

ULTRARAID SERIES



8, 9 & 10 MAI

VIELSALM

HAUTE ARDENNE
**ULTRA
RAID**

La Station Baraque de Fraiture

GUIDE ATHLETE 2026

PREFACE



Bienvenue à tous les participants de cette deuxième édition de l'Ultra Raid Haute Ardenne !

Depuis 2018, l'Ultra Raid des 3 Vallées fait vibrer les sentiers de l'Ardenne belge, réunissant chaque année des passionnés de VTT longue distance dans une aventure exigeante et authentique. Ce projet, né d'une passion commune pour l'effort, les forêts denses et les grands espaces, n'a cessé de grandir au fil des éditions.

Créer une série européenne de courses par étapes était un rêve. Fin 2024, nous lançons les ULTRA RAID SERIES : une série née du désir de partage, de dépassement de soi et de découverte au-delà des frontières. Le péreniser ici, avec l'Ultra Raid Haute Ardenne, a une résonance particulière. Le parcours prend son départ depuis la Station de la Baraque de Fraiture à Vielsalm, et traverse des territoires emblématiques comme La Roche-en-Ardenne, Houffalize ou encore Lierneux. Ce massif sauvage et préservé, chargé de reliefs et d'histoire, incarne à merveille l'esprit de l'Ultra : exigeant, profond et passionné.

Nous tenons à adresser nos plus sincères remerciements aux communes de Vielsalm, La Roche-en-Ardenne, Houffalize, Lierneux, Manhay ainsi qu'à tous les partenaires et gestionnaires forestiers qui nous accompagnent dans la mise en œuvre de cette épreuve.

Et bien entendu, un immense merci à toutes nos équipes de bénévoles, sans qui cette aventure ne pourrait tout simplement pas exister.

Merci à vous tous de faire partie de cette seconde édition de l'Ultra Raid Haute Ardenne.

Bonne découverte, et surtout, vivez-la intensément !

