



# Le plaisir du trail POUR TOUS

C'est la troisième édition de ce magnifique trail qui se déroule dans l'Yonne, autour de Sens ! Elle sera à nouveau parrainée par deux anciens vainqueurs de l'UTMB, des partenaires d'exception : Dawa Dacchiri Sherpa et Vincent Delebarre. Tous deux ont apprécié les parcours, l'organisation et les moyens mis en place, les services proposés, l'ambiance et la convivialité entre bénévoles et participants. Dans le plus pur esprit du trail !

C'est un rêve pour beaucoup en ce premier trimestre 2021 : revivre un trail « comme avant », et partager des émotions, avec l'exploit sportif personnel à la clef que seul permet le dossard accroché sur sa poitrine. Le Trail du Grand Sénonais est idéalement placé pour se caler un beau premier objectif ou s'inscrire dans une préparation au long cours. Participer au Trail du Grand Sénonais, c'est l'occasion de (re) découvrir un terrain de jeu très propice aux joies du trail : de très nombreux sentiers monotraces, des passages en

forêt ou le long de rivières, et bien sûr de solides - et nombreux - dénivelés... Certains viendront pour découvrir une région aux nombreux atouts touristiques, d'autres seront là pour se lancer un défi, d'autres pour passer à une distance supérieure, d'autres pour se préparer à un objectif plus ambitieux comme l'UTMB, le Grand Trail de Serre-Ponçon, le Grand Raid de la Réunion, les Templiers, le Solukhumbu Trail... Mais toutes et tous viendront retrouver des sensations pour revivre leur passion : courir ensemble, partager, et découvrir un beau coin de nature !

## N'AYEZ PAS PEUR DE VOUS INSCRIRE !

Si bien évidemment des protocoles et toutes les préconisations seront mis en place pour garantir la sécurité des participants et bénévoles comme ce fût le cas pour les trails



## LES POINTS FORTS DU TGS

- . Un départ du 130km le vendredi soir à 21h au pied de la cathédrale, digne des plus grands trails avec émotions et ambiance garanties, musique spécifique et moments inoubliables pour les concurrents comme les spectateurs !
- . Des villages et des bénévoles engagés et motivés !
- . Des lieux et des paysages « dépaysants » !
- . Un site d'arrivée offrant toutes les commodités et services attendus !

## LES COURSES EN 2021

**LE BRENNUS 130KM** Départ le vendredi 11 juin, à 21 heures, sur le parvis de la Cathédrale. 3120 mètres de dénivelé positif, 5 points ITRA et UTMB. Limité à 200 coureurs.

**LA SÉNONAISE 60KM** Départ le samedi 12 juin, à 9 heures, du village du Trail du Grand Sénonais (complexe Roger-Breton). 1360 mètres de dénivelé positif, 2 points ITRA et UTMB. Limité à 200 coureurs.

**L'YONNE 34KM** Départ le samedi 12 juin, à 9 heures, du village du Trail du Grand Sénonais. 670 mètres de dénivelé positif, 1 point ITRA et UTMB. Limité à 300 coureurs.

**LE PETIT SÉNON 19KM** Départ le samedi 12 juin à 10 heures du village du Trail du Grand Sénonais. 280 mètres de dénivelé positif. Limité à 400 coureurs.

**LA SENS AS 12KM** Départ le samedi 12 juin à 10 heures du village du Trail du Grand Sénonais 120 mètres de dénivelé positif. Limité à 400 coureurs.

Informations et inscriptions : [trail-du-grand-senonais.fr](http://trail-du-grand-senonais.fr)



s'étant déroulés au deuxième semestre 2020, l'espoir est grand que le Trail du Grand Sénonais puisse bien se tenir sereinement les 11 et 12 juin prochains. Et pour rassurer les candidats à l'inscription qui hésiteraient encore, l'équipe d'organisation a décidé comme en 2020, et en cas de nouveau report ou d'annulation d'inscriptions (si une jauge était imposée), ou d'annulation de l'une des distances proposées, de rembourser les inscriptions. Tout est donc mis en œuvre pour faciliter les inscriptions au Trail du Grand Sénonais sachant par

Grand Sénonais annonce le début de la fin du tunnel de la pandémie, et permette à toutes et tous de revivre un peu, beaucoup et certainement passionnément son amour du trail ! Revoir des sourires, des coureurs venus sur les éditions précédentes, des coureurs rencontrés sur des trails passés... Si je devais retenir mon meilleur souvenir des deux éditions précédentes, ce serait difficile car il y en a eu beaucoup : avec la présence des deux parrains d'exception, l'engouement et les moyens mis en place par toutes les communes et leurs bénévoles,

**" PARTICIPER AU TRAIL DU GRAND SÉNONAIS, C'EST L'OCCASION DE (RE) DÉCOUVRIR UN TERRAIN DE JEU TRÈS PROPICE AUX JOIES DU TRAIL : DE TRÈS NOMBREUX SENTIERS MONOTRACES, DES PASSAGES EN FORÊT OU LE LONG DE RIVIÈRES, ET BIEN SÛR DE SOLIDES - ET NOMBREUX - DÉNIVELÉS... "**

ailleurs qu'une assurance annulation est également proposée (en cas de problème de santé). Il n'est donc pas nécessaire d'attendre pour s'inscrire d'autant que, plus le temps passe, plus les tarifs augmentent... et que les derniers à s'inscrire prennent un risque si la jauge maximale est atteinte...

## AU BONHEUR DE CHACUN !

Tous les trailers pourront trouver leur bonheur en choisissant l'une des 5 distances proposées, sans oublier les deux randonnées... C'est d'ailleurs le souhait du Président de l'organisation, Christian Chevalier : « Je souhaite que le Trail du

la fête d'après course avec les bénévoles également mis en valeur et remerciés, le départ d'anthologie du 130 km avec la musique TGS, les moments de partages chaleureux sur les ravitaillements, les frissons et l'ambiance, les sourires des arrivants... » Après deux premières éditions réussies en 2018 et 2019, et avec tant de coureurs réunis en un week-end, le Trail du Grand Sénonais s'est fait une place de choix dans le calendrier des événements incontournables à Sens. C'est ce qui lui a permis d'être programmé en juin et non plus en septembre. ●