

Programme

la TRANSJU[®] Trails



3&4
JUN
2023



Morez | Les Rousses
Courses : 42 | 25 | 10 & 5 km
Rando 15 km
Trail des marmots

Latransju.com

RÉGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTÉ

Jura

Doubs
Département

CA
FRANCHE-COMTÉ

Julbo



SUPER U



LES ROUSSES

LE PROGRES



Sommaire

P.4
Le Programme

P.5
Les Animations

P.6
Trail 42 km

P.8
Trail 25 km

P.10
Trail 10 km

P.12
Trail 5 km

P.14
Rando 15 km

P.16
Trail des Marmots

P.18
Navettes et Suivi LIVE

P.21
Nos partenaires

P.22
**Offices de tourisme
& Boutique Transju**

P.24
Événements à venir



SPORTS



**AVEC PLUS DE 3 MILLIONS D'EUROS EN 2023,
LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL EST LE PREMIER
PARTENAIRE FINANCIER DU SPORT JURASSIEN**

PLUS D'INFOS SUR WWW.JURA.FR

Le Programme

SAMEDI 3 JUIN :

Transju' Trail des Marmots - Courses à obstacles

Départ : 16h00

Salon du trail - à Morez, place Jean Jaurès

13h00-19h00

Retrait dossards - au Salon du Trail

DIMANCHE 4 JUIN :

Retrait dossards - sur le lieu de votre course

Possibilité de retirer son dossard 1h avant la course

42 km | D+ 2200m |  

Départ : **Hauts de Bienne** - Arrivée : **Les Rousses**

🕒 Départ : 8h30

25 km | D+ 1200m | 

Départ : **Prémanon** - Arrivée : **Les Rousses**

🕒 Départ : 10h15

10 km | D+ 300m

Départ - Arrivée : **Les Rousses**

🕒 Départ : 11h15

5 km | D+ 150m

Départ - Arrivée : **Les Rousses**

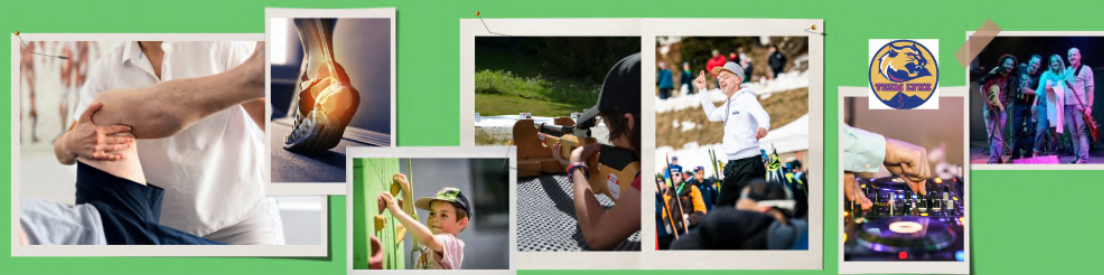
🕒 Départ : 11h30

Rando 15 km | D+ 600m

Départ : **Le Balancier** - Arrivée : **Les Rousses**

🕒 Départ : entre 9h30 et 10h00

Le retrait des dossards se fait au Salon du Trail le samedi 3 juin.
Vous avez aussi la possibilité de retirer votre dossard 1h avant la course sur le lieu de départ de votre épreuve.



Toutes les infos



Les animations

SAMEDI 3 JUIN

📍 MOREZ

13h-19h : Salon du trail : village exposants, partenaires, retrait dossard, buvette

Initiation à l'escalade

16h : Transju'Trail des marmots

18h : Conférence « Bases de l'entraînement d'endurance - sport - santé et prévention des blessures » par Alexis Grappin (Kiné) et Nicolas Vandel (Agile Training)

DIMANCHE 4 JUIN

Départs :

Les Rousses - Prémanon - Morez

Echauffement "Hargassner" avant chaque course by Sébastien

📍 LA DÔLE

Dès 11h : Cornemuse au sommet de la Dôle par Jean-Pierre Falcy

DIMANCHE 4 JUIN

📍 LE BALANCIER

Dès 9h :

Animations par la team Lynx :

- Buvette & restauration rapide
- Initiation tir à la carabine laser
- Animation musicale avec DJ Januarix
- Tombola

