

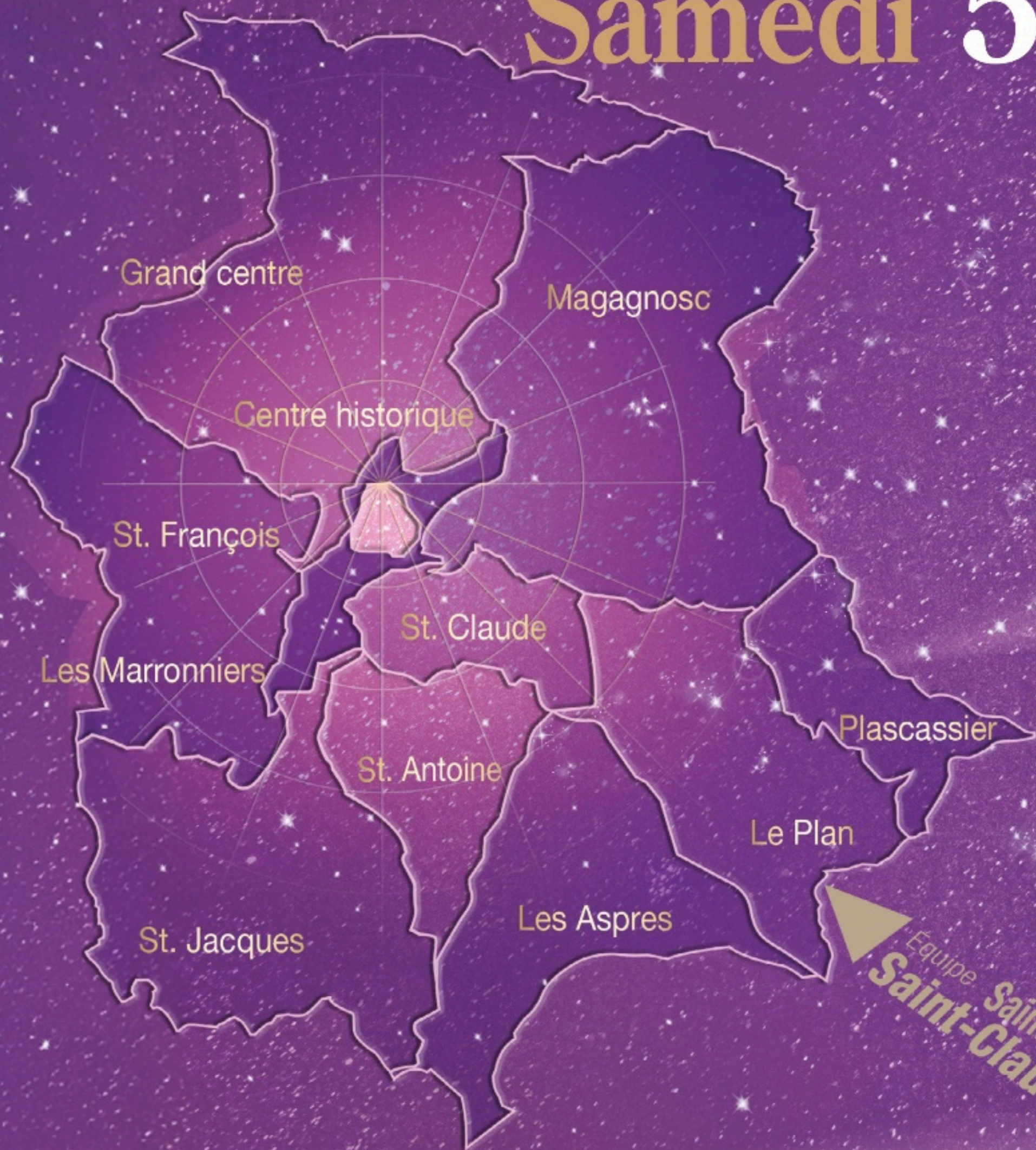
# LE GUIDE DU COUREUR

3ème Grasse par Hameaux en hommage à *Gabriel Guallino*

“Jamais deux sans trois”



