



ESTELIO
— SUITES & SPA —



SENTIERS
FRONTALIERS

— DEPUIS 1995 —

**GUIDE
DE L'ATHLÈTE**
19 juillet 2025



4000 HIKES



ULTRA TRAIL DU MONT GOSFORD

UTMG

LA TRAVERSÉE DES SENTIERS FRONTALIERS

82 km - solo et équipes

Table des matières

Bienvenue à l'UTMG!	3
Horaire de l'évènement	4
Remise des dossards	4
Règlements	5
Équipement obligatoire.....	5
Accompagnateurs	6
Barrière horaire.....	6
Balisage	6
Abandon.....	7
Urgence	7
Épreuve à relais.....	8
Services	8
Stationnement et navettes.....	8
Dépôt des sacs	8
Chronométrage	9
Après la course.....	9
Prix et podiums	10
Parcours et ravitaillements	10
Ravitaillements.....	10
Parcours.....	12
Dénivelé	13

Bienvenue à l'UTMG!

C'est avec une grande fébrilité que nous nous préparons à vous recevoir le 19 juillet prochain pour la première édition de l'Ultra trail du Mont Gosford. Nous sommes impatients de vous faire découvrir ce territoire magnifique et sauvage, à l'occasion du 30e anniversaire des Sentiers Frontaliers.

Sur ce parcours de 82 km comportant 4200 mètres de dénivelé positif, vous allez réaliser un exploit considérable sur l'une des épreuves les plus exigeantes au Québec. L'environnement que vous découvrirez au creux de la nature vous mènera sur plusieurs sommets dont le plus haut au sud du Québec, le mont Gosford. Vous y vivrez l'intimité de la forêt, au sein d'une faune et d'une flore bien présentes.

Nous remercions tous nos partenaires, spécialement Sentiers Frontaliers qui permettent la tenue de cette course grâce à leur équipe de bénévoles qui veillent à l'entretien d'un réseau de plus de 150 km de sentiers balisés.

Vous trouverez dans ce guide l'horaire de l'évènement, les règlements ainsi que les services mis en place au cours de la journée.

Felix Guèvremont

Directeur de course, Courses Nature



Horaire de l'évènement

18 juillet

18 h à 19 h: Remise des dossards à la Marina de Piopolis , 515 rue Principale, Piopolis

19 juillet 2025

4 h : Remise des dossards au lieu de départ, 171 route St-Hyacinthe, Chartierville

4 h 30 : Réunion d'avant-course à la ligne de départ

4 : 45 : Départ

18 h 30 : Arrivée estimée des premiers athlètes et barrière horaire au km 54

19 h : Début du raccompagnement en navette jusqu'au stationnement du départ

21h : Barrière horaire au 64e km

Remise des dossards

La veille de l'évènement, nous ferons une remise de dossards entre 18h et 19h à la Marina de Piopolis: 515 rue Principale, Piopolis. Profitez-en pour nous poser vos dernières questions.

Le matin de l'évènement, la remise des dossards se fera à partir de 4 h et se terminera 15 minutes avant le départ.

Pour les équipes, nous donnerons les trois dossards à un représentant de l'équipe. Vous aurez besoin de votre nom et de votre nom d'équipe, si applicable.

Règlements

Équipement obligatoire

Chaque coureur devra porter un sac ou une ceinture contenant obligatoirement les items suivants.

- Réserve d'eau d'au moins 1 litre au départ
- Réserve alimentaire
- Lampe frontale
- Couverture de survie
- Sifflet
- Bande de contention (pour les entorses)
- Carte ou parcours GPX sur votre montre
- Téléphone cellulaire avec une application de géolocalisation

Équipement conseillé

Voici quelques items supplémentaires qui pourraient vous être utiles, mais qui ne sont pas obligatoires

- Filtre à eau ou pastilles de chlore
- Chasse moustiques

Accompagnateurs

Les accompagnateurs sont permis mais vous devrez respecter ces quelques conditions

- Assister matériellement le coureur seulement aux stations de ravitaillement. Pour consulter la carte des stations : [Alltrails](#)
- Si l'accompagnateur souhaite courir dans les sentiers, il doit payer le droit d'entrée aux sentiers frontaliers et/ou à la ZEC du Mont Gosford, s'il emprunte leurs sentiers respectifs.

Barrière horaire

Il y aura une barrière horaire à ces deux endroits:

18 h 30 : 54e km - Accueil du Mont Gosford

21h : 64e km - Ravito de Clearwater

Si vous n'êtes pas en mesure de quitter la station de ravitaillement avant l'heure fixée, on vous raccompagnera à votre voiture.

Balisage

Veuillez suivre avant tout le balisage sur place car de légères différences peuvent apparaître à certains endroits versus le parcours gpx.

