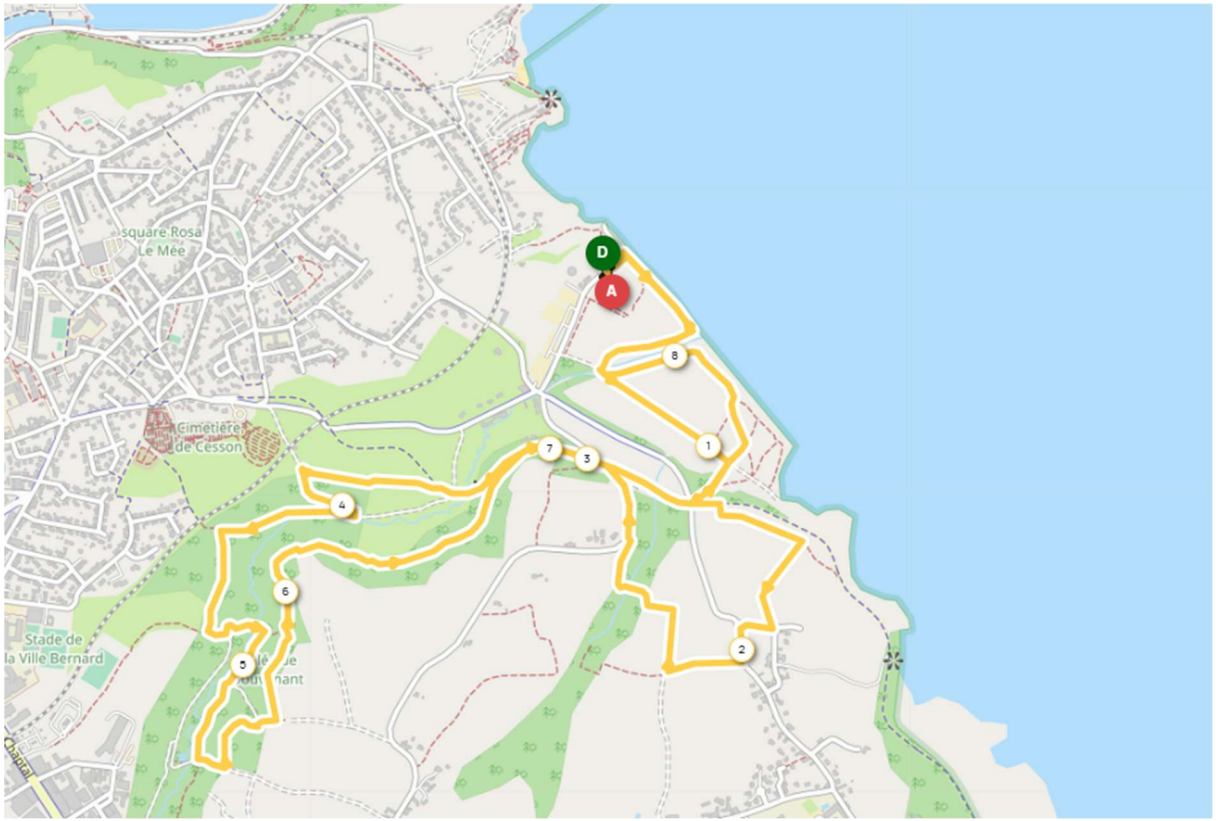
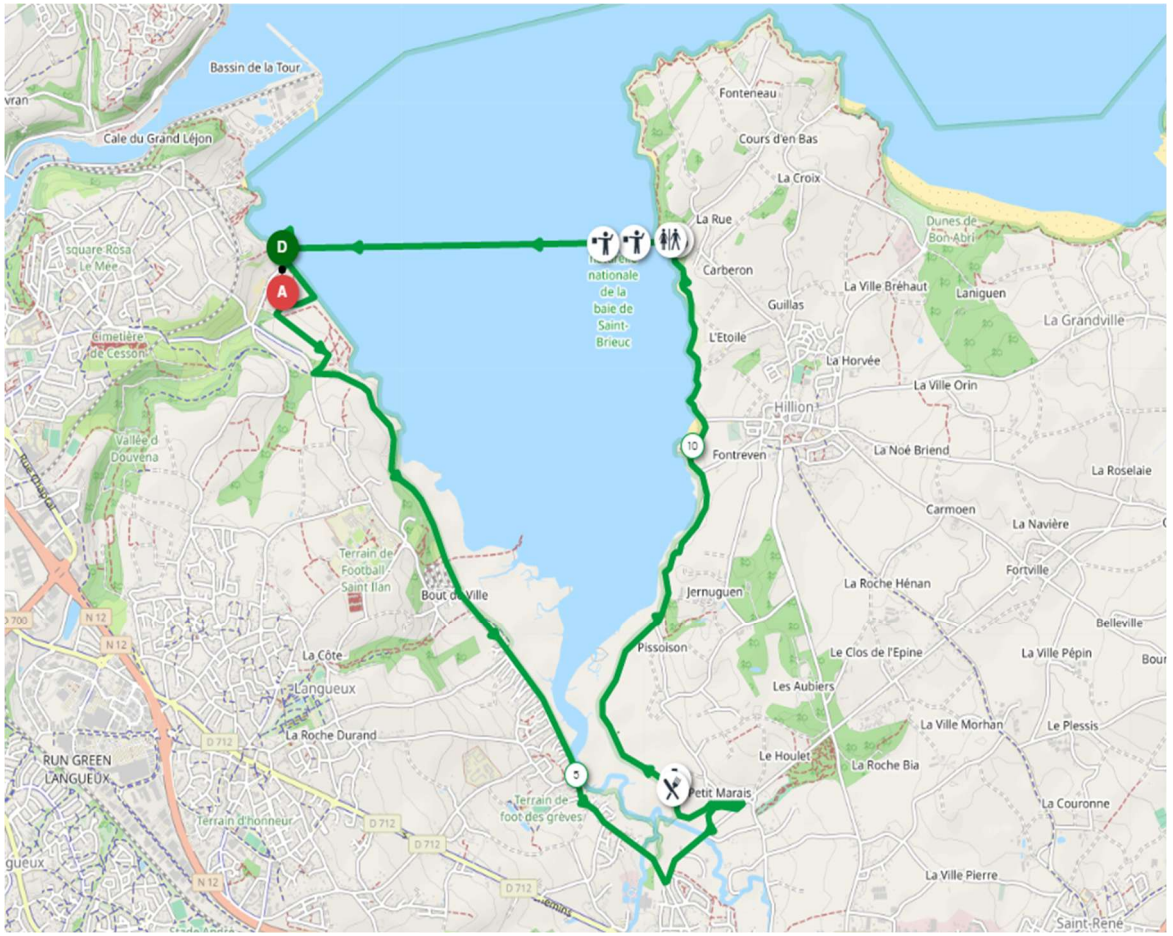
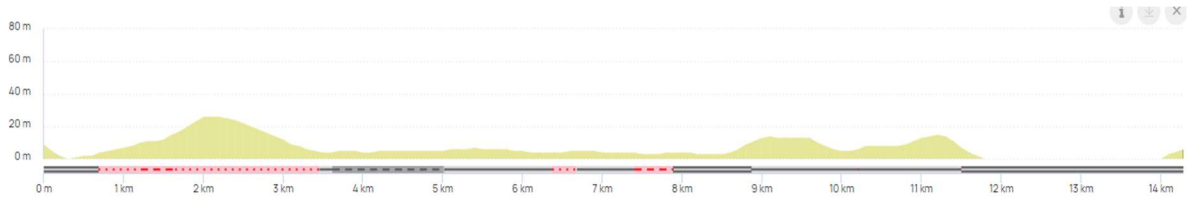
Traversée de la baie de Saint-Brieuc 2026 - Parcours et dénivelé des 4 courses

