

**ULTRA**  
*Trek*  
des Collines  
Sacrees  
Analamanga

5<sup>ème</sup> EDITION

# ULTRA TOUR 127.5 KM 22-23-24 NOVEMBRE 2024

50K M

ITRA 5

ITRA  
NATIONAL  
LEAGUE  
ITRA



ASSURANCES ARO  
FIANTOHANA ARO

connecteo

COLAS  
MADAGASCAR

CANAL+

MINISTÈRE  
Tourisme  
Artisanat  
MADAGASCAR

ORTANA  
Office Régional de Tourisme  
d'Analamanga

EauVive  
si pure, si nature

PHARMACIE by WAKA  
GROUPE METROPOL

Orange  
Money

orange eo  
anilanao

# La petite histoire

Imboasalama ou Andrianampoinimerina (1787–1810), le roi qui unifia le cœur de l'Imerina

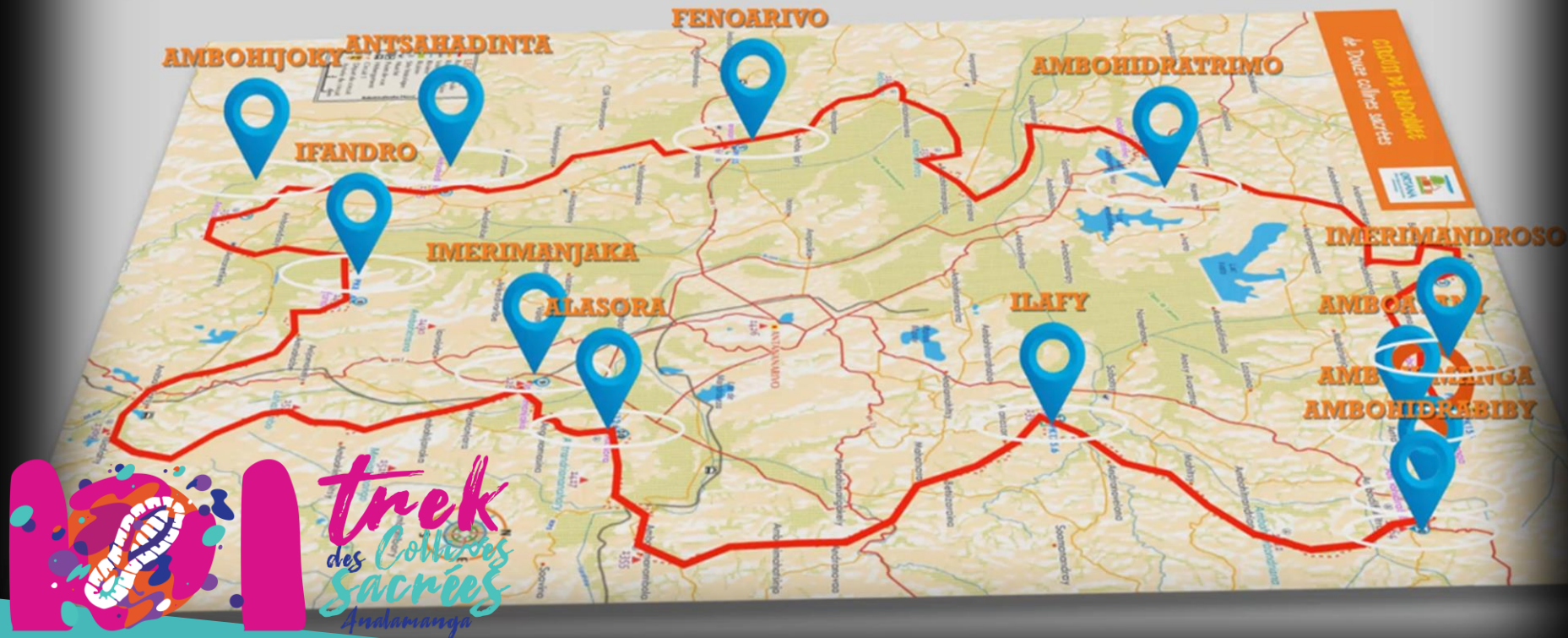


**Les 6 régions de l'Imerina :**

- Avaradrano
- Vakinisisaony
- Marovatana
- Ambodirano
- Vonizongo
- Vakinankaratra

