

Organisés par les stations des 3 Vallées (Courchevel - La Tania - Méribel - Brides-les-Bains Les Menuires et Val Thorens), ces 2 jours rassemblent depuis 10 ans plus de 1500 amateurs et riders expérimentés autour du sport, de la convivialité et de la bonne humeur.



Retrait de vos plaques de cadres dans l'Office du Tourisme de votre station de départ le vendredi 2 de 15h à 18h, le samedi 3 de 8h à 18h et le dimanche 4 juillet de 8h à 12h.

**INSCRIPTIONS** avant le 28 juin 2010

3 VTT Organisation - Agence Poisson d'avril  
 Savoie Technolac - BP 343  
 73377 Le Bourget du Lac Cedex  
 Tél. : 04 79 26 24 88 - 3vtt@les3vallees.com

En ligne [www.les3vallees.com](http://www.les3vallees.com)  
 avec activeeurope.com



> Le montant de l'inscription comprend : les ravitaillements - l'accès aux remontées mécaniques sur l'ensemble des stations (la plaque de cadre sert de "laissez-passer" le jour de l'épreuve) un cadeau d'accueil - l'assistance technique (sauf les pièces).

> Une confirmation d'inscription avec tous les renseignements pratiques est envoyée à tous les participants.

> Le retrait des plaques de cadre est possible aux Offices du Tourisme de votre départ dès le vendredi 2 juillet à partir de 15h ou bien le jour même de l'épreuve à partir de 8h00.

> L'engagement est ferme et définitif et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement. Il se fait sous votre entière responsabilité.

[3vtt@les3vallees.com](mailto:3vtt@les3vallees.com) - [www.les3vallees.com](http://www.les3vallees.com)

**Samedi 3 juillet : Free Bike**

Accès à la Free Bike et à toutes les remontées mécaniques ouvertes dans les 6 stations, autorisé sur présentation de votre plaque de cadre Free Bike.

> **Tout schuss pendant 20 km**  
 Plaisir assuré pour tous grâce à la diversité de cette descente mythique : large piste au début, parcours plus technique ensuite et un régal de single tracks sur la fin sans oublier les passages en forêt et la traversée de hameaux et villages.

> **Inscription réservée aux 600 premiers**  
 Epreuve ouverte à partir de 13 ans révolus (avec autorisation parentale dûment complétée et signée sur le bulletin d'inscription).

> **Descente libre ou chronométrée :**  
 Pour avoir votre temps de référence mais sans classement ou en libre pour le plaisir de l'avoir fait.

> **Prévention et sécurité :**  
 Port du casque et protections coudes/genoux obligatoires. Secours assurés par des médecins et pisteurs secouristes en poste sur le parcours. Pensez à vous munir de vos téléphones portables et du road book distribué le jour J pour appeler les secours en cas de besoin.

> **Convivialité :**  
 2 ravitaillements vous attendent : au départ à la Saulire et à l'arrivée à Brides. Vous trouverez sur place des points de lavage vélos, un stand d'assistance réparation assuré par notre partenaire VéloLand.

> **NOUVEAUTÉ 2010 :**  
 Portique électronique pour enregistrer votre temps grâce aux puces électroniques remises au départ (caution : 10 €) et remise de diplôme à l'arrivée.

> **Horaires :**  
 9h00 : 1er départ (ouverture des remontées mécaniques à 8h30)  
 13h : dernier départ  
 16h30 : fermeture des remontées mécaniques

> **Circuit descente : D- 2000m**  
 Rendez-vous au sommet de la Saulire pour un panorama exceptionnel à 2 600m d'altitude. Arrivée à Brides-les-Bains (600m), une demi heure plus tard pour les plus rapides. Le parcours est balisé et signalé.

**Dimanche 4 juillet : Rando Tour**

Accès à la Rando Tour et à toutes les remontées mécaniques ouvertes dans les 5 stations, autorisé sur présentation de votre plaque de cadre Rando Tour.



> **Tout pour le plaisir !**  
 Une succession de paysages diversifiés sur 80 km (parcours le plus long) pour une journée de randonnée VTT à la vitesse de votre choix. Les départs proposés dans chacune des stations pour un parcours en boucle, évitent le phénomène de foule et d'embouteillage. Des sentiers permettent de réduire le parcours. Les parcours sont balisés et des signaleurs vous indiquent les passages délicats et votre route si nécessaire.

> **Horaires :**  
 8h30 : ouverture des remontées mécaniques  
 16h30 : fermeture des remontées mécaniques, pensez à prendre vos délais pour rentrer dans votre station

> **Circuit (base 2009) : D+ 1100m / D-3400m**  
 Sur l'ensemble du parcours

> **Inscriptions**  
 Epreuve ouverte à tous (les enfants de - de 13 ans doivent être obligatoirement accompagnés)

> **Prévention et sécurité :**  
 Port du casque obligatoire. Protection5 coudes/genoux vivement recommandées. Secours assurés par des médecins et pisteurs secouristes en poste sur le parcours. Pensez à vous munir de vos téléphones portables et du road book distribué le jour J pour appeler les secours en cas de besoin.

> **Convivialité :**  
 Des ravitaillements vous attendent dans chaque station avec BBQ; Plaisirs énergétiques, gastronomiques et des encas vous sont offerts tout au long du parcours. Vous trouverez sur place des points de lavage vélos, des stands d'assistance réparation assurés par notre partenaire VéloLand et des douches. Un ravito très spécial vous attend à Méribel Mottaret pour ceux qui voudraient troquer le VTT pour des rythmes électro !



**Centrales de réservation - Hébergement**

Courchevel.....	04.79.08.00.29
Brides-les-Bains.....	04.79.55.20.64
Méribel.....	04.79.00.50.00
La Tania.....	04.79.08.40.40
Les Menuires.....	04.79.00.79.79
Val Thorens.....	04.79.00.01.06

**LES "RANDOS D'OR" 2010 - UN LABEL FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLISME**

3 & 4 avril .....	Roc laissagais	8 août.....	Transmaurienne
23 mai .....	La Choc Rando	4 et 5 septembre .....	Transvercors
13 juin .....	Trans-Piades	11 et 12 septembre .....	Creuse Oxygène
19 et 20 juin .....	Cap Nbre-Aude / Pays Cathare	18 et 19 septembre .....	La Forestière
<b>3 et 4 juillet .....</b>	<b>3 Vallées Tout Terrain / Savoie</b>	25 et 26 septembre .....	Extrême sur Loue
10 et 11 juillet .....	Raid Off Road / Champsaur	11 novembre .....	Rando des Collines
24 et 25 juillet .....	VTTticide - Hte Savoie		



Les 3 Vallées  
 www.les3vallees.com  
 présentent

Les 3 Vallées  
**Tout Terrain**  
 11<sup>ème</sup> édition 2010

**SAMEDI 3 JUILLET**  
**FREE BIKE**  
 Descente de 20 km  
 Libre ou chronométrée

**DIMANCHE 4 JUILLET**  
**RANDO TOUR**  
 Randonnée en boucle au départ  
 de chacune des stations



[WWW.LES3VALLEES.COM](http://WWW.LES3VALLEES.COM)

