

LE TRAIL DES LENTILLES DE CILAOS 2025

(KM 0 au KM 14.95)

PARCOURS 2025

1

Distances en km cumulés	Altitude	Lieu ou Repère	Description du parcours pour rejoindre le point suivant	Itinéraire emprunté	
0	1210 m	Départ devant la mairie "Rue du Père Boiteau" (07h00 à 13h00)	Départ du Trail des Lentilles devant la mairie à 07 heures précise Remonter la rue du Père Boiteau en direction du Sud vers le restaurant "La Christophine". (Départ - Arrivée) Fermeture du Poste 13 heures	Route communale	Médecin Ambulance Ravitaillement
0.70km 1km	1212 m	PMU TURPIN	A l'intersection près du restaurant, prendre à gauche dans la rue Alsace Corré pour rejoindre la Rue St Louis; A l'intersection Rue St Louis / Rue Alsace corré prendre la rue St Louis à droite pour rejoindre le PMU TURPIN. Arrive devant le PMU, prendre à droite en direction du centre ville jusqu'à l'Hôtel le Cilaosa. (4 signaleurs pour vous diriger)	Route communale	Ambulance Médecin Signaleur
1km 1.50km	1214 m 1207 m	HOTEL CILAOSA LA POSTE CILAOS (07h00 à 07h30)	Arrivée devant l'hôtel, prendre à gauche dans la rue Mac Auliffe pour rejoindre le bureau de Poste de Cilaos Arrivée en face de la Poste de Cilaos, prendre à gauche en direction de l'église pour rejoindre le départ du sentier des porteurs à l'arrière de la salle de cinéma. Au bout du parking, prendre le départ du sentier des porteurs pour rejoindre les anciens thermes. (HEURE DE PASSAGE 07H30 AU PARKING)	Route communale	Ambulance Médecin Signaleur
2.20km	1168 m	Ancien Thermes	Arrivée aux anciens Thermes après avoir passer le petit pont, prendre à gauche en direction d'Ilet à Cordes sur une petite portion de route (RD242) Après la barrière de l'ONF emprunter le sentier qui longe la RD 242 pour rejoindre le départ du sentier en direction de la cascade Bois Rouge.	Sentier	
2.50km	1163 m	Départ sentier Cascade Bois Rouge (07h00 à 08h15)	Au départ du sentier vers cascade Bois rouge, le premier poste de ravitaillement en eau, fruits et soda est proposé. Un premier pointage intermédiaire pour vérifier le nombre de concurrents qui auront pris le sentier. (Ouverture du poste 07h00 et fermeture du poste 08h15)	Sentier RD 242	Ravitaillement Médecin
4.80km	933 m	Cascade Bois Rouge	Arrivée dans le lit de la rivière, traverser la rivière pour rejoindre l'autre rive pour reprendre le début du sentier qui emmène vers le Taïbit. Un balisage spécifique permettra de traverser la rivière en toute sécurité Arrivée à l'intersection du sentier qui mène vers le Taïbit, prendre à droite en direction du bassin Foucquet et Cilaos	Sentier	

LE TRAIL DES LENTILLES DE CILAOS 2025

PARCOURS SUITE

2

Distances en km cumulés	Altitude	Lieu ou Repère	Description du parcours pour rejoindre le point suivant	Itinéraire emprunté	
8.70km	1253 m	Intersection RD 242 Sentier Bassin Bleu (08h 00 à 10h 00)	A la sortie du sentier, traverser la RD 242. Le deuxième poste ravitaillement est proposé aux concurrents (eau, soda et fruits). Deux signaleurs gèrent la traversée de la route. Après le poste de ravitaillement reprendre le sentier en direction du Bassin Bleu / Plateau des Chênes (Ouverture du Poste 08h00 / Fermeture du Poste 10h00)	Sentier Route	Ravitaillement Médecin
12.40km	1305 m	Intersection sentier Bassin Bleu / Roche Merveilleuse (09h00 à 12h00)	A l'intersection Sentier Bassin Bleu / Roche Merveilleuse, continuer tout droit pour rejoindre une deuxième intersection. Prendre à gauche pour emprunter le parcours du cœur sur toute longueur pour rejoindre le parking du plateau des Chênes. Le troisième poste de ravitaillement est proposé (eau, soda) (Ouverture du Poste 09h00 / Fermeture du Poste 12h00)	Sentier	Ravitaillement Médecin
13.60km	1316 m	Parking du Plateau des Chênes RD 241 / STATION THERMALE	A la sortie du sentier, le poste de ravitaillement attend les concurrents. Un deuxième pointage intermédiaire sera fait. Après le poste de ravitaillement, reprendre le sentier en direction de la ville pour rejoindre la station Thermale de Cilaos. Arrivée sur la RD 241 en direction de Bras sec, prendre à droite pour rejoindre l'ancien séminaire. (2 signaleurs pour vous diriger)	Sentier	Signaleur
14.20km	1242 m	Station Thermale Ancien séminaire	A l'intersection RD 241 / Chemin petit séminaire, prendre à droite sur la petite route qui permet de rejoindre le rond point de l'église de Cilaos.		
14.95km	1210 m	Rond point de l'église Arrivée devant la Mairie	Au rond point de l'église aller tout droit vers le centre ville en empruntant la rue du Père Boiteau. Remonter toute la rue pour rejoindre la ligne d'arrivée qui se trouve devant le parvis de la mairie de Cilaos. FERMETURE DU POSTE 13H00	Route communale	Ravitaillement Médecin Ambulance