L'équipe d'organisation des Ultra Raid Series

www.ultra-raid-series.com

www.ultra-raid-series.com

ULTRARAID SERIES

SAMOËNS
**ULTRA
RAID**

Les Montagnes du Giffre + Haute Savoie



5, 6 & 7
JUIN



GERARDMER
**ULTRA
RAID**



19, 20 & 21
JUIN



DES 3 VALLEES
**ULTRA
RAID**



18, 19 & 20
SEPTEMBRE

SOMMAIRE

PLAN D'ACCÈS

PROGRAMME DU WEEK-END

PLAN DU SITE

START BOX

RÈGLES NATURA 2000

CHARTE PARTICIPANT

PARCOURS

VOS OPTIONS A LA CARTE

INFOS PRATIQUES

PARTENAIRES

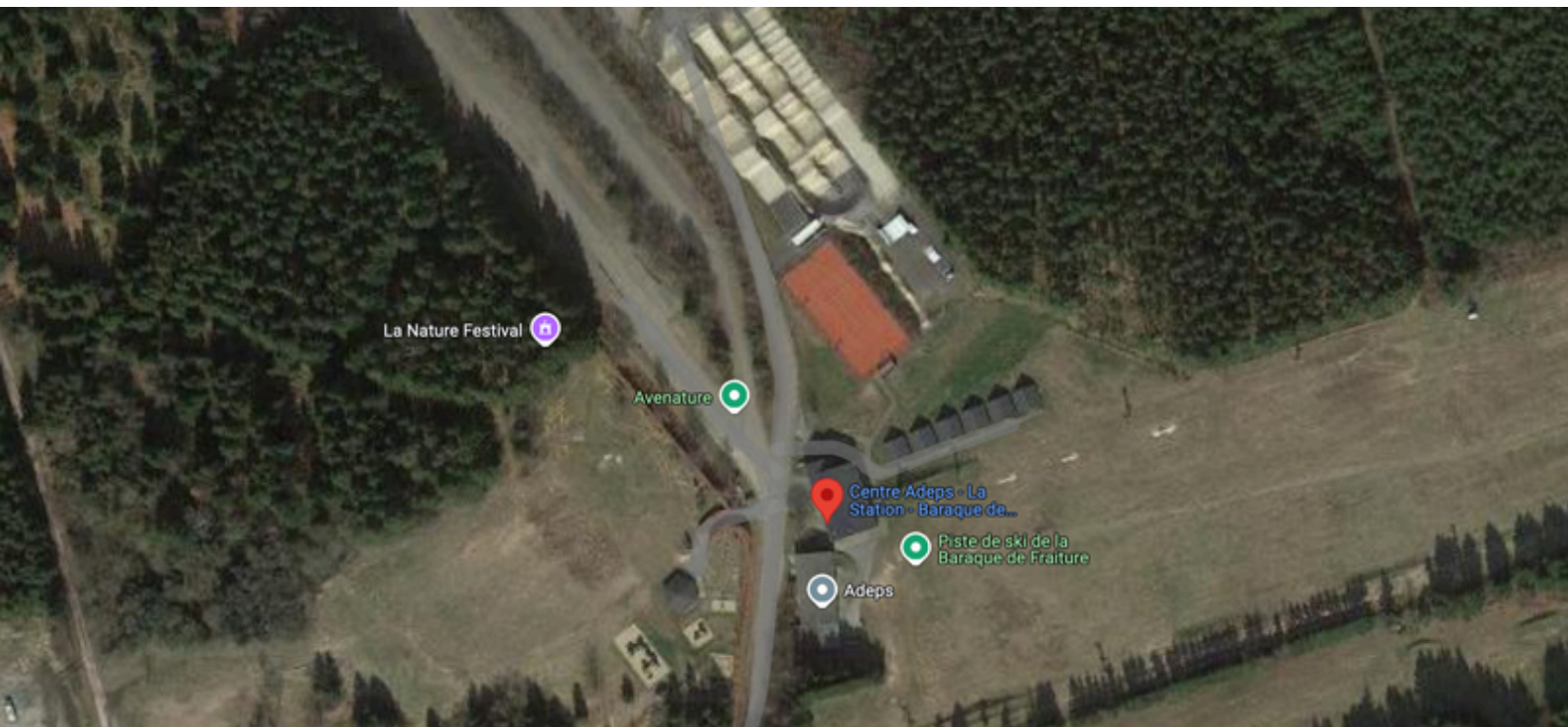


PLAN D'ACCÈS

Les différentes courses ont lieu au départ du centre Adeps - La Station - Baraque de Fraiture
Baraque de Fraiture 6, 6690 Vielsalm

Conseils pratiques :

- Il est préférable de retirer votre dossard le plus tôt possible à partir de 14h le vendredi 8 mai.



PROGRAMME WEEK-END

Afin que le retrait des dossards se déroule de la meilleure des manières, nous vous demandons de venir vous présenter au secrétariat avec les documents suivants :

- Carte d'identité / Nom / Prénom.
- PAS BESOIN DE CERTIFICAT MEDICAL OU D'AUTRE ATTESTATION

Si vous ne retirez pas personnellement votre welcome pack, veuillez bien à communiquer la copie de votre carte d'identité à la personne qui reprendra votre dossard.

RETRAIT DES DOSSARDS: 14H - 19H

SOYEZ À L'HEURE POUR NE PAS DÉCALER LES DÉPARTS



PLAN DU SITE

Que retrouvez sur le site de départ/ Arrivée?

- Parkings participants
- 1 parking Camping car/ Van
- Restaurant/Bar
- Bike park gardé
- Zone massage
- Le plus beau sourire de nos bénévoles



LEGENDE

1. Zone camping
2. Zone départ/arrivée
3. Restaurant/ Dossards/ Podiums
4. Parking camping car
5. Parking voitures

HAUTE ARDENNE **ULTRA RAID**

La Station Baraque de Fraiture

DÉPART DES DIFFÉRENTES BOXES

BOX 1

ULTRA EMTB

BOX 2

ULTRA 6000
Solo + Duo

BOX 3

ULTRA 4000
Solo + Duo

BOX 4

ULTRA 3000
Solo + Duo



**Merci de respecter votre
vague de départ !**

PROGRAMME VENDREDI 8 MAI

12h	Ouverture camp de base
14h00 - 18h45	Retrait des dossards
19H00	Départ XCO - EMTB 3000
19h02	Départ XCO - 3000 COMPETITION
19h04	Départ XCO - 4000 COMPETITION
19h06	Départ XCO - 6000 COMPETITION
19h10	Départ XCO - NO COMPETITION RIDERS
20h30	PASTA PARTY
22h00	FERMETURE BIKE PARK

PROGRAMME SAMEDI 9 MAI

6h30 - 8h30	OUVERTURE DU RESTAURANT - PETIT-DEJEUNER
8h30	ULTRA 6000 Solo + Duo
9h00	ULTRA 4000 Solo + Duo
9h15	ULTRA 3000 Solo + Duo
9h20	ULTRA 4000 - Mode fun Solo + Duo
9h30	ULTRA E-MTB
Aprd 14H00	Snack d'après course (crêpes maison)
17h30	APERRO CONVIVIAL by Chimay
18H00	Repas du soir
22H00 - 06H00	FERMETURE DU Bike Park