- **Le 9 km (D+ : 150 m)** : Nous renouvelons cette année ce trail qui a beaucoup plu en 2025, accessible à toutes et à tous, et ce dès le vendredi soir. Cette épreuve fait la part belle à la magnifique vallée de Douvenant et son viaduc, ouvrage d'art, récemment rénové. Malgré une distance assez courte, ce parcours assez technique propose quelques difficultés avec de belles côtes et beaucoup de dynamisme : **DEPART : Le vendredi 01/05 à 19h30**
  NB : Possibilité de s'inscrire via le défi 9 km + 27 km.

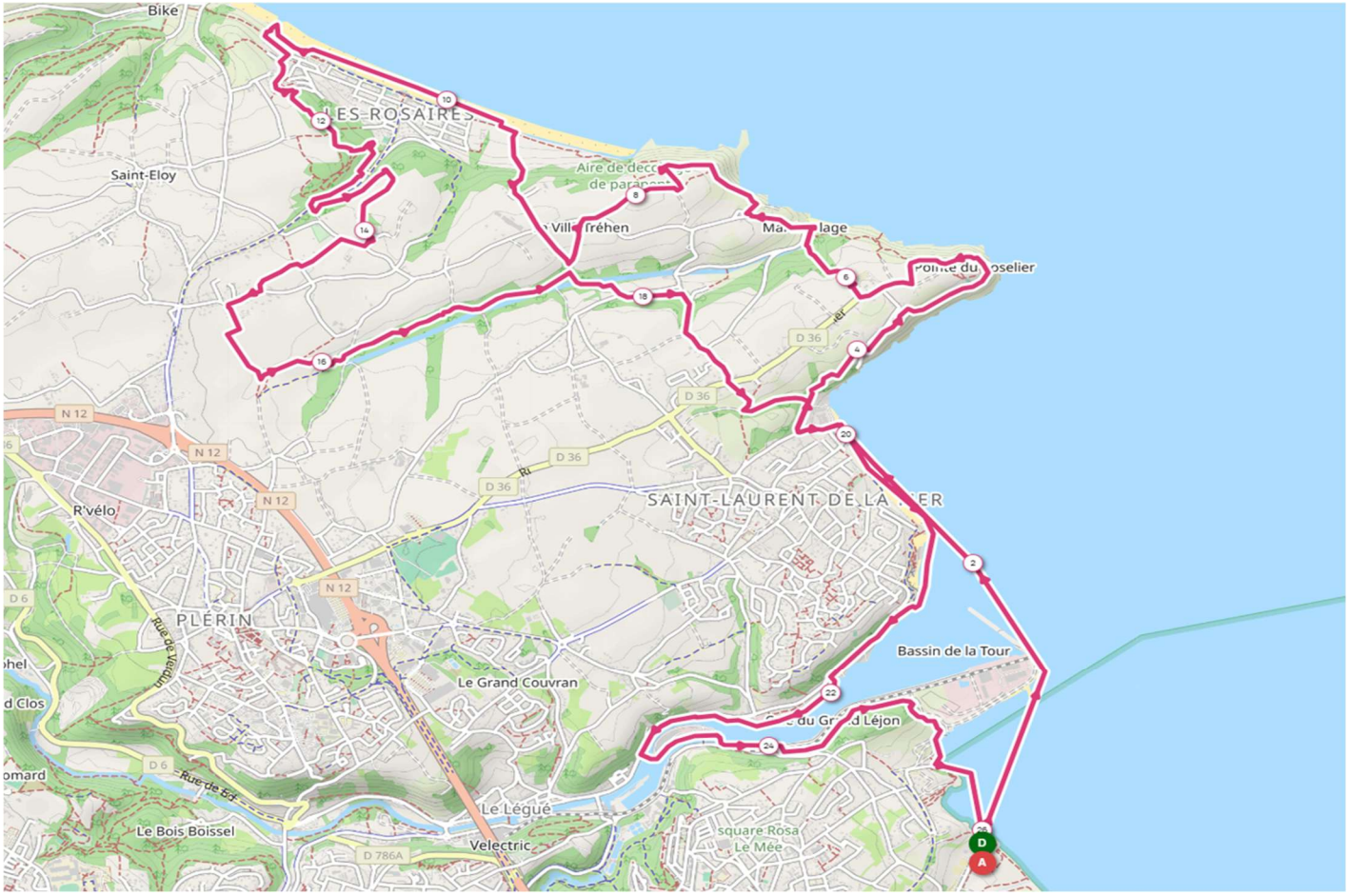


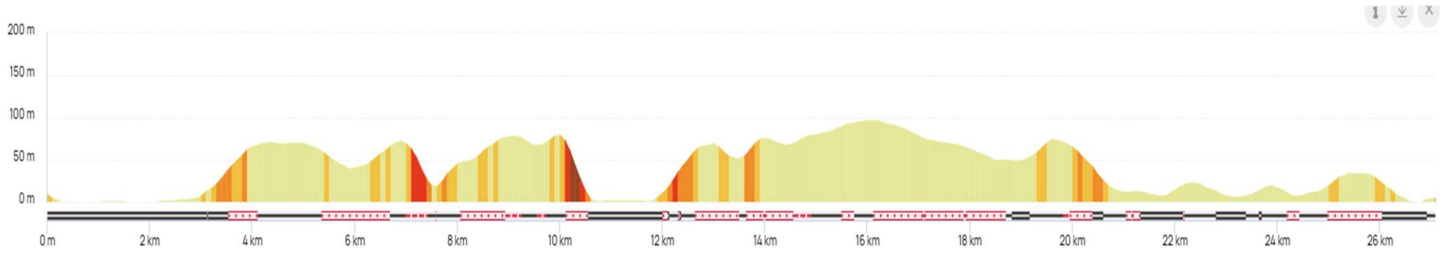
- **Le 15 km (D+ : 60 m)** : Pas de difficulté majeure. Une nouvelle fois, une boucle d'environ 1 km (c'est pour cela qu'il fait 15 km et non plus 14 km) sera à faire dès le départ pour délier le peloton (on attend 1 000 coureurs), dans la baie avant de revenir sur le GR34. Parcours propice à la vitesse avec un secteur côtier très dynamique. Traversée de la baie de 3 km avec 2 filières d'eau, point d'orgue de cette course. **DEPART : Le samedi 02/05 à 13h30.**