Samedi 5 juillet



# LE PARCOURS



## CARTE

Où ? Vous pouvez consulter le parcours de la course Grasse par Hameaux via ce lien : <https://www.openrunner.com/route-details/19315982>

Ci-dessous le détail des distances et du dénivelé :

**Relais n°0** : Place du Petit Puy – Campus Universitaire (850m) (Départ commun des 5 coureurs)

**Relais n°1** : Grasse Centre > St François > Les Marronniers (9km) : 196m D+ 232m D-

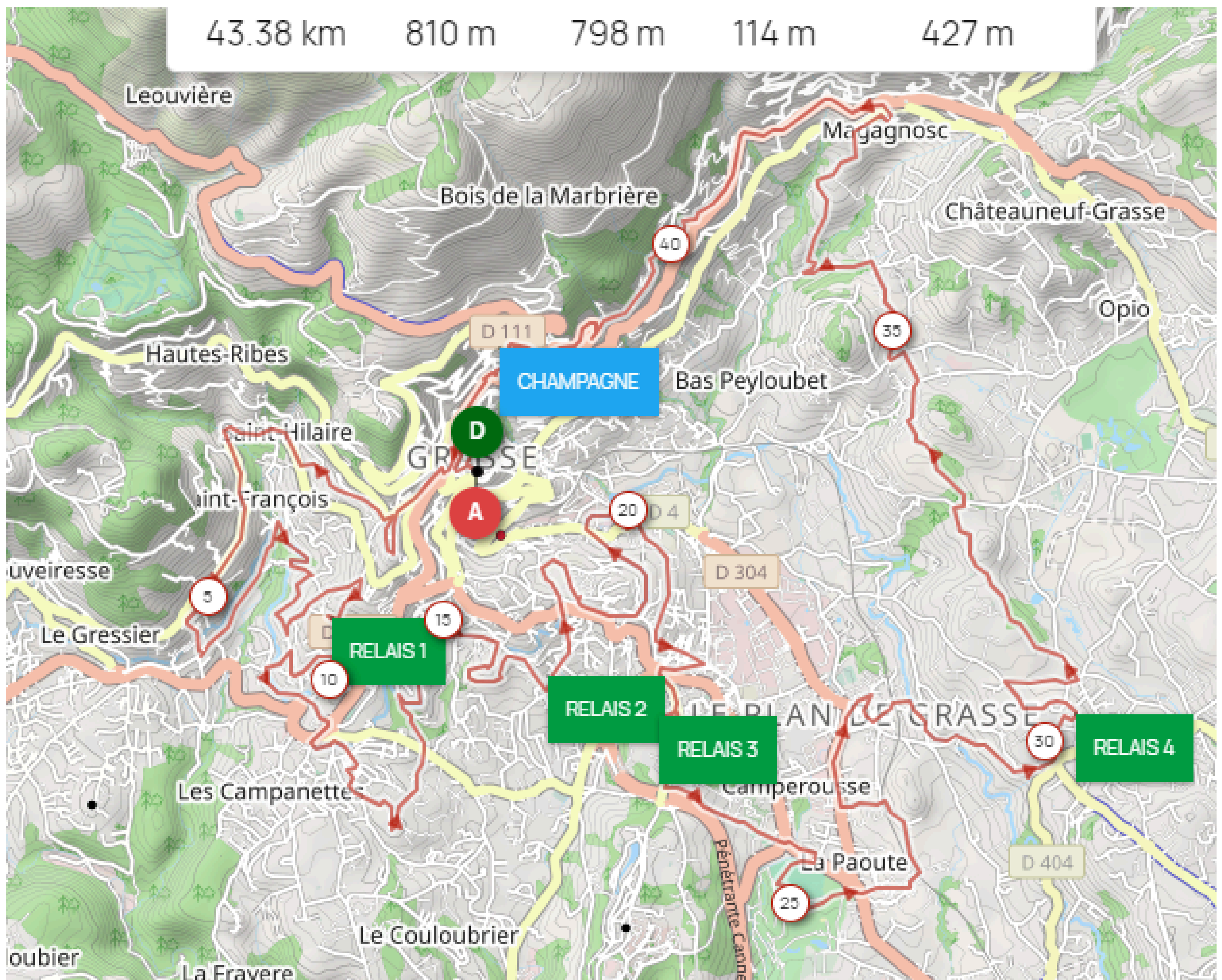
**Relais n°2** : Les Marronniers > St Jacques > St Antoine (8km) : 120m D+ 230m D-