Des drapeaux bleus au sol suivront le long du parcours, disposés à environ 500 mètres l'un de l'autre, ou moins lorsque nécessaire. Des rubans jaunes et noirs et des flèches orange.

Aux intersections des triangles du Sentier Frontalier SF1 disposées sur les arbres vous indiqueront la direction à suivre.



Abandon

En cas d'abandon, veuillez l'indiquer au membre de la station de ravitaillement la plus proche ou à un membre de l'organisation dès que possible.

Urgence

Voici les numéros à contacter en cas d'urgence lors de l'événement seulement. Notez que la couverture cellulaire ne s'étend pas à l'ensemble du territoire. Notre équipe patrouillera sur le parcours tout au long de l'évènement.

Si vous êtes en danger seulement, utilisez la fonction SOS de votre téléphone. Cela communiquera directement avec les secours même lorsque le réseau est indisponible.

Si vous rencontrez un coureur blessé ou en détresse, reportez sa situation à la station de ravitaillement la plus proche.

Premiers soins : 514 299-6330

Organisation : 819 582-1263

Base de vie mi-parcours : 819 432-5890

Épreuve à relais

Le parcours est divisé en 3 sections d'environ 27 km. Le relais se donnera aux stations de ravitaillement suivantes:

- Rang 10
- Zec de Gosford

Vous êtes responsables de vous rendre à votre lieu de départ en estimant l'heure d'arrivée du coureur précédent de votre équipe.

La seule navette disponible est celle de l'arrivée (Woburn) jusqu'au stationnement de départ (Chartierville)

Services

Stationnement et navettes

Le stationnement se fera au 171 route St-Hyacinthe, à Chartierville. Le départ se donnera à cet endroit, près de l'entrée des sentiers.

Après la course, des navettes ramèneront les participants à cet endroit à partir de 19 h jusqu'à la fin de l'épreuve.

Dépôt des sacs

Deux sacs contenant des items personnels pourront nous être laissés lors du départ et seront acheminés aux endroits suivants :

1. Ravito du Rang 10 au km 27. La première section peut être très mouillée avec la végétation et la rosée du matin. Vous pourrez y laisser des vêtements au besoin.
2. Zec de Gosford - Base de vie au 54e km, au ravitaillement à l'entrée du secteur du Mont Gosford.

Vous devez fournir vos propres sacs votre propre sac et l'identifier avec votre nom et votre numéro de dossard. Vous devrez le prendre vous-même à la base de vie et l'y remettre.

Suite à votre passage, votre sac sera acheminé à l'arrivée.

Chronométrage

Chronométrage assuré par Sportchrono. Vous pourrez trouver les résultats sur le site : [Sportchrono - Résultats](#)

Après la course

À votre arrivée, voici ce qui vous attend:

- Vous recevrez un cadeau souvenir à l'effigie de l'événement
- Vous aurez accès à un léger goûter d'après course, dans une ambiance festive
- Une navette vous accompagnera à votre voiture

N'hésitez pas à partager votre réussite sur les réseaux sociaux en nous identifiant @coursesnature !

Prix et podiums

Il y aura un classement hommes, femmes et équipes. Des prix seront remis aux 3 premiers de chacune de ces catégories suite à l'arrivée de chacun, de manière individuelle afin d'éviter l'attente.

Parcours et ravitaillements

Ravitaillements

Étape	Km	Type	Relais	Toilettes	Accessible en auto
1 - Brise Culotte	6.2	Ravito express	1		
2 - Rang Saint-Paul Charcuterie Scotstown	13.3	Ravito		✓	
3 - Rang 10 Marché des Appalaches	27.2	Ravito	2	✓	✓
4 - Lac Danger	35.2	Ravito		✓	
5 - Appalaches	43	Ravito		✓	
6 - Zec Gosford Fromagerie Lachaudière	53	Base de vie	3	✓	\$
7- Rose-Déliima Magasin Général de Piopolis	58.8	Ravito		✓	\$
8 - Clearwater Brix	64	Ravito		✓	
9 - Trou du diable Estello	72.3	Ravito		✓	

Accessibilité en auto pour l'accompagnateur

Dans le tableau, il est indiqué quelles stations sont accessibles en auto pour les accompagnateurs. L'accompagnateur doit payer son entrée auprès de la Zec Gosford s'il souhaite entrer sur le site, à pied ou en voiture.