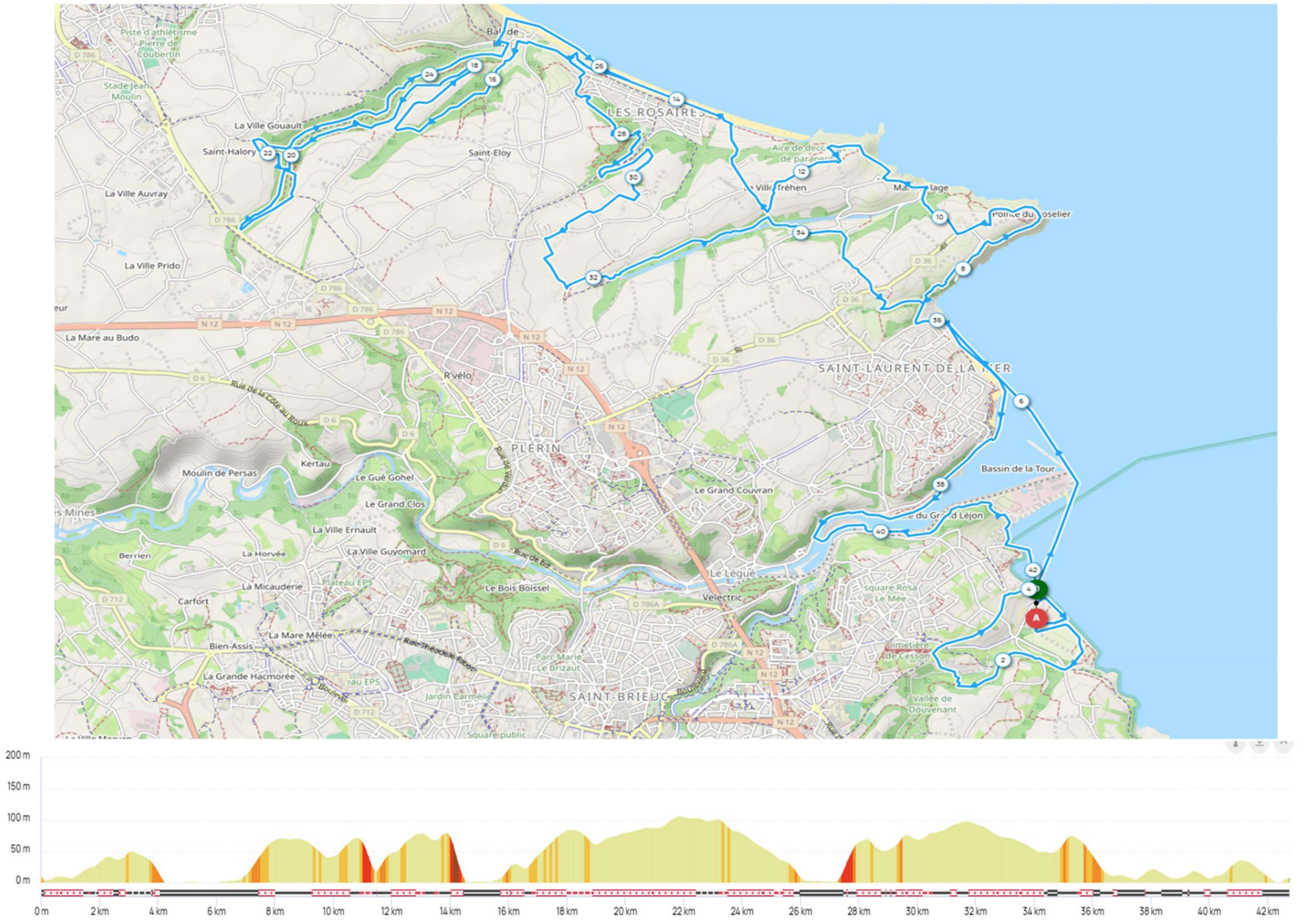


- **Le 27 km (D+ : 575 m)**. Vous démarrez toujours par la traversée de la filière du légué avant de revenir par le port du légué. Parcours exigeant mais très beau (magnifique GR34) avec beaucoup de difficultés. Ce parcours est idéal dans l'optique de se lancer sur le 43 km plus tard. Très peu de répit avec un retour modifié qui fera la part belle aux vallées et au GR34. Pas de traversée de la baie mais traversée du légué avec filières d'eau. Départ plus fluide car la baie s'ouvrira devant vous pendant les premiers kilomètres. **DEPART : Le samedi 02/05 à 13h.**





- **Le Maratrail de 43 km (D+ : 900 m)**. Ce parcours entre vallées, mer et campagne, sera vous ravir car il regroupe tous types de terrains. Après 4-5 kms dans la difficile vallée de Douvenant, la très belle baie de Saint-Brieuc, la filière du légué et la grand léjon s'ouvriront devant vous pour 3 kms sur le sable les pieds dans l'eau. Vous attaquerez ensuite le GR34 jusqu'à la grande plage des rosaires et un premier ravitaillement au 16ème km que vous retrouverez ensuite au 27ème km après avoir tournaillez dans la très belle vallée de Tournemine. Vous rentrerez via la vallées Plérinaise, le GR34 vers le port du Légué. Attention, barrières horaires. **DEPART : Le samedi 02/05 à 12h.**



- Les ravitaillements : Sur 3 des 4 courses et sur 2 marches, vous trouverez des ravitaillements en liquide et solide, aux kilométrages ci-dessous :