# Le Trek des Collines Sacrées

- Une grande boucle de randonnée pour découvrir la beauté de la région Analamanga, berceau du royaume merina
- Le tout premier sentier Trek Région (TR1) à Madagascar
- 182 km de sentiers balisés qui relient les 12 collines sacrées d'Analamanga

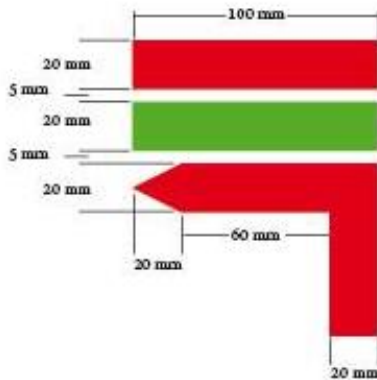


# Le balisage

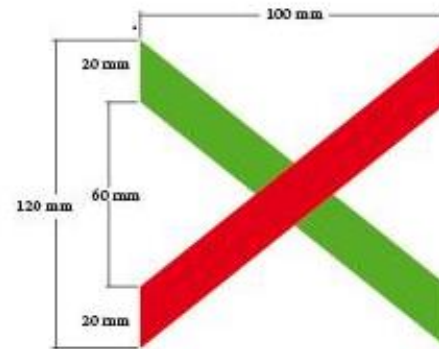
Codes inspirés des standards de la Fédération Française de Randonnée Pédestre