📍 LES ROUSSES

Dès 12h :

- Concert by Too Cold To Snow
- Initiation de saut à ski
- Rencontre et dédicaces avec les membres de l'équipe de France de combiné nordique
- Buvette & restauration rapide par les skieurs Rousselands

14h : Remise des prix 5, 10 et 25 km

15h : Remise des prix 42 km

Le trail 42 km

Préparation



Matériel Obligatoire

Votre Gobelet
0,5 l d'eau

Matériel Recommandé

1 Sifflet
1 sac à dos léger
Pansement(s) rapide soin des pieds
1 paire de bâtons
Trail en semi-autonomie,
prévoyez vos ravitaillements !

Transport



Navette bus
(option payante)
Voir horaires p.20

Sac Vestiaire (sur demande)

Collez-y votre n° de dossard, Il permet le transport des effets personnels à l'arrivée.
Des camions sont stationnés proches des zones de départ, y déposer votre sac 15 minutes avant le départ de la course.

Votre Dossard

Fixé sur la poitrine,
Ne pas le plier
Doit rester visible tout au long de la course.
Il sert de contre-marque pour l'ensemble des prestations.

Départ

Morez



4 Juin
08h30



- Km 16 -
Ravitaillement
Prémanon
Monde polaire



- Km 25 -
Point d'eau
Les Dappes

Arrivée

Les Rousses



42 km
2200 D+



- Km 33 -
Ravitaillement
Le Balancier



- Km 27 -
Point
Sommet
La Dôle
1677 m



- Km 20 -
Point remarquable
Montée de
La Dôle
Vue Mont Blanc



Soins

Poste médical avancé
à côté de l'arrivée : Ostéo,
Douche, WC & vestiaires



Repas

(option payante)



Remise des prix

à 15h00



Attention !
Pas de transport
après course !



Merci !

À l'année
Prochaine !

PC Course - 07 70 01 35 66

Chaque participant s'engage à porter assistance à toute personne blessée et à alerter le PC

leTRANSJU Trails

Trail 42 km

Je consulte le
tracé GPX en ligne



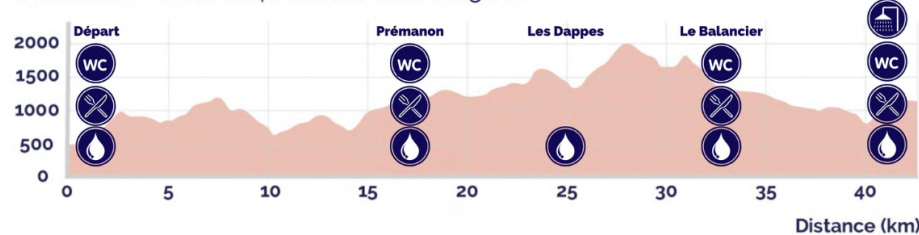
Où accédez directement en
cliquant ci-dessous

[Voir la carto GPX >](#)



Trail 42 km

Dénivelé : + 2200 m | Altitude max : 1658 m



Le trail 25 km

Préparation



Matériel Obligatoire

Votre Gobelet
0,5 l d'eau

Matériel Recommandé

1 Sifflet
1 sac à dos léger
Pansement(s) rapide soin des pieds
1 paire de bâtons
Trail en semi-autonomie,
prévoyez vos ravitaillements !

Transport



Navette bus
(option payante)
Voir horaires p.20

Sac Vestiaire (sur demande)

Collez-y votre n° de dossard, Il permet le transport des effets personnels à l'arrivée.
Des camions sont stationnés proches des zones de départ, y déposer votre sac 15 minutes avant le départ de la course.

Votre Dossard

Fixé sur la poitrine,
Ne pas le plier
Doit rester visible tout au long de la course.
Il sert de contremarque pour l'ensemble des prestations.

Départ

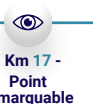
Prémanon



4 Juin
10h15



- Km 8 -
Point d'eau
Les Dappes



- Km 17 -
Point remarquable
Montée de
La Dôle
Vue Mont Blanc

Arrivée

Les Rousses



25 km
1200 D+



- Km 15 -
Ravitaillement
Le Balancier



- Km 11 -
Sommet
La Dôle
1677 m



Soins

Poste médical avancé
à côté de l'arrivée : Ostéo,
Douche, WC & vestiaires



Repas

(option payante)



Remise des prix

à 14h00



Attention !
Pas de transport
après course !



