



MULLERTHAL TRAIL

NIVEAU INITIATION



Programme

Samedi

14H00 RDV à Berdorf

L'endroit précis sera donné la semaine avant le départ.

14H30 Départ Trail 1 (en boucle)
+/- 11 km

16H30 Fin estimée du Trail

17H00 Départ pour l'auberge de Jeunesse
(+/- 20 minutes en voiture)

17H25 Arrivée à l'auberge de jeunesse
Douche-Apéro-Repas

19H00 Souper

21H00 Départ facultatif pour un trail nocturne de
+/- 7 km

Dimanche

08H00 Déjeuner à l'auberge
Rangement des chambres

09H30 Transfert en voiture jusque Consdorf
(+/- 20 minutes)

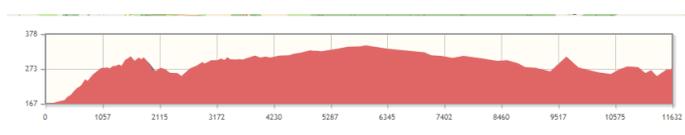
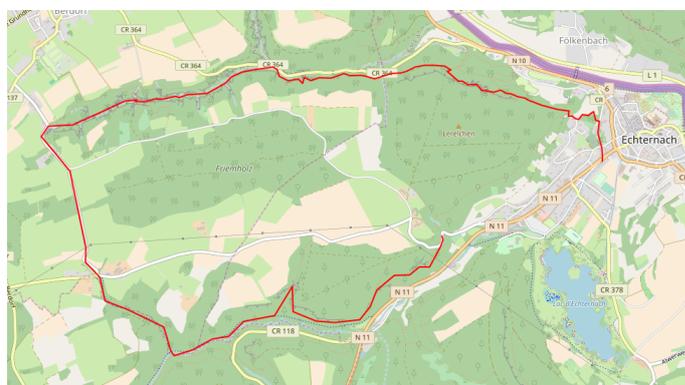
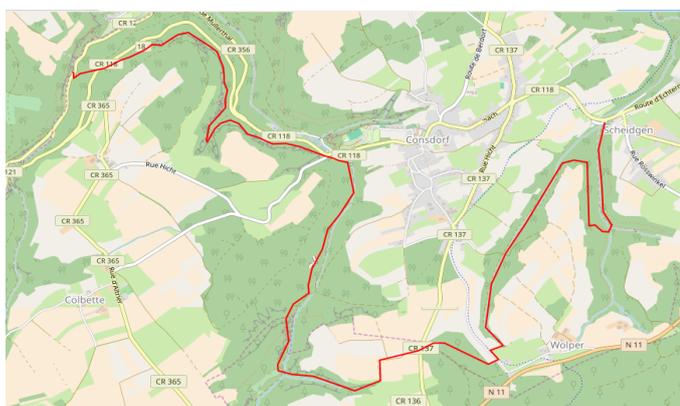
10H00 Départ trail 2 (en boucle)
+/- 11 km

12H00 Fin estimée du trail

12H30 Transfert jusqu'à l'auberge

13H00 Douche-Apéro-Repas

15H00 Fin du séjour



MATERIEL

De Trail

- ◇ Sac de trail adapté à la durée des sorties
- ◇ Eau 1 litre
- ◇ Baskets (déjà utilisées)
- ◇ Chaussettes
- ◇ Short Sous-vêtements
- ◇ T-shirt technique
- ◇ Mouchoirs
- ◇ Pansement style compeed

En fonction de la météo

- ◇ Crème solaire
- ◇ Lunettes de soleil
- ◇ Fins gants
- ◇ Casquette
- ◇ Buff
- ◇ Veste imperméable (type Gore-Tex)
- ◇ Haut thermique
- ◇ Collants longs

Hors Trail

- ◇ Nécessaire de toilettes
- ◇ Tenue confortable pour la soirée et la matinée
- ◇ Argent pour les boissons à l'auberge
- ◇ Chaussures d'intérieur



Prix

120 € par personne

Ce prix comprend : les 3 guidances, l'assurance, la nuitée en auberge de jeunesse (dortoir) en pension complète.

Ce prix ne comprend pas : vos boissons personnelles, vos ravitaillements d'avant, pendant et d'après la course.

INSCRIPTION

Payement d'un acompte de 60 € .

Si vous annulez moins d'un mois avant la date, je ne serai pas en mesure de vous rembourser cet acompte.

Payement du solde (60 €) le premier jour du séjour ou sur le compte une semaine avant.

Si le séjour est annulé pour des raisons extérieures à vous, vous serez remboursé de l'intégralité du montant versé.

Compte **BE49 7320 4624 1971**

TREKATOUT

Communication : Mullerthal+dateduséjour