



Ravitaillements et matériel obligatoire

Chers coureuses, chers coureurs,

Le coup d'envoi du Trail du Tour des Fiz sera donné dans exactement **10 jours**, pour une nouvelle édition au cœur des paysages grandioses de Passy Mont-Blanc.

Retrouvez maintenant toutes les infos pratiques à connaître avant le Jour-J : les points de ravitaillement selon les différentes courses et la liste du matériel obligatoire à avoir pour prendre le départ.

Les ravitaillements

Le Trail du Tour des Fiz offre des ravitaillements sur chacune des 3 courses de l'événement :

Le Balcon des Fiz : 1 ravitaillement

- Varan : 6,6 km après le début de la course

Le Duo des Fiz - La Radio Plus : 2 ravitaillements

- Varan : 9,9 km après le début de la course
- Plaine-Joux : 15,9 km après le début de la course

Le Tour des 5 Refuges - Défi ATMB : 5 ravitaillements

- Refuge de Platé : 5,9 km après le début de la course
- Refuge de Sales : 11,4 km après le début de la course
- Refuge de Alfred Wills : 18,6 km après le début de la course
- Refuge de Moëde Anterne : 23,7 km après le début de la course
- Refuge du Châtelet d'Ayères : 28,7 km après le début de la course

Pour rappel, certains ravitaillements se trouvent dans des zones isolées et difficiles d'accès. Chaque gramme compte durant le transport et nous faisons le maximum pour éviter le superflu. Ainsi, sur les ravitaillements, merci de prendre **uniquement ce dont vous avez besoin** et de ne pas vous

surcharger, afin que les coureurs derrière vous puissent aussi en bénéficier. De plus, il y a assez de ravitaillements répartis tout au long des parcours pour couvrir les besoins de chacun dans la durée.

Pour les coureurs du Tour des 5 Refuges - Défi ATMB : pour les mêmes raisons, nous vous informons qu'il n'y aura pas de Coca Cola au Refuge d'Alfred Wills et il y en aura peu au Refuge de Sales. Nous vous proposons, à la place, des boissons énergétiques Ultra Energy Naäk, à la fois plus pratiques à transporter et idéales pour répondre à vos besoins énergétiques durant l'effort. Le mélange eau/poudre sera déjà préparé, pour vous, par nos bénévoles. Vous n'aurez qu'à vous servir !

De plus, cette année encore, Naäk est partenaire du Trail du Tour des Fiz ! À cette occasion, la marque est heureuse de vous offrir le code promo **FIZ15** qui vous offre une remise de 15% pour toute commande sur son site internet (code valable jusqu'au 12 juillet).

Je profite de l'offre Naäk

Le matériel obligatoire

Avant de prendre le départ, il est indispensable que vous soyez muni de tout le matériel obligatoire qui a pour rôle d'assurer votre sécurité tout au long du parcours.

Voici un rappel de ce que vous devez impérativement emporter avec vous le Jour-J :

- Un téléphone portable chargé, avec le numéro du PC Course enregistré dans votre répertoire (06 73 81 67 61)
- Une couverture de survie
- Un sifflet
- Un gobelet personnel réutilisable
- Une réserve d'eau (ou autre boisson) :
 - 0,5L pour le Balcon des Fiz
 - 1L d'eau pour le Duo des Fiz la Radio Plus
 - 1L le Tour des 5 refuges Défi ATMB
- Une réserve alimentaire pour le Duo des Fiz - La Radio Plus et le Tour des 5 refuges - Défi ATMB
- Une veste imperméable ou un coupe-vent
- Au poignet, le bracelet fourni par l'organisation avec le numéro du PC course et du PC secours.

Des **contrôles des sacs et du matériel obligatoire** seront faits aléatoirement avant les départs des courses, sur les ravitaillements et à l'arrivée. Conformément au règlement, des sanctions pourront être prises en cas de non-respect du matériel obligatoire.

À noter : l'organisation se réserve encore le droit de faire évoluer le matériel obligatoire en fonction de l'évolution des conditions météorologiques dans les prochains jours (réserve d'eau plus importante, couvre-chef type casquette saharienne, lunettes de soleil, crème solaire...). Les coureurs seront prévenus le plus tôt possible afin de pouvoir s'organiser.

Zoom sur...

Näak, une marque engagée, partenaire incontournable du Trail du Tour des Fiz.



Pour la deuxième année, la marque Näak accompagne les coureurs du Trail du Tour des Fiz avec une nutrition pensée pour l'endurance.

Grâce à une gamme diversifiée de produits — barres, gaufres, boissons... — la marque s'engage à fournir aux sportifs une énergie à la fois durable et efficace pour booster leurs performances.

Engagée en faveur d'une alimentation plus responsable, la marque mise sur des ingrédients durables et un positionnement éthique, validé par la certification B Corp.

Un grand merci à Näak pour son engagement et son soutien !

Merci à notre partenaire

Super U Passy, un partenaire de confiance, qui soutient activement le Trail du Tour des Fiz.



Super U Passy, fait parti des partenaires historiques du Trail du Tour des Fiz.

Cette année encore, le magasin soutient l'évènement en offrant 50% des ravitaillements.

Acteur local engagé, le magasin joue un rôle important dans la vie de la commune et de ses habitants. Nous sommes heureux de pouvoir

compter sur leur soutien précieux pour le Trail du Tour des Fiz.



OFFICE DE TOURISME DE PASSY

8 Grande Rue Salvador Allende, 74190, PASSY

Tél : +33(0)4 50 58 80 52 - traildutourdesfiz@passy-mont-blanc.com

Vous recevez cet email car vous êtes abonné(e) à la newsletter ou inscrit au Trail du Tour des Fiz.

[Se désinscrire](#)

Copyright ©2025 – Office de Tourisme de Passy - Tous droits réservés.