Merci !

À l'année
Prochaine !

PC Course - 07 70 01 35 66

Chaque participant s'engage à porter assistance à toute personne blessée et à alerter le PC

Trail 25 km

Je consulte le
tracé GPX en ligne



Où accédez directement en
cliquant ci-dessous

[Voir la carto GPX >](#)

Morbier

Champagnole
Dijon

Pontarlier

Les Rousses

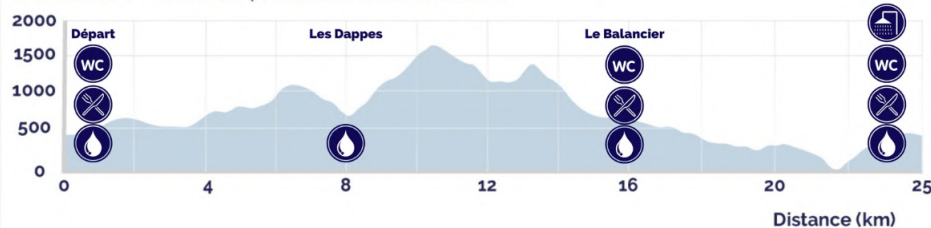
Prémanon

La Dôle

Genève

Trail 25 km

Dénivelé : + 1200 m | Altitude max : 1661 m



Le trail 10 km

Préparation



Matériel Obligatoire

Votre Gobelet
0,5 l d'eau

Matériel Recommandé

1 Sifflet
1 sac à dos léger
Pansement(s) rapide soin des pieds
1 paire de bâtons

Votre Dossard

Fixé sur la poitrine,
Ne pas le plier
Doit rester visible tout au long
de la course.
Il sert de contre-marque pour
l'ensemble des prestations.

Départ

Les Rousses



4 Juin
11h15



- Km 6,5 -
Point remarquable
Pont Perroud

Arrivée

Les Rousses



10 km
300 m D+



- Km 10 -
Ravitaillement
à l'arrivée



Soins

Poste médical avancé
à côté de l'arrivée : Ostéo,
Douche, WC & vestiaires



Repas

(option payante)



Remise des prix

à 14h00



Merci !

À l'année
Prochaine !

PC Course - 07 70 01 35 66

Chaque participant s'engage à porter assistance à toute personne blessée et à alerter le PC

leTRANSJU Trails

Trail 10 km

Je consulte le
tracé GPX en ligne



Où accédez directement en
cliquant ci-dessous

[Voir la carto GPX >](#)

Champagnole
Dijon

Pontarlier

Le Sagy-Bas

Les Rousses

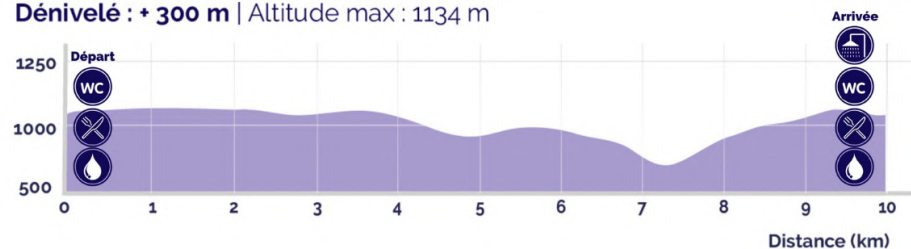
Fort des
Rousses

Prémanon

Genève

Trail 10 km

Dénivelé : + 300 m | Altitude max : 1134 m



Le trail 5 km

Préparation



Matériel Obligatoire

Votre Gobelet
0,5 l d'eau

Matériel Recommandé

1 Sifflet
1 sac à dos léger
Pansement(s) rapide soin des pieds
1 paire de bâtons

Votre Dossard

Fixé sur la poitrine,
Ne pas le plier
Doit rester visible tout au long
de la course.
Il sert de contre-marque pour
l'ensemble des prestations.