**Relais n°3** : St Antoine > St Claude > Les Fleurs de Grasse (5.5km) : 125m D+ 129m D-

**Relais n°4** : Les Fleurs de Grasse > Le Plan de Grasse > Plascassier (7.7km) 215m D+ 116m D-

**Relais n°5** : Plascassier > Magagnosc > Jardins de la Princesse Pauline (11.6km) 389m D+ 197m D-

**Relais n°6** : (Arrivée en commun des 5 coureurs) Jardins de la Princesse Pauline > Grasse centre Historique (1.5km) : 0m D+ 100m D-



# LES ATOUTS DE L'ORGANISATION

10 € l'inscription par personne soit 50€/équipes



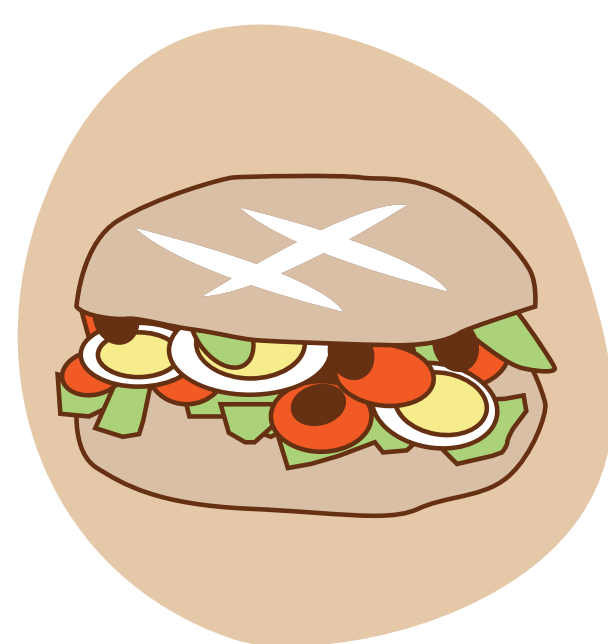
## T-SHIRT

Un t-shirt technique de qualité, entièrement personnalisé aux couleurs de la course, est offert à chaque participant qui finalise son inscription.



## MÉDAILLE

Dès la ligne d'arrivée franchie, chaque membre de votre équipe recevra une médaille originale et conçue spécialement pour cette 3ème édition.