## TREK REGION (TR)

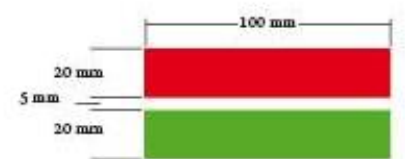
Tourner à gauche



Mauvaise direction



Bonne direction



💡 Plus de 400 km de sentiers de randonnées balisés jusqu'à ce jour à Analamanga



# L'UTCS, c'est un trail



DURABLE



CONVIVAL



HUMAIN

**ULTRI**  
*Trek*  
des Collines  
Sacrées  
Analamanga

depuis 2020

# ...soutenu par des partenaires engagés



# DIRECTION DE COURSE ULTRA TOUR 127,5 KM



**Trail Vakinisisaony**

**48,3 km | D+2076m**

**Trail Avaradrano**

**47 km | D+2007m**

**Trail Marovatana**

**32,5 km | D+1302m**

# Type de balisage sur le parcours

- peinture vert anis
- rubalise
- piquets
- bornes

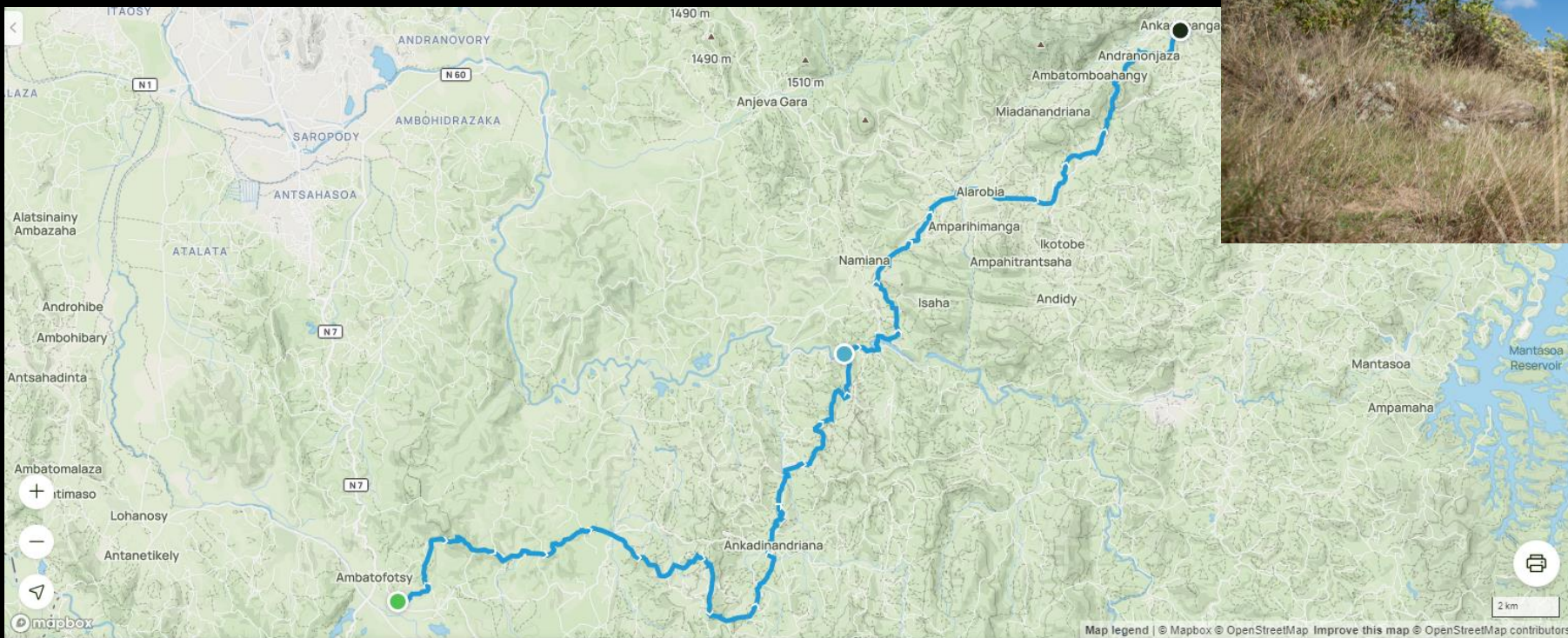




# Trail Vakinesisisaony

48,3 KM | D+2076m

Étape 1: vendredi 22 novembre 2024



# Barrières horaires

## Trail Vakinesisisaony

Poste	Lieu	Départ /Arrivée	Temps de pause estimatif	Départ/ Arrivée	Distances partielles	Distance cumulées	Cumul D+	Dénivelé +	Temps estimatif	Moyenne	Barrière Horaire		Contrôle	Ravito Marathon	Soins	Kiné	Repas Chaud	
				Vendredi 23 Novembre							J	hh:mm						
PC4	<b>Départ Ambatofotsy à 4h30</b>			4:30:00	0	0	-	0	00:00									
PC5	Ankadinandriana	08:30	00:30	09:00	19,3	19,3	967	967	04:00	4,83	V	09:00			+			
PC6	Antelomita	11:30	00:00	11:30	11	30,3	1 389	422	02:30	4,40	V	11:30						
PC7	Alarobia - Ambatomanga	14:00	01:00	15:00	10	40,3	1 754	365	02:30	4,00	V	15:00						
PC8	Arrivée Ankadimanga	17:30	00:00	17:30	8	48,3	2 076	322	02:30	3,20	V	17:30			+			
			<i>Temps estimatif cumulé de pauses :</i>		1:30:00							<i>Temps total maximum de course :</i>		13:00:00				



PC 4

PC 5

PC 6

PC 7

PC 8



# Vigilance à Antelomita !

(barrage JIRAMA)



# Dossard

**ULTRA**  
*trek*  
des Collines  
sacrées  
Analamanga

**TRAIL VAKINISISAONY**

22 NOVEMBRE 2024  
04:30 AM  
48.3 KM D+2 076M, 13H

5<sup>ème</sup> EDITION

UTMB INDEX 50K M ITRA 2

Tourisme Artisanat  
ORTANA  
connecto COLAS EauVive Orange Money orange anilanao  
PHARMACIE