Départ

Les Rousses



4 Juin
11h30



- Km 1 -
Point remarquable
Fort des Rousses

Arrivée

Les Rousses



5 km
150 m D+



- Km 4 -
Point remarquable
Fort des Rousses

- Km 5 -
Ravitaillement
à l'arrivée



Soins

Poste médical avancé
à côté de l'arrivée : Ostéo,
Douche, WC & vestiaires



Repas

(option payante)



Remise des prix

à 14h00



Merci !

À l'année
Prochaine !

PC Course - 07 70 01 35 66

Chaque participant s'engage à porter assistance à toute personne blessée et à alerter le PC

le TRANSJU Trails

Trail 5 km

Je consulte le
tracé GPX en ligne



Où accédez directement en
cliquant ci-dessous

[Voir la carto GPX >](#)

Champagnole
Dijon

Pontarlier

Le Sagy-Bas

Les Rousses

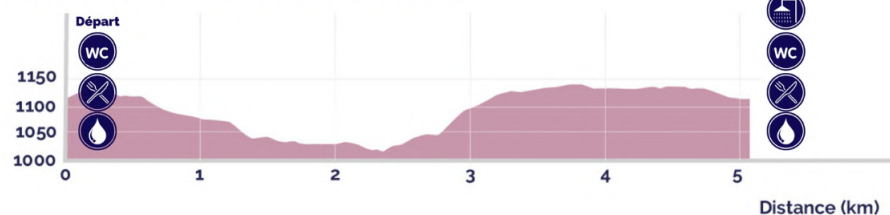
Fort des
Rousses

Genève

Prémanon

Trail 5 km

Dénivelé : + 150 m | Altitude max : 1138 m



Rando 15 km

Préparation



Matériel Obligatoire

Votre Gobelet
0,5 l d'eau

Matériel Recommandé

1 Sifflet
1 sac à dos léger
Pansement(s) rapide soin des pieds
1 paire de bâtons
Trail en semi-autonomie,
prévoyez vos ravitaillements !

Transport



Navette bus
(option payante)
Voir horaires p.20

Votre Dossard

Fixé sur la poitrine,
Ne pas le plier
Doit rester visible tout au long
de la course.
Il sert de contre-marque pour
l'ensemble des prestations.

Départ

Le Balancier



4 Juin
Départ libre entre
09h00 et 09h30



- Km 4 -
Point remarquable
Montée de
La Dôle
Vue Mont Blanc



Sommet
La Dôle
1677 m

Arrivée

Les Rousses



15 km
600 m D+



- Km 14 -
Point remarquable
Fort des
Rousses



- Km 15 -
Ravitaillement
à l'arrivée



Soins
Poste médical avancé
à côté de l'arrivée : Ostéo,
Douche, WC & vestiaires



Repas
(option payante)



Merci !
À l'année
Prochaine !

PC Course - 07 70 01 35 66

Chaque participant s'engage à porter assistance à toute personne blessée et à alerter le PC

leTRANSJU Trails

Rando 15 km

Je consulte le
tracé GPX en ligne



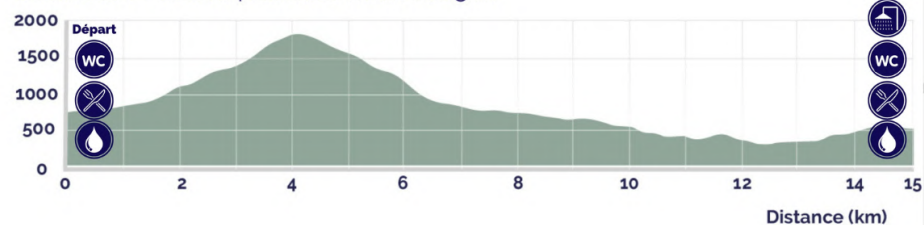
Où accédez directement en
cliquant ci-dessous

[Voir la carto GPX >](#)



Rando 15 km

Dénivelé : + 600 m | Altitude max : 1665 m



Le trail des marmots

Les enfants de 7 à 13 ans ont leur propre Transju'trail : la Transju'trail des Marmots !