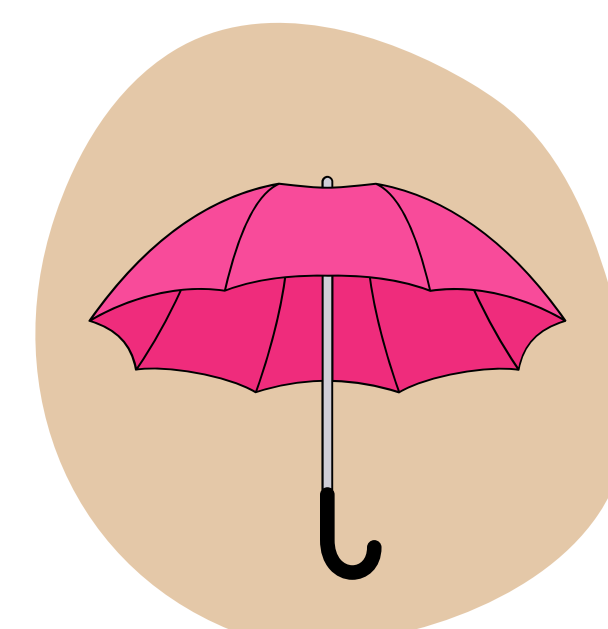
## PAN BAGNAT + FOUGASSETTES

Préparé par la Boulangerie le Fournil des Saveurs, un Pan Bagnat sera offert à l'arrivée de chaque participants ainsi qu'une fougassette confectionnée par la grande et unique Maison Venturini



## UNE BIÈRE

En guise de récupération, une bière sera offerte à tous les participants et agréablement servie par le Bistrot 34.



## UN MINI-PARAPLUIE

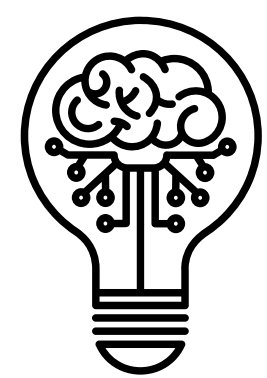
Le mini-parapluie servira de témoin relais pour votre équipe pendant la course. De plus, chaque participant recevra un exemplaire en souvenir de cette troisième édition



## LA COUPE DE CHAMPAGNE DE LA PRINCESSE PAULINE

Au ravitaillement du Jardin de la Princesse Pauline, une coupe de champagne vous sera offerte ! Une belle façon de patienter en attendant votre dernier relayeur tout en profitant de la vue imprenable sur la ville de Grasse illuminée

# L'ADN DE LA COURSE



## LE CONCEPT

La Grasse par Hameaux se distingue par son concept novateur et sa configuration atypique, faisant d'elle une exception parmi les courses pédestres de la région. Ce marathon en relais de 42 km offre une expérience sportive incomparable, mêlant compétition, esprit d'équipe et découverte du riche patrimoine grassois.

Le parcours est structuré en cinq relais individuels, auxquels s'ajoutent deux sections où toute l'équipe court ensemble. **On débute à cinq et l'on franchit la ligne d'arrivée à cinq**, incarnant pleinement la force et la solidarité du collectif.

Une véritable aventure humaine au cœur des paysages variés des hameaux grassois.

Les plus beaux spots de la commune seront traversés/empruntés tout au long de ces 42km (Médiathèque, Campus Universitaire, Vallée Verte, Canal de la Siagne, Golf St Donat, chemins vicinaux et communaux typiques, Jardins de la Princesse Pauline, Bastide Saint Antoine...).



## HOMMAGE A GABRIEL GUALLINO

Outre la dimension sportive, cet événement est organisé en l'hommage de Gabriel GUALLINO, un grassois d'origine et coureur invétéré qui nous a quitté le 25 août 2022.



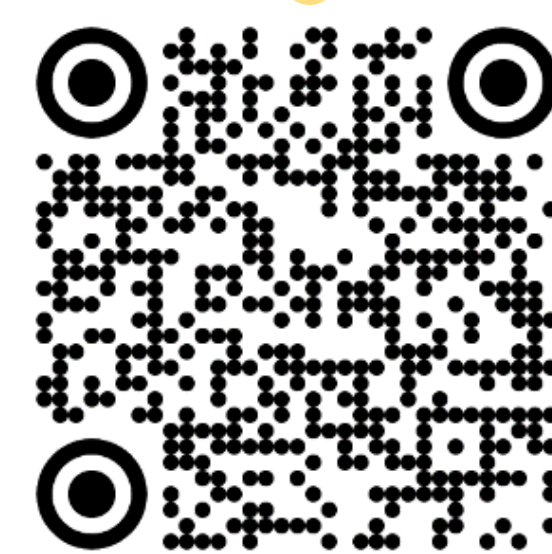
Soucieux d'honorer sa mémoire et d'entretenir son souvenir, Jérôme Viaud et l'équipe Municipale ont décidé d'accoler son nom à cette épreuve sportive pédestre, qui relie tous les hameaux.