PRENOM

101

F M3 MAD

NOM

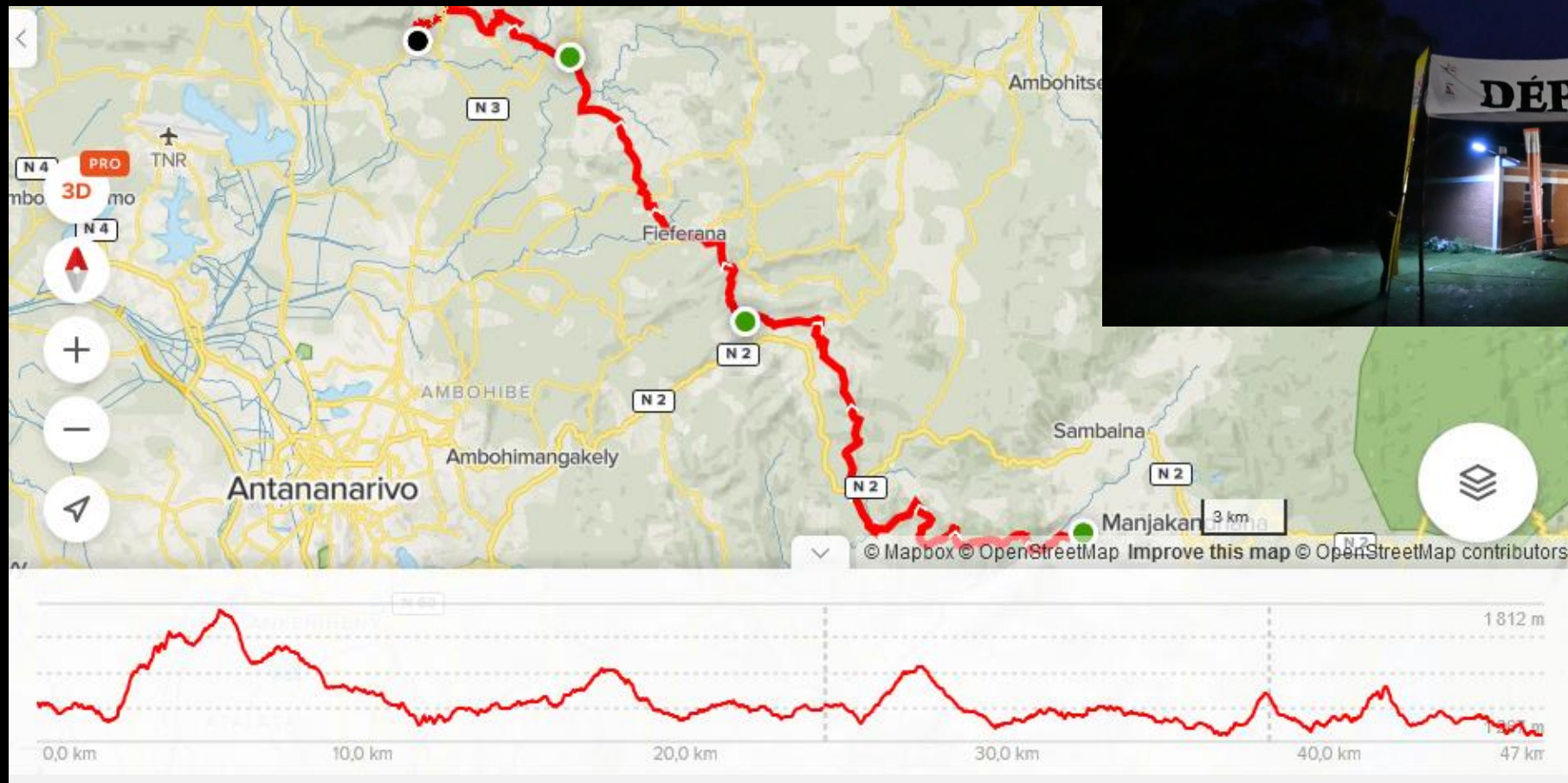
DEPART	CA	PC1	CB	PC2	CC	PC3	CD	ARRIVEE
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- Pointage à chaque PC : 5
- Pointage volant : 4