PROGRAMME DIMANCHE 10 MAI

6h30 - 8h30	OUVERTURE DU RESTAURANT - PETIT-DEJEUNER
8h30	ULTRA 6000 Solo + Duo
9h00	ULTRA 4000 Solo + Duo
9h15	ULTRA 3000 Solo + Duo
9h30	ULTRA E-MTB
14h00	Ouverture du BBQ
15H00	Podiums Finaux



CHARTRE PARTICIPANT



CHARTRE DE PARTICIPATION

Les autorités locales, les communes et la DNF nous font confiance pour organiser un événement respectueux et responsable. Cette confiance, précieuse, repose sur notre capacité collective à adopter un comportement exemplaire. Chaque participant, chaque accompagnant, chaque membre de l'organisation est personnellement responsable de son attitude sur le terrain. C'est en agissant tous ensemble avec respect, vigilance et bienveillance que nous pourrons continuer à faire vivre de belles aventures sportives au cœur des forêts Ardennaises dans un esprit de durabilité et de coopération avec les acteurs du territoire.

Respect absolu de la nature

- L'Ardenne est un espace naturel sensible. Plusieurs zones traversées sont classées et protégées. Chaque participant ou membre de l'organisation doit s'y comporter en invité respectueux et discret.

Ne rien jeter au sol

- Aucun déchet ne doit être abandonné dans la nature. Tous les emballages, gels, papiers ou autres détritiques doivent être conservés jusqu'aux zones de ravitaillement ou d'arrivée. Tout manquement entraînera une disqualification immédiate.

Restez sur les tracés balisés

- Les sentiers empruntés sont validés par le DNF, les communes et les propriétaires privés. Il est strictement interdit de couper à travers les forêts ou pâtures. Cela permet de préserver la flore et d'éviter l'érosion des sols.

Respect total de la flore et de la faune

- Il est interdit de cueillir, arracher ou endommager toute plante. La faune locale doit être laissée en paix : évitez les bruits forts, les cris ou tout comportement perturbateur, surtout à l'aube ou en soirée.

Chemins partagés avec les promeneurs

- Les parcours traversent des sentiers ouverts à tous. Nous insistons sur une cohabitation amicale et bienveillante avec les promeneurs, familles, enfants ou randonneurs. La priorité leur revient toujours : ralentissez, saluez-les, et faites preuve de courtoisie.

Balisage propre et temporaire

- Le balisage utilisé est réutilisable, posé quelques jours avant la course et intégralement retiré après le passage des derniers participants. Aucun marquage permanent n'est utilisé.

Zones sensibles à traverser avec prudence

- Certaines portions du parcours traversent des zones fragiles (tourbières, forêts primaires...). Suivez scrupuleusement les consignes spécifiques qui seront rappelées avant le départ.

Respect des bénévoles, habitants et partenaires locaux

- Les communes, les bénévoles et les acteurs du territoire nous accueillent. Un comportement respectueux et coopératif est essentiel à la bonne entente et à la réussite de l'événement.

En participant, vous vous engagez

- Toute participation à l'Ultra Raid implique l'adhésion pleine et entière à cette charte. Le non-respect de ces règles peut entraîner l'exclusion immédiate de l'épreuve et compromettre les futures éditions.

#NATUREFIRST

CHARTRE DE PARTICIPATION



RESPECTEZ LE CODE DE LA ROUTE et les ordres des **SIGNALEURS, POLICIERS, ORGANISATION** à tout moment. **MAITRISEZ** votre vitesse, ne **COUPEZ AUCUN VIRAGE** et **RALENTISSEZ** en zones urbaines.



NE JETEZ AUCUN DECHET sur la voie publique. Des poubelles sont disponibles à chaque ravitaillement et à l'arrivée.



Des WC sont mis à votre disposition sur les zones de départ/arrivée.
INTERDICTION D'URINER sur la voie publique.



Victime ou témoin d'un accident? Contactez immédiatement le **NUMERO D'URGENCE: +32 494 03 99 46**



TENEZ A TOUT MOMENT LA DROITE de la route et roulez en file indienne. N'oubliez pas que vous n'êtes pas les seuls utilisateurs de la voie publique.

#SAFETYFIRST

greenpig



Lard de la com.

greenpig.be

081 22 30 11/ 0470 99 05 12

info@greenpig.be

SERVICE PHOTOS

Christophe Bortels (Vojomag) sera en charge de capturer des photos individuelles et d'ambiance des participants tout au long du weekend.