RAVITAILLEMENT DES DIFFERENTES EPREUVES ET POINT D'EAU

Course	Viaduc de Douvenant	Piss oison Eau, Coca, Solide	Saint-Guimont Rampe à EAU	Martin Plage Eau Potable	Rosaires ALLER Eau, Coca, Solide et Salé	Rosaires RETOUR Eau, Coca, Solide et Salé	Plage de Saint-Laurent	Saint-Laurent Rampe à EAU + Ravitaillement EAU	Vieille Tour Eau Potable	Arrivée
13 km MN	8ème km									13ème km
19 km marche							10ème km			19ème km
15 km		9ème km	12ème km							15ème km
27 km				8ème km	12ème km			22ème km		27ème km
43 km				12ème km	16ème km	27ème km		37ème km	39ème km	43ème km

- Les barrières horaires : La seule épreuve comprenant des barrières horaires est le 43 km qui part à 12h00 :

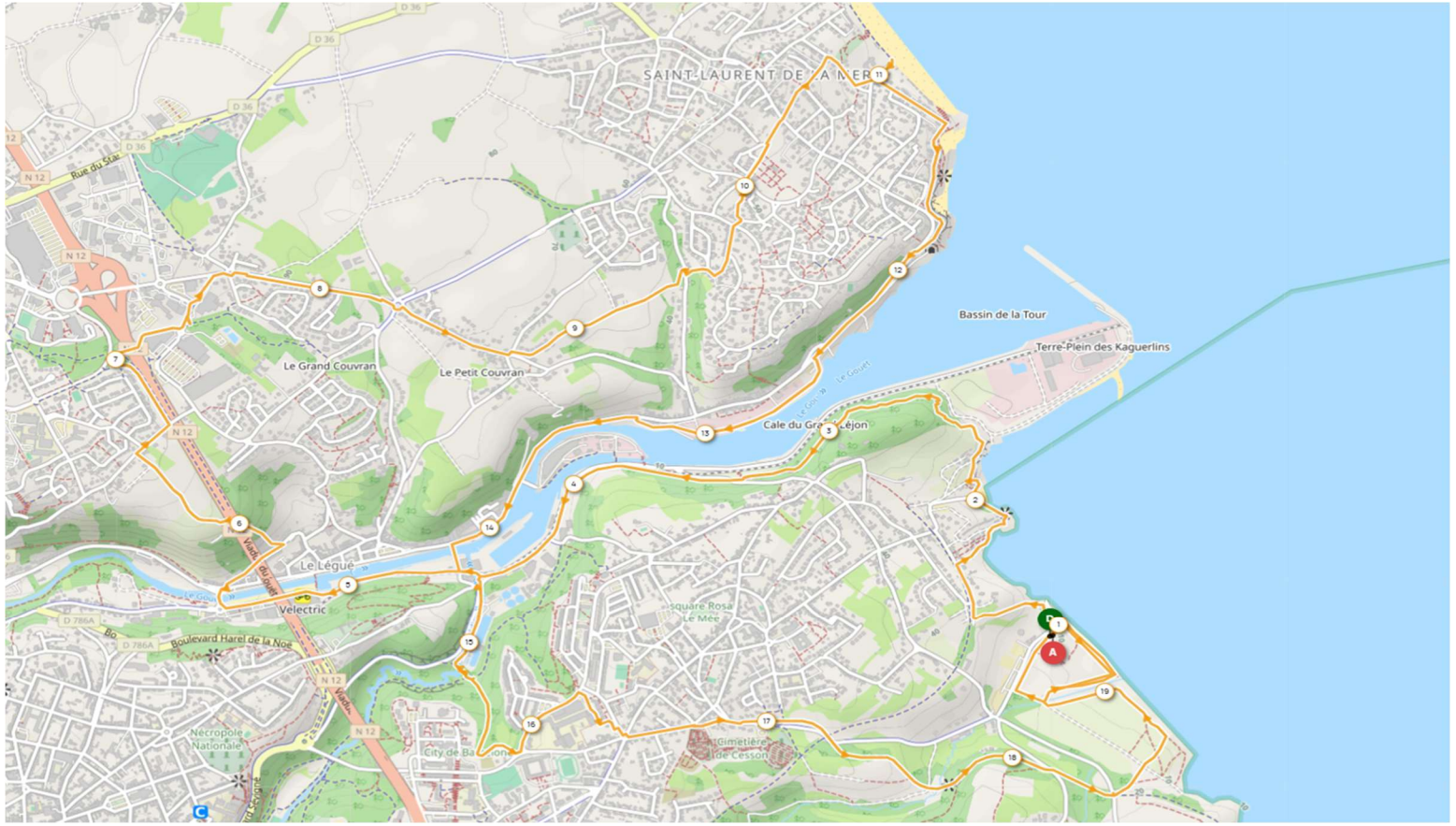
BARRIERE HORAIRE 43 KM

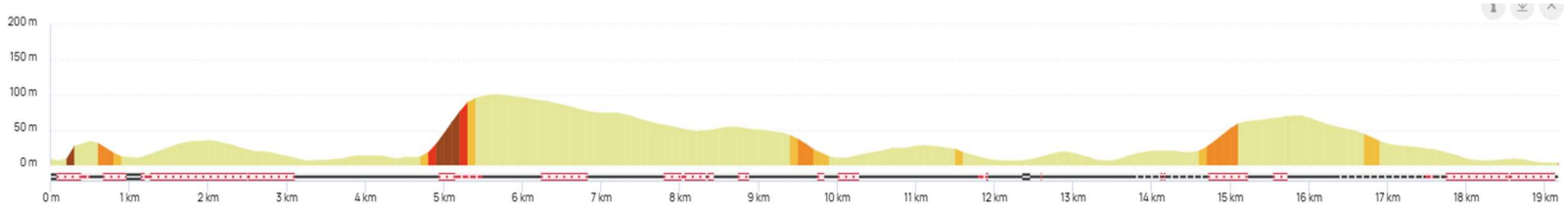
Barrière horaire 7 km/h	Ravitaillement Rosaires ALLER	Ravitaillement Rosaires RETOUR	Saint-Laurent Plage des bleuets
16ème km	14:17		
	2h17' de course		
27ème km		15:51	
		3h51' de course	
37ème km			17:16
			5h17' de course

Le parcours et dénivelé des 3 marches