# Trail Avaradrano

47 KM | D+2007m

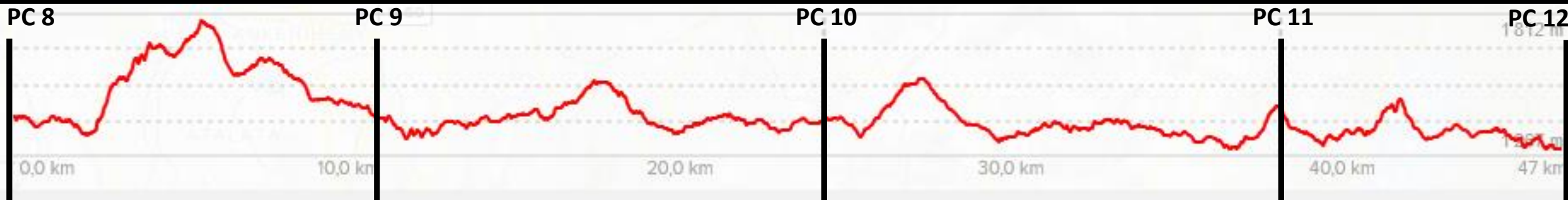
Étape 2 : samedi 23 novembre 2024



# Barrières horaires

## Trail Avaradrano

Poste	Lieu	Départ /Arrivée	Temps de pause estimatif	Départ/ Arrivée	Distances partielles	Distance cumulées	Cumul D+	Dénivelé +	Temps estimatif	Moyenne	Barrière Horaire		Contrôle	Ravito Marathon	Soins	Kiné	Repas Chaud
				Samedi 23 Novembre	km	mètres	mn	km/h	J	hh:mm							
PC8	<b>Départ Ankadimanga à 4h30</b>			<b>4:30:00</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>-</b>	<b>0</b>	<b>00:00</b>								
PC9	Ambohimadana	08:00	00:00	08:00	11	11	662	662	03:30	3,14	S	08:00					
PC10	Ambatolampikely	11:00	00:30	11:30	13	24	1 133	471	03:00	4,33	S	11:30					
PC11	Ambohidrabiby	15:00	00:30	15:30	15	39	1 729	596	03:30	4,29	S	15:30					
PC12	Arrivée Ambohimanga	17:30	00:00	17:30	8	47	2 007	278	02:00	4,00	S	17:30					
			Temps estimatif cumulé de pauses :	<b>1:00:00</b>					Temps total maximum de course :	<b>13:00:00</b>							



# Vigilances !



Pentes glissantes et canaux



Montée à Angavokely



Traversée de rizières

# Vigilances !

Traversée des ponts



Ne prenez pas ce pont  
Passez en dessous



# Dossard

**ULTRA**  
*trek*  
des Collines sacrées  
Analamanga

**5<sup>ème</sup> EDITION**

**TRAIL AVARADRANO**

23 NOVEMBRE 2024  
04:30 AM  
47 KM D+2 007m, 13h

UTMB INDEX iTRA 2 50K M

Tourisme Artisanat ORTANA CANAL+ connecteo COLAS EauVive Orange Money orange anilanao PHARMACIE