Ces photos permettront de garder un souvenir inoubliable de votre participation à l'Ultra Raid. Les clichés seront disponibles en ligne dans les 15 jours suivant l'événement, afin que chacun puisse les consulter et les télécharger.

Nous vous invitons à profiter de cette opportunité pour immortaliser vos moments forts durant la course.





CHIMAY DORÉE

Chimay, une bière très spéciale
Alc. 4,8% vol

CHIMAY



Un vrai produit trappiste se reconnaît à ce label
L'abus d'alcool nuit à la santé



PARCOURS

Get ready to become a legend



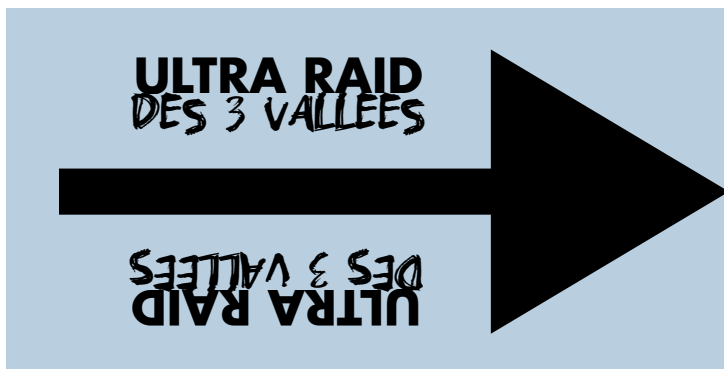
ULTRARAID SERIES

FLECHAGE

Notre fléchage se veut le plus respectueux possible de l'environnement: pas de bombe de couleur, pas de rubalise dans les arbres. Nous utilisons uniquement des piquets en bois + nos flèches PVC réutilisables. Nous insistons toujours sur le fait d'utiliser les traces GPX + Fléchage

