner pour suivre l'itinéraire



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



Départ **Quézac**
Point GPS : 44.374089 | 3.525694

Chaldas
Accès uniquement en navette Depuis un parking proche de l'aérodrome de Chanet.
Point GPS : 44.28919 | 3.45574
🚗 24 km | 35 mn + 8 km | 15 mn en bus

P Parking départ navette pour Chaldas

St-Rome-de-Dolan
Point GPS : 44.2740 | 3.2162
🚗 19 km | 30 mn

Rieisse
Point GPS : 44.2873 | 3.3008
🚗 19 km | 30 mn

Le Rozier
Point GPS : 44.1912 | 3.2054
🚗 17 km | 21 mn

Paulhe
Point GPS : 44.1519 | 3.1027
🚗 15 km | 18 mn

Arrivée **Millau**
Point GPS : 44.0985 | 3.0794
🚗 7 km | 11 mn

STATIONNEMENT À L'ARRIVÉE
La circulation et le stationnement seront interdits autour de la zone d'arrivée : Bd de Bonald, bd Sadi Carnot, place des Halles, rue Clausel de Coussergues, rue Fernand Candon, rue de l'Ancienne Commune, rue des Jacobins, rue Haute, rue du Voultre, rue Désiré Mazars.

Ravitaillements avec assistance autorisée :

Vous pourrez y attendre votre coureur afin de l'assister et passer un moment avec lui.

- Respecter les zones autorisées au public.
- Penser que si l'accès à certains sites est interdit, c'est pour des raisons de sécurité évidentes.
- Soutenir tous les trailers : la valeur de l'encouragement ne doit pas être en relation avec la valeur du coureur.
- Respecter les bénévoles : n'oubliez pas qu'ils sont là avant tout pour les trailers.
- Ne pas fumer sur les zones de ravitaillement.
- Rouler doucement sur la route : la course est longue et les possibilités de voir les coureurs sont nombreuses.



Tarn Valley Trail

« Un trail harmonie, poétique et indépendant. »

2 & 3 MAI 2026

www.tarnvalleytrail.com

NOUVEAUTE
2026



100 KM | 4425 m D+



44,5 KM | 1763 m D+



18,2 KM | 638 m D+



54 KM | 2187 m D+



23,8 KM | 940 m D+

Intégrale des Gorges du Tarn

Samedi 02 mai - 06H40

Départ : Quézac
Arrivée : Millau

Marathon des Gorges du Tarn

Samedi 02 mai - 09H05

Départ : Saint Rome de Dolan
Arrivée : Millau

Voie Unique

Samedi 02 mai - 18H25

Départ : Saint-Georges de Luzençon
Arrivée : Millau

La Malène de Proust

Dimanche 03 mai - 06H40

Départ : La Malène
Arrivée : Millau

Montcrestro

Dimanche 03 mai - 07H

Départ : La Cresse
Arrivée : Millau