**PRENOM** **301**

**F SE MAD NOM**

DEPART CA PC1 CB PC2 CC PC3 CD ARRIVEE

--	--	--	--	--	--	--	--	--

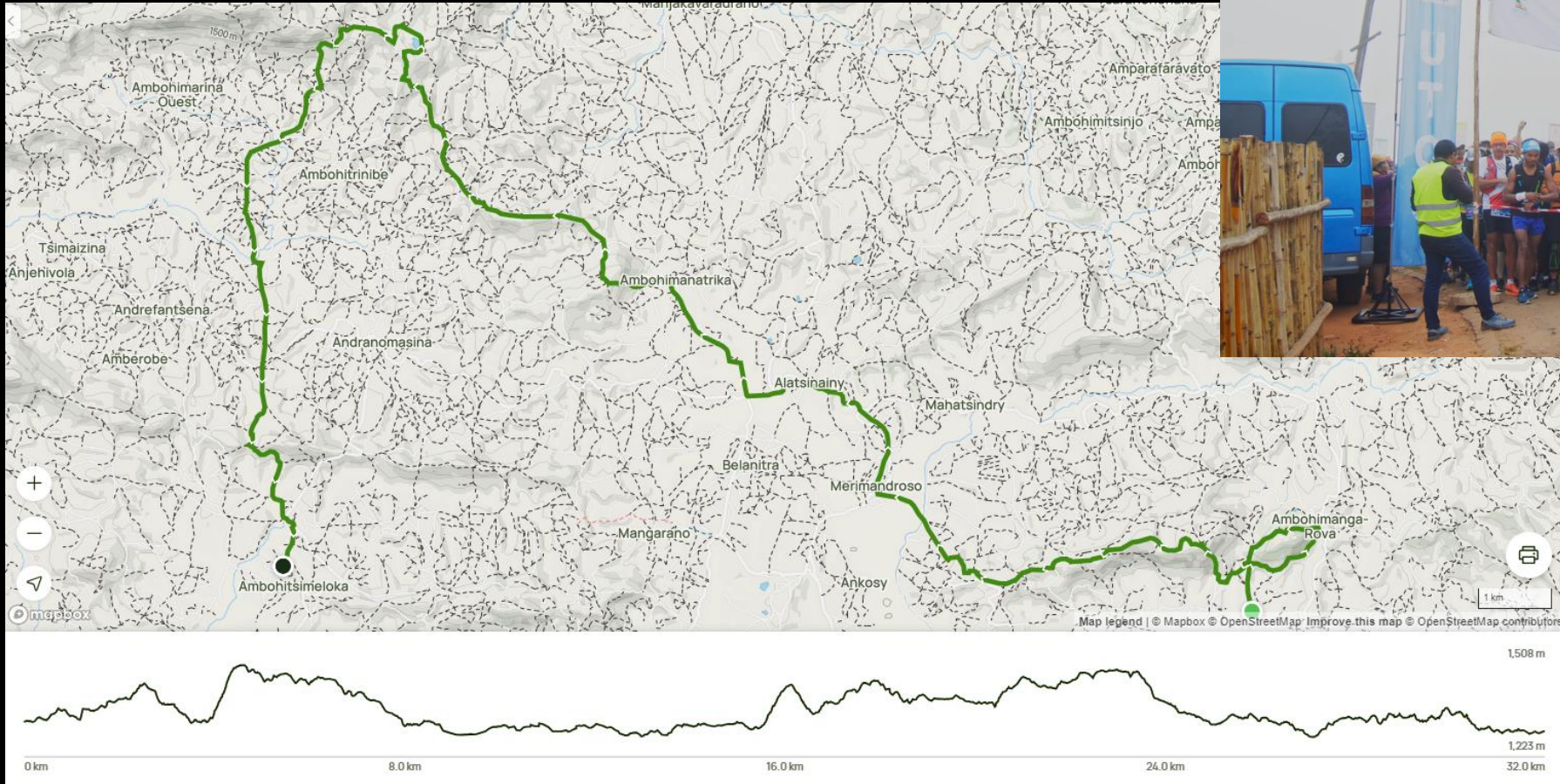
- Pointage à chaque PC : 5
- Pointage volant : 4