- **Le 13.5 km MN « chronométré » (D+ : 190 m)** : Après un départ via le GR34, depuis lequel vous pourrez admirez la très belle baie de Saint-Brieuc, vous irez découvrir la campagne langueusienne et rejoindre la vallée de Douvenant pour y effectuer un passage assez technique. La fin du parcours vous permettra d'avoir une magnifique vue depuis le viaduc de la vallée. Très beau parcours avec un bon pourcentage de D+. **DÉPART : Le samedi 02/05 à 13h35.**

- **Le 19 km MS (D+ : 280 m)** : Après un départ vers la tour de Cesson via le GR34, vous irez découvrir le port du Légué jusqu'au fond de la vallée du Gouët, puis remonterez sur Saint-Laurent jusqu'à la belle plage des bleuets. La fin du parcours et les 4 derniers kilomètres sont magnifiques avec la vallée de Gouédic et le viaduc de Douvenant qui vous offrira une très belle vue sur le site de la course. Très beau parcours plutôt vallonné et très plaisant pour les marcheurs aguerris à la marche sportive (MS). **DÉPART : Le samedi 02/05 à 11h30.**





- **Le 11 km MS (D+ : 180 m)** : permet à tout le monde de s'initier à la marche sportive (MS). Après un départ vers la grève des courses et la campagne Langueusienne, vous allez traverser la vallée de Douvenant via son magnifique VIADUC entièrement rénové. Le retour s'effectuera par la nouvelle voie verte HENTI GLAS puis le GR34 avec de beaux points de vue sur la baie.
  DÉPART : Le samedi 02/05 à 12h30.