## RAVITAILLEMENTS ET PASSAGES DE RELAIS FESTIFS

**Où ?** Des points de ravitaillement seront installés à chaque passage dans les hameaux et quartiers. L'ambiance chaleureuse et conviviale assurée par les comités des Fêtes constitue tout l'ADN de cette épreuve.

À l'initiative des élus de quartiers et hameaux, cette fabuleuse aventure sportive et humaine se veut également festive.



# INFORMATIONS GENERALES



## LES INSCRIPTIONS – OUVERTURE LE 23 FEVRIER 2025

L'épreuve sera ouverte aux coureurs licenciés et non licenciés FFA. Le minimum d'âge requis pour participer à cette course est de 16 ans minimum (natif de 2007).

Les prix des engagements sont fixés à : **10€ par personne soit 50€ par équipe**

Inscriptions via : <https://grasseparhameaux-marathonrelais.fr>

**\*Attention les places sont limitées - 90 équipes maximum**



## RETRAIT DES DOSSARDS



Le retrait des dossards se fera dans notre magasin partenaire chez RRUNNING CYCLE PASSION - 320 Rte de Cannes, 06130 Grasse

**RDV le jeudi 03 et vendredi 04 juillet de 15h00 à 19h30 et le samedi 5 juillet jusqu'à 12h00**

Le retrait des dossards en équipe complète ( 5 relayeurs) sera récompensé.



## HORAIRE LE JOUR J

Nous conseillons aux coureurs d'arriver sur la zone de départ 1h30 avant.

Un briefing général de course sera prononcé par les organisateurs avant le départ.

**-Départ de la Place du Petit Puy à 18h30**

**-Arrivée estimée entre 21h00 et 00h30**



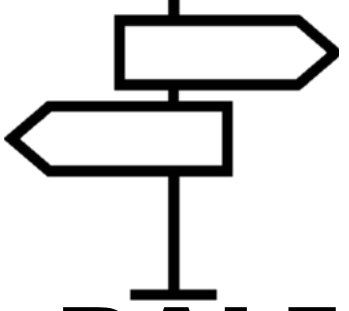
## CLASSEMENT

Les trois meilleures équipes **masculines**, **féminines**, **mixtes** et **entreprises** seront récompensées.

Le classement sera communiqué à la fin de la course et partagé sur le site de l'événement dans la rubrique "résultats".