Parcours : Minis trails qui s'effectuent sous la forme d'un JUNGLE RUN ! Slalom, passage de bottes de foin, etc.
De nombreux obstacles seront à franchir une ou deux fois selon la catégorie.
Une course folle que vos enfants ne seront pas prêts d'oublier !

Départ

Morez - Village Partenaires



3 Juin
16h00

Arrivée

Morez - Village Partenaires



Merci !
À l'année
Prochaine !



Pourquoi courir pour l'association ou parrainer un coureur ?

Les petites Z'étéincelles est une association caritative, 100% bénévole qui dispose du statut d'organisme d'intérêt général.

Soutenir l'association, c'est soutenir des projets de recherche pour comprendre les cancers de l'enfant et mieux les guérir.

Être coureur solidaire c'est se dépasser en hommage à tous les enfants et les jeunes gravement malades.

Devenir parrain, c'est soutenir l'association et la recherche sur les cancers pédiatriques !

Comment Procéder ?

- Si vous souhaitez être un coureur solidaire :

Contactez-nous :

lespetiteszetincelles@gmail.com
06.63.35.25.29

- Si vous souhaitez être parrain d'un coureur :

vous vous engagez à reverser à l'association la somme que vous voulez (minimum de 1€ le kilomètre parcouru pour la distance de votre choix)

je fais un don >

Site web >

lespetiteszetincelles.com

Les navettes

Attention, l'option navette est payante.

Elle n'est disponible que depuis la plateforme d'inscription jusqu'au
29/05/2023 (impossible par la suite)

Navettes TRANSJU' TRAILS 2023
Dimanche 04 juin

Lieu de Départ des courses	Morez Place Jean Jaurès	Prémanon EMP	Parking Le Balancier
Horaires des épreuves	Transju' Trail 42 km 8:30	Transju' Trail 25 km 10:15	Rando 15km 09:30 à 10:00
DEPART DES BUS Les Rousses Office du tourisme	7:15	8:45	9:15

Le Suivi LIVE



Voir le suivi LIVE
des coureurs

LA FIBRE DU JURA
PRISME
by  altitude Infra.

POUR ALLER ENCORE PLUS VITE...



PASSEZ À LA FIBRE OPTIQUE

www.prisme-fibre.fr

LES VALEURS DU SPORT



NOUS RENDENT PLUS FORT.

Comme Teddy, nous sommes persuadés que le sport est un formidable levier d'inclusion et de développement personnel. Le Crédit Agricole soutient partout en France ceux qui font vivre le sport et ses valeurs.

LE SPORT
COMME
ÉCOLE
DE LA VIE



Nos Partenaires

Partenaires majeurs

RÉGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTÉ

Doubs
le Département

Jura
LE DÉPARTEMENT

CA
FRANCHE-COMTÉ

Julbo®

Top Sponsor

DARE 2B

Partenaires Officiels

LA FIBRE DU JURA
PRISME
by altitude infra.

HARGASSNER
HEATING TECHNOLOGY FOR BEMS

DACIA
JURA

SUPER U

Partenaires Institutionnels

VILLE DE
MOREZ
COMMUNE DE FRANCE

STATION DES
ROUSSES
leousse.com

FRUITIÈRE VINICOLE
Arbois
Producteur depuis 1906

running conseil

DEPUIS 1884
La Rouget
BRASSERIE ARTISANALE

Fournisseurs Officiels

Partenaires Médias

LE DAUPHINÉ
libre

LE PROGRÈS
Les Dépêches

L'EST
Républicain

france
bleu
besançon

3 bourgogne
franche-comté

Les offices de tourisme



Office de tourisme - Les Rousses

Vous avez envie à la fois de vous divertir, de rêver, de respirer ?

Rejoignez-nous avec vos enfants dans un paradis naturel préservé entre combes et sommets où vous pourrez découvrir une vue imprenable sur le Mont-Blanc !

La station des Rousses est composée de 4 villages, Les Rousses, Lamoura, Prémanon et Bois d'Amont. Première station française labellisée Flocon Vert, elle puise son charme dans la beauté de ses paysages et la nature qu'elle préserve.



www.lesrousses.com/



Montagnes du Jura

Le printemps dans les Montagnes du Jura ?