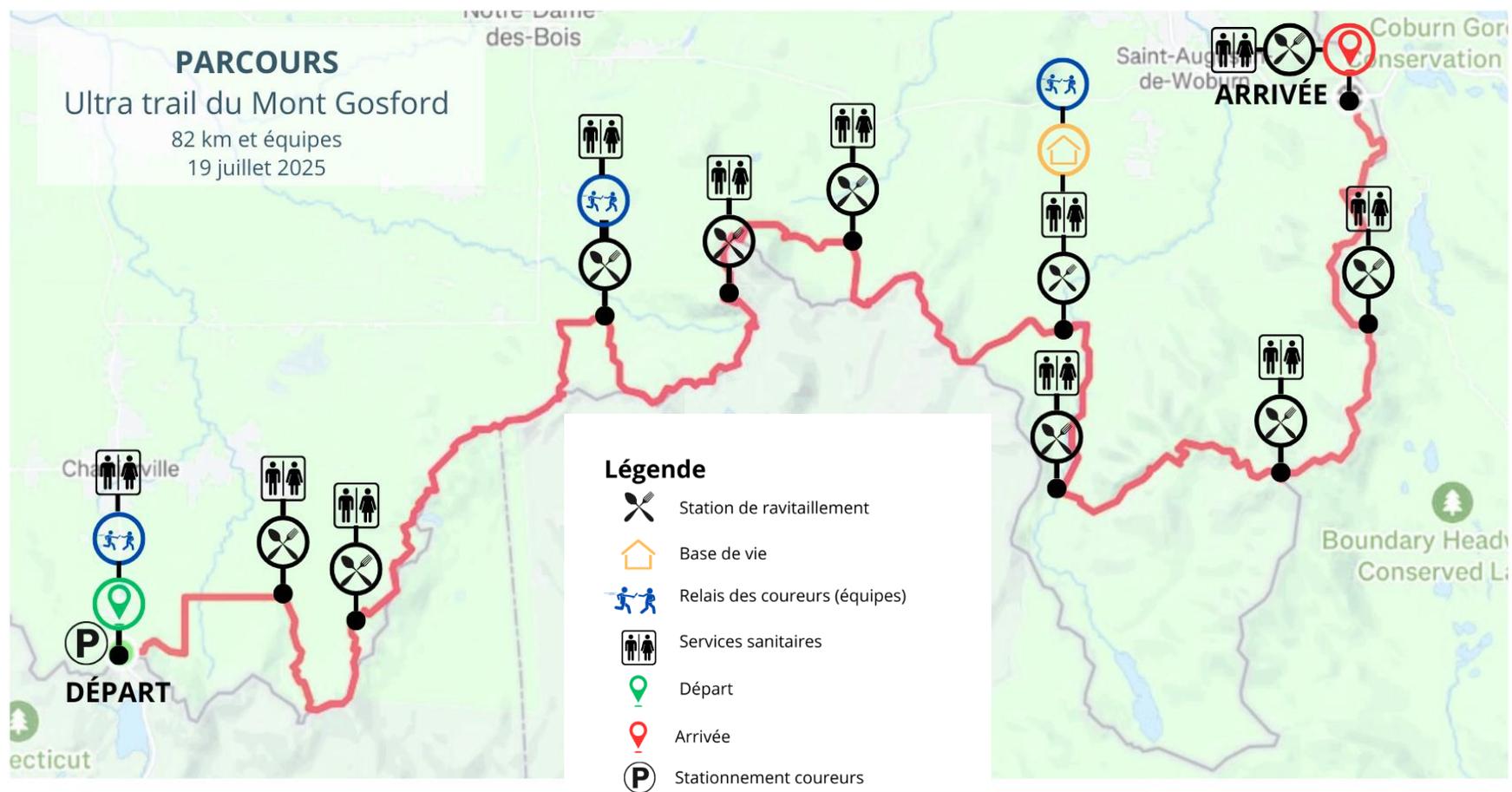
Pour obtenir le lieu exact des stations, [consultez notre parcours sur Alltrails](#)

Contenu des stations

Étape	Eau	Électrolytes	Fruits	Barres	Repas chaud
1- Brise Culotte	✓	✓	✓	✓	
2- Rang Saint-Paul	✓	✓		✓	
3- Rang 10	✓	✓	✓	✓	
4- Montagne de Marbre	✓	✓	✓	✓	
5- Appalaches	✓	✓	✓	✓	
6- Zec Gosford	✓	✓	✓	✓	✓
7- Rose-Délina	✓	✓	✓	✓	
8 - Clearwater	✓	✓	✓	✓	
9 - Trou du diable	✓	✓	✓	✓	

Parcours

Pour voir le parcours en détails et télécharger le GPX, [consultez notre parcours Alltrails](#)



Dénivelé

Légende

-  Station de ravitaillement
-  Base de vie
-  Relais des coureurs (équipes)
-  Services sanitaires
-  Départ
-  Arrivée
-  Stationnement coureurs