# Trail Marovatana

32,5 km | D+1302m

ULTRA  
trek  
des Collines  
sacrées  
Analamanga  
5<sup>ème</sup> EDITION

Étape 3 : dimanche 24 novembre 2024



# Barrières horaires

## Trail Marovatana

Poste	Lieu	Départ /Arrivée	Temps de pause estimatif	Départ/ Arrivée	Distances partielles	Distance cumulées	Cumul D+	Dénivelé +	Temps estimatif				Moyenne	Barrière Horaire		Contrôle	Ravito Marathon	Soins	Kiné	Repas Chaud		
				Dimanche 24 Novembre	km	mètres	mn	temps	distance/ temps	temps pour distance	km/h	J	hh:mm									
PC0	<b>Départ Ambohimanga 4h30</b>			<b>4:30:00</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>-</b>	<b>0</b>	<b>00:00</b>													
PC1	<b>Tsimanjina</b>	<b>08:00</b>	<b>00:30</b>	<b>08:30</b>	<b>14,5</b>	<b>14,5</b>	<b>624</b>	<b>624</b>	<b>03:30</b>	<b>8,500</b>	<b>1,706</b>	<b>3,500</b>	<b>4,14</b>	<b>D</b>	<b>08:30</b>							
PC2	<b>Alarobia</b>	<b>10:30</b>	<b>00:30</b>	<b>11:00</b>	<b>11,5</b>	<b>26</b>	<b>1 130</b>	<b>506</b>	<b>02:00</b>	<b>11,000</b>	<b>2,364</b>	<b>2,000</b>	<b>5,75</b>	<b>D</b>	<b>11:00</b>							
PC3	<b>Arrivée Ambohitsimeloka</b>	<b>12:30</b>	<b>00:00</b>	<b>12:30</b>	<b>6,5</b>	<b>32,5</b>	<b>1 302</b>	<b>172</b>	<b>01:30</b>	<b>12,500</b>	<b>2,600</b>	<b>1,500</b>	<b>4,33</b>	<b>D</b>	<b>12:30</b>							
			<i>Temps estimatif cumulé de pauses :</i>	<b>1:00:00</b>											<i>Temps total maximum de course :</i>		<b>8:00:00</b>					



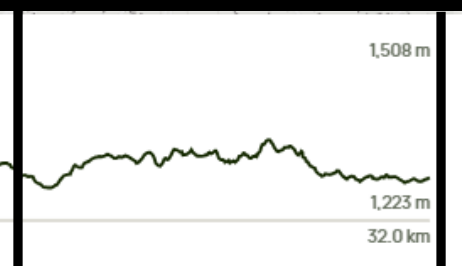
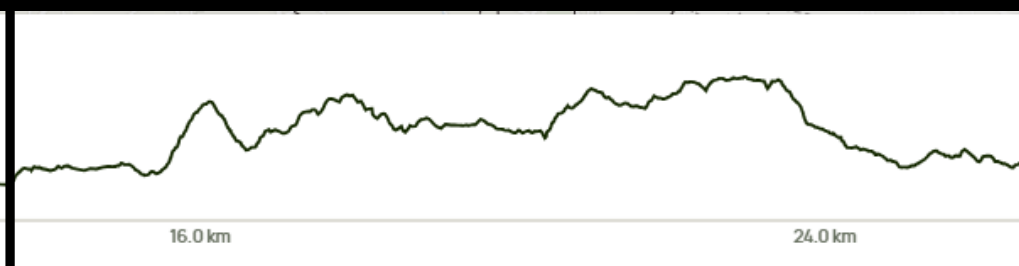
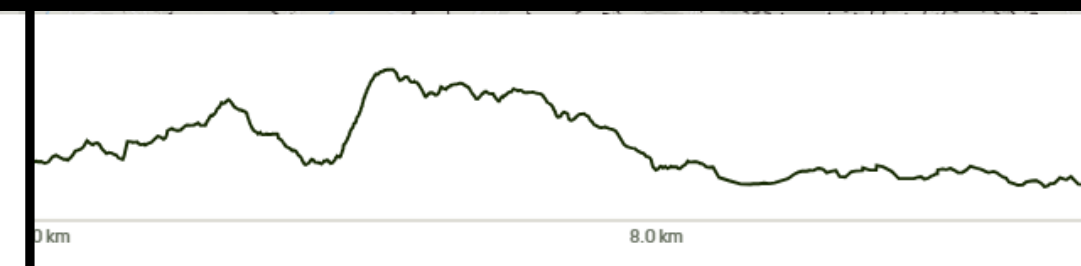
PC 1