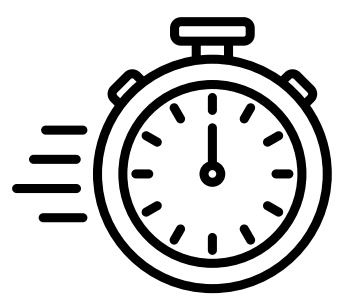
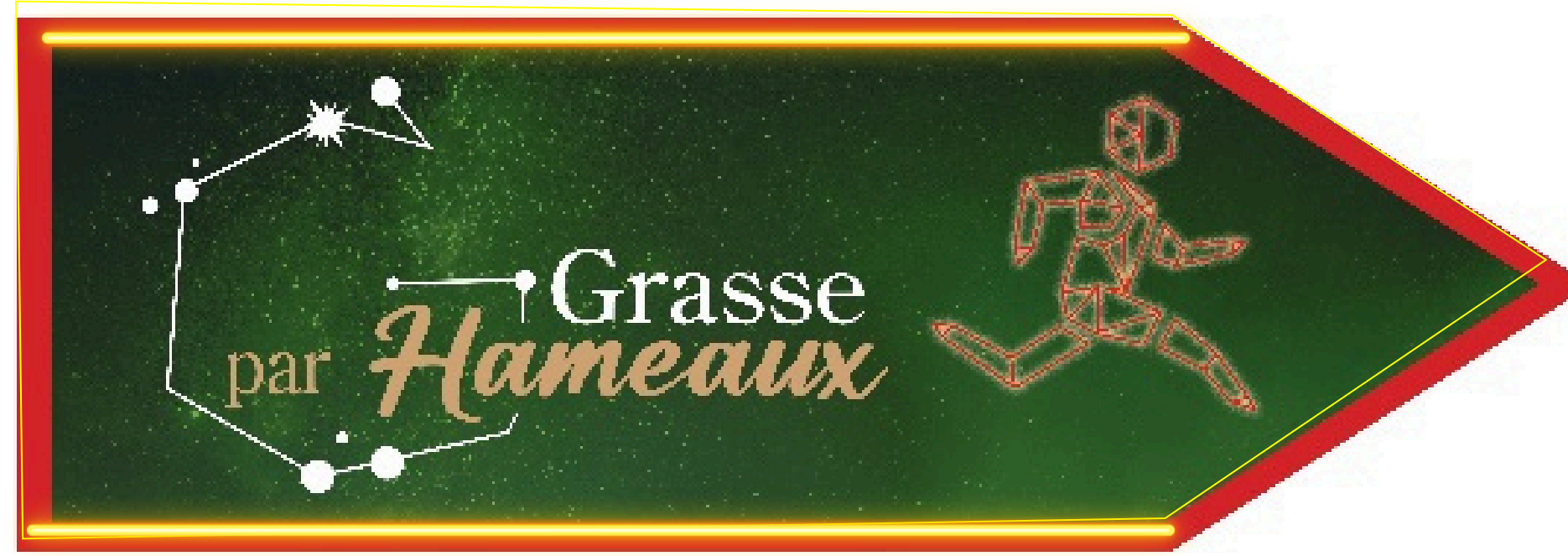
Une équipe est considérée comme mixte, lorsqu'elle est composée de femme(s) et d'homme(s), quel que soit le nombre de coureurs de chaque sexe.

**\*Le comité d'organisation se réserve le droit de modifier le présent règlement en fonction du nombre d'équipes inscrites.**



## BALISAGE

Plusieurs repères seront présents sur le parcours pour vous orienter dans la bonne direction (Marquage au sol Grasse par Hameaux "GPH" + Flèches + Rubalise)



## CHRONOMÉTRAGE

Le chronométrage sera effectué par un chronométreur agréé par la FFA (Timing Zone) utilisant un système de chronométrage électronique.

Chaque équipe se verra remettre un mini-parapluie avant le départ, celui-ci est équipé d'une puce et symbolise votre témoin pour chaque passage de relais. ( Ne le perdez pas en chemin...)



## LES INDISPENSABLES

Chaque participant devra se munir **obligatoirement** d'une lampe frontale, indispensable notamment pour les derniers relais de la course.

De même, pensez à vous munir de brassards ou vêtements réfléchissants pour les coureurs concernés par les derniers relais.



# LES EMPLACEMENTS DES RELAIS

Où ? On dénombre 6 points de relais positionnés sur l'ensemble du parcours.