Les dernières sensations du froid et des plaisirs de la glisse mêlées à l'impatience de jours plus longs et de journées plus chaudes. Partir en randonnée sur la Grande traversée du Jura, prendre l'air en faisant quelques balades au bord des lacs et cascades ou encore partir découvrir les magnifiques petits villages, au printemps on profite du grand air dans les Montagnes du Jura !



www.montagnes-du-jura.fr/



Office de Tourisme - Haut Jura

Le Massif du Jura est une terre de prédilection du trail avec des paysages, une faune et une flore incroyables !

Du contemplatif au sportif, le trail vous offre une multitude d'activités au plus près de la nature.

Vous pourrez gambader à travers des forêts, des lacs et rivières, des vallées, cascades ou encore tourbières.



www.haut-jura.com/fr/



Office de tourisme - Mouthé

Mouthé est un village de montagne, idéalement situé pour les randonnées diverses (à pied, en raquettes, VTT, ski de fond ou ski alpin) sur les parcours de la GTJ, du GR5, de divers sentiers balisés.

Village le plus commerçant du canton dont il est le chef lieu, il vous invite à partir pour une balade riche en découvertes et en histoires, au pied de la forêt du Noirmont.



www.otmouthé.fr/

La boutique Transju

boutique.sportmidable.com/la-transju/



La casquette Trucker

Une casquette Trucker rétro à 6 panneaux et visière incurvée. Cette casquette comporte un dessous de visière assorti, un filet trucker à l'arrière et une fermeture en plastique ajustable. Disponible en 17 couleurs, elle est fabriquée à partir de coton mélangé et fait partie de la gamme des Flexfit® classiques.



Le polo unisexe

Manches montées
Bord en côtes lisses au col et au bas de manches
Bande de propreté en jersey simple et épais à l'intérieur du col. Patte de boutonnage avec 2 boutons en coloris ton sur ton. Fentes côtés avec finition intérieure en jersey simple et épais. Surpiqûre simple sur les coutures épaule. Surpiqûre double étroite au bas de corps



Le Sweat-shirt capuche unisexe

Manches montées
Capuche doublée dans la matière principale
Cordon rond, ton sur ton, avec embout de finition métal
Oeillets métal
Bande de propreté intérieur col en chevron
1/2 lune intérieur col dans la matière principale
Surpiqûre simple à l'encolure et autour de la capuche



Le T-shirt iconique unisexe

Manches montées
Col en côte 1x1
Bande de propreté intérieur col dans la matière principale
Surpiqûre double large en bas de manches et bas de corps
Jersey simple, 100% coton biologique filé et peigné, Tissu lavé, 180 GSM

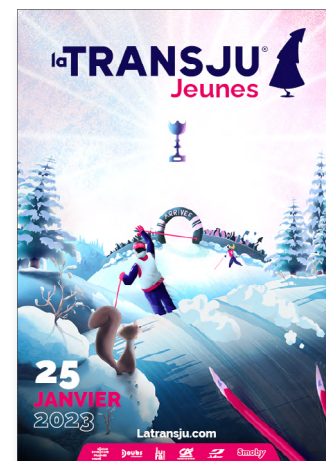
Événements La Transju à venir...



16 & 17 Septembre 2023

La Transju' Cyclo, c'est trois épreuves cyclosportives, de 70 km, 110 km et 165 km, une Rando de 70 km ainsi qu'une Rando Itinérante sur deux jours de 215 km avec hébergement et repas compris.

Mettez une croix dans vos agendas et venez profiter d'une parenthèse Jurassienne les 16 et 17 septembre 2023 !



laTRANSJU
Jeunes

Janvier 2024

A nos graines de champions !!

La Transju' Jeunes c'est le rassemblement exceptionnel de pas moins de 2500 fondeurs et fondeuses en herbe (de 7 à 19 ans) qui se réunissent chaque année pour participer à une nouvelle édition de la plus belle fête du ski de fond et de la jeunesse en France !



laTRANSJU

10 & 11 février 2024

Participez à la course mythique du ski de fond en France, les 10 et 11 février 2024, et entrez dans le cercle tant convoité des finishers de la Transjurassienne !

Au programme :

- Skating : 70 km | 50 km | 25 km | 20 km
- Classic : 50 km | 25 km | 20 km



laTRANSJU®