PC 2



PC 3



# Dossard

**ULTRA**  
*trek*  
des Collines  
sacrées  
Analamanga  
5<sup>ème</sup> EDITION

## TRAIL MAROVATANA

24 NOVEMBRE 2024  
04:30 AM  
32,5 KM D+1 302m, 8h

UTMB INDEX iTRA 2 50K M ITRA INTERNATIONAL LEAGUE

Tourisme Artisanat ORTANA CANAL+ connecteo COLAS EauVive Orange Money orange eo anilanao PHARMACIE

**PRENOM** **501**

**F M3 MAD NOM**

DEPART CA PC1 CB PC2 CC ARRIVEE

--	--	--	--	--	--	--

- Pointage à chaque PC : 4
- Pointage volant : 3

# Consignes diverses

Votre sac doit **obligatoirement** contenir :



NB :

- Pénalité en cas de manquement d'un ou plusieurs éléments du matériel obligatoire (cf. règlement Articles 11 et 21)
- Le port du dossard DE FACE est **obligatoire**



Gardez vos déchets !  
Trail **SANS TRACE**



- Visibilité optimale aux contrôles
- Pointage assuré

# Sac d'assistance



## Trail Vakinisisaony (48,3 km)

- Départ : Ambatofotsy
- Arrivée : Ankadimanga



- Dépôt de sac : point de départ
- Récupération de sac : point d'arrivée



## Trail Avaradrano (47 km)

- Départ : Ankadimanga
- Arrivée : Ambohimanga

## Trail Marovatana (32,5 km)

- Départ : Ambohimanga
- Arrivée : Ambohitsimeloka

# Mesures sanitaires aux PC



Usage de masque et de gants pour les bénévoles aux points de ravitaillement



Lavage des mains ou usage de gel hydroalcoolique obligatoire pour les coureurs à chaque ravitaillement





# Programmes

## Trail Vakinisisaony

48,3 KM | D+2076m

**02:30** Départ du bus

Jardin Antaninarenina

22/11/2024

## Trail Avaradrano

47 KM | D+2007m

**02:00** Départ du bus

Jardin Antaninarenina

23/11/2024

## Trail Marovatana

32,5 KM | D+1302m

**02:30** Départ du bus

Jardin Antaninarenina

24/11/2024

- **03:30** Ouverture du parc fermé  
Pointage, vérification du matériel obligatoire et dépôt de sac
- **04:00** Echauffement d'ensemble
- **04:15** Dernières recommandations du Directeur de course
- **04:30** Départ de la course



# A l'arrivée



- ✓ Médaille « finisher »
- ✓ Massage
- ✓ Repas chaud

# Remise de trophées

ULTRA  
trek  
des Collines  
sacrées  
Analamanga  
5<sup>ème</sup> EDITION

**Dimanche 24 novembre 2024 à Ambohitsimeloka**

**12:30** Arrivée des derniers coureurs du Trail Marovatana 32,5 km

**13:00** Podium et remise des trophées

**13:15** Remise trophées - Trail Vakinisisaony 48,3 km

**13:30** Remise Trophées - Trail Découverte Vakinisisaony 29 km

**13:45** Remise Trophées - Trail Avaradrano 47 km

**14:00** Remise Trophées - Trail Avaradrano Découverte 23 km

**14:15** Remise Trophées - Trail Marovatana 32,5 km

**14:30** Remise Trophées - Trail Découverte Marovatana 18 km

**15:00** Remise Trophées - Ultra Tour 127,5 km



# L'équipe mise en place

- 58 bénévoles sur les 14 PC
- 32 anges gardiens de *fokontany*
- 14 gendarmes et éléments de la police communale
- 16 agents de sécurité civile
- 18 kinésithérapeutes
- 2 ambulances et 4 médecins
- 6 infirmiers
- 1 Community Manager
- 1 Directeur de Course + 1 assistant





**ULTRA**  
**Trek**  
des Collines  
Sacrées  
Analamanga

5<sup>ème</sup> EDITION

**BONNE COURSE !**