## Fin du Relais 0 : Grasse Centre

16 Rue de l'Ancien Palais de Justice,  
devant le Campus Universitaire



## Fin du Relais 1 : Les Marronniers

4 Rue des Grillons, Grasse



## Fin du Relais 2 : Saint-Antoine

64 Chem. de la Chapelle Saint-Antoine, Grasse



# LES EMPLACEMENTS DES RELAIS



## **Fin du Relais 3 : Fleurs de Grasse :**

Centre Loisirs Education Culture – 38 Boulevard Emmanuel Rouquier



## **Fin du Relais 4 - Plascassier**

19 Chemin du Servan ( Dans le Pré attendant à la Mairie Annexe)



## **Fin du Relais 5 - Jardins de la Princesse Pauline**

25 Bd de la Reine Jeanne, Grasse





# LES TAXIS DRIVER



## TAXI DRIVER

La subtilité de cette épreuve constitera en la prise d'un départ (Relais n°0 - 850 m) tout comme d'une arrivée (Relais n°6 - 1,7 km) qui devront se courir en commun (équipe de 5)



**ATTENTION !** Les équipes qui ne franchiront pas la ligne d'arrivée avec leurs 5 coureurs ne se verront pas classées.

**Ainsi, nous conseillons chaque équipe de se munir d'un Taxi Driver pour assurer la pose et la récupération des coureurs sur et de puis leur zone de relais**

**Qu'est-ce qu'un Taxi Driver ?** Il s'agit généralement d'une personne désignée pour transporter les relayeurs d'une zone de relais à l'autre afin de garantir des transitions fluide et efficaces pour le bon déroulement de la course.



## Mise en situation :

Au début de la course, les 5 coureurs prendront le départ ensemble pour effectuer le relais 0 (850 m) à travers le centre historique.

Une fois arrivés devant le campus universitaire (rue de l'ancien palais de justice), le relayeur n°1 prendra le départ officiel de la course. C'est alors que le Taxi Driver rentre en jeu. Sa première mission sera de récupérer les 4 autres relayeurs et de rejoindre son véhicule stationné sur la drop zone n°0, du Cours Honoré Cresp.

L'objectif du Taxi Driver sera alors d'aller placer le relayeur n°2 sur la zone de relais suivante (les Marronniers) et de récupérer le coureur venant de terminer son relais.

Il devra reproduire cette action sur les autres relais restant (Saint-Antoine, Les Fleurs, de grasse, Plascassier et Jardins de la Princesse Pauline)



Les Taxi Driver pourront stationner sur les différentes **drop zone** existantes qui leur seront dédiées. (voir page ci-après)

# LES DROP-ZONE

**P**

## DROP ZONE

**Qu'est-ce que la drop zone ?** Certaines zones de stationnement de la ville seront privatisées pour permettre à votre "taxi driver" la pose et dépose des coureurs. Il vous sera facile par la suite de rejoindre à pied les emplacements des relais.

On en dénombre 6 sur le parcours. À noter que **l'esplanade du cours Honoré Cresp** sera également privatisée pour permettre le stationnement avant le départ de course.

### Drop Zone Relais 0 :

Parking sur la partie basse du Cours Honoré Cresp, 8 route de Napoléon



### Drop Zone Relais 1

Parking Communal Chemin de Sainte-Anne (Les Marronniers)  
58 Chem. de Sainte-Anne



### Drop Zone Relais 5

Parking Jardins de la Princesse Pauline  
25 Boulevard Reine Jeanne



### Drop Zone Relais 2

Parking Communal Saint-Antoine  
16 Chem. des Bastides,



### Drop Zone Relais 4

Parking École Communale Plascassier 6 Chem. de l'Oratoire



### Drop Zone Relais 3

Parking Centre de Loisirs Education Culture  
38 Bd Emmanuel Rouquier



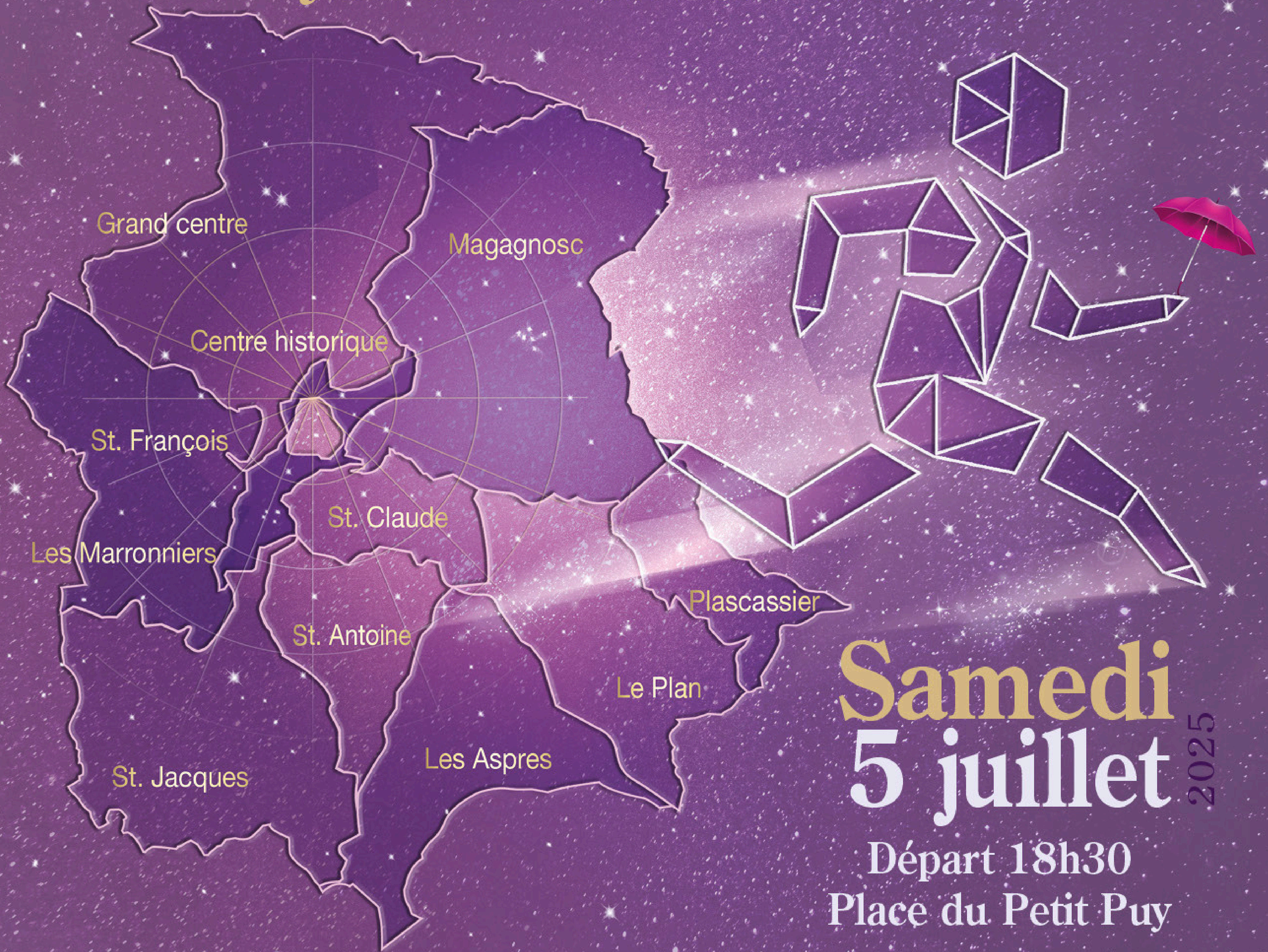


# GRASSE *par* Hameaux

en hommage à Gabriel GUALLINO

3<sup>ème</sup> édition

## Jamais deux sans trois...



# Samedi 5 juillet 2025

Départ 18h30  
Place du Petit Puy

### COURSE EN RELAIS DE 42KM PAR ÉQUIPE DE 5



Renseignements et inscriptions : [grasseparhameaux-marathonrelais.fr](http://grasseparhameaux-marathonrelais.fr)

[www.grasse.fr](http://www.grasse.fr)