VENDREDI 8 MAI

Flèches blanches et réfléchissantes



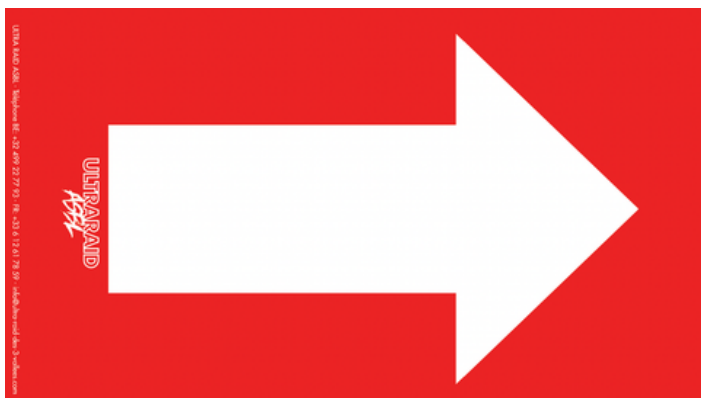
SAMEDI 9 MAI

Flèches oranges



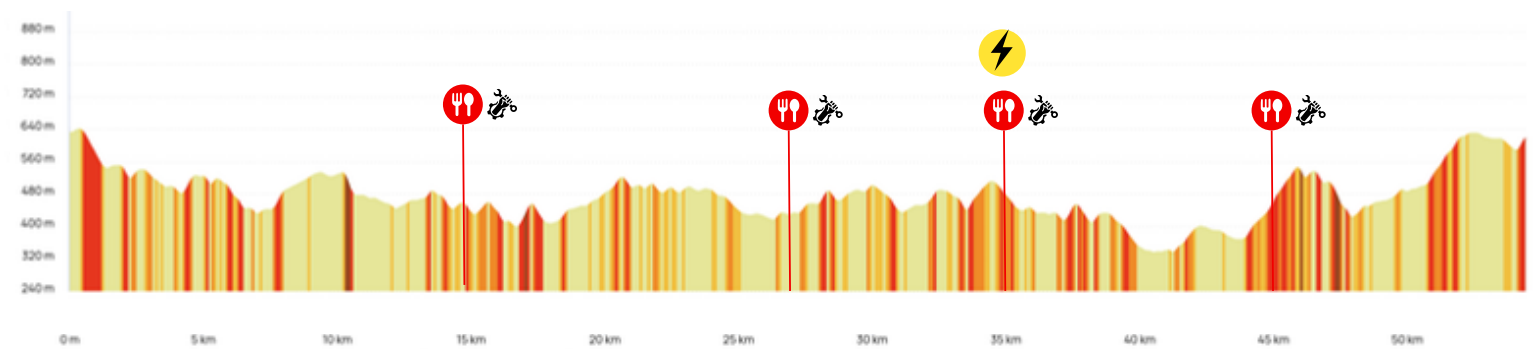
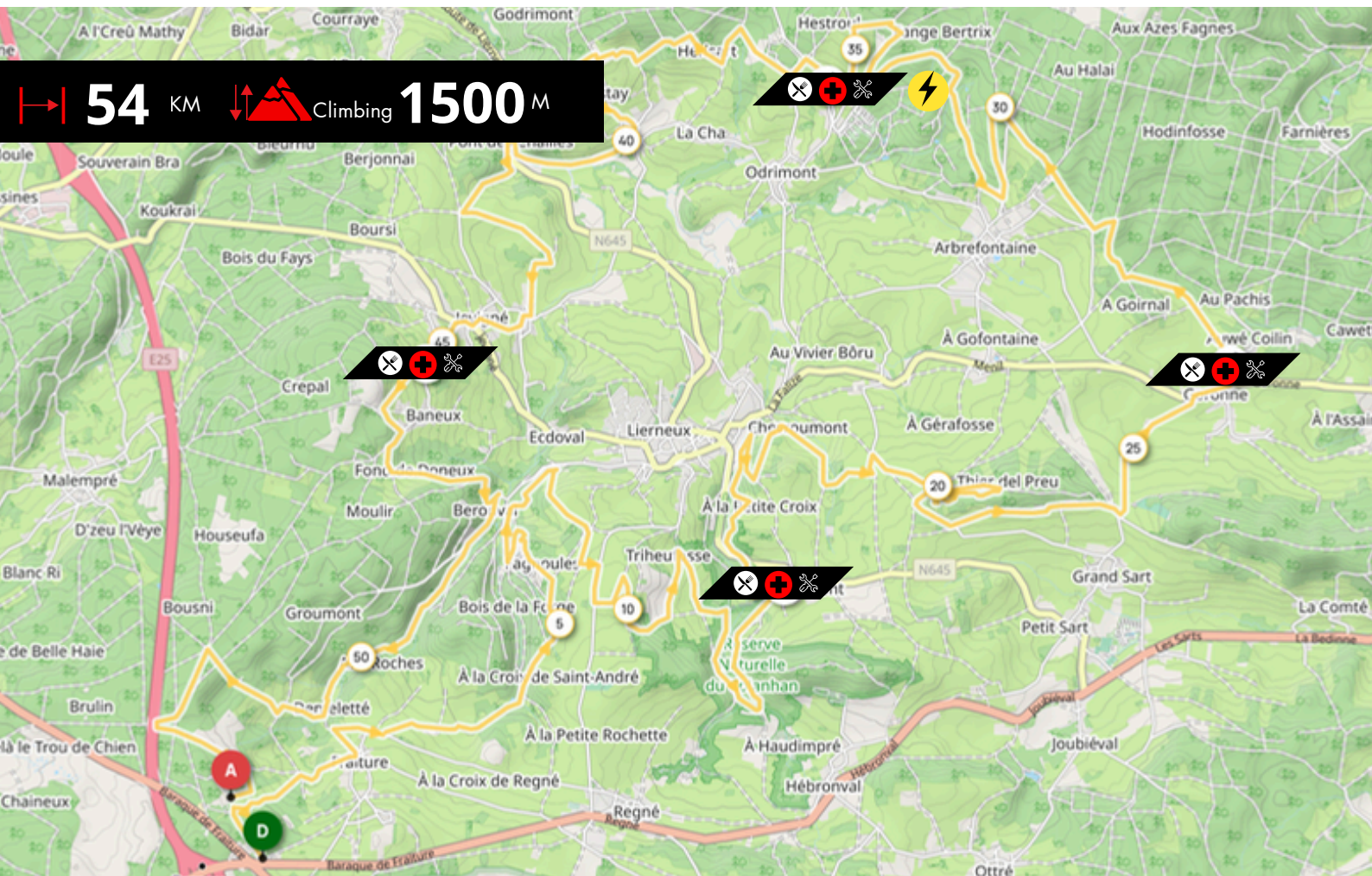
DIMANCHE 10 MAI

Flèches rouges





SAMEDI: 9 MAI

ULTRA 3000
ULTRA E-MTB



Données techniques

 Lieu: Rue de Verleumont - 4990 Liernieux **15 KM**
50°16'21"N 5°48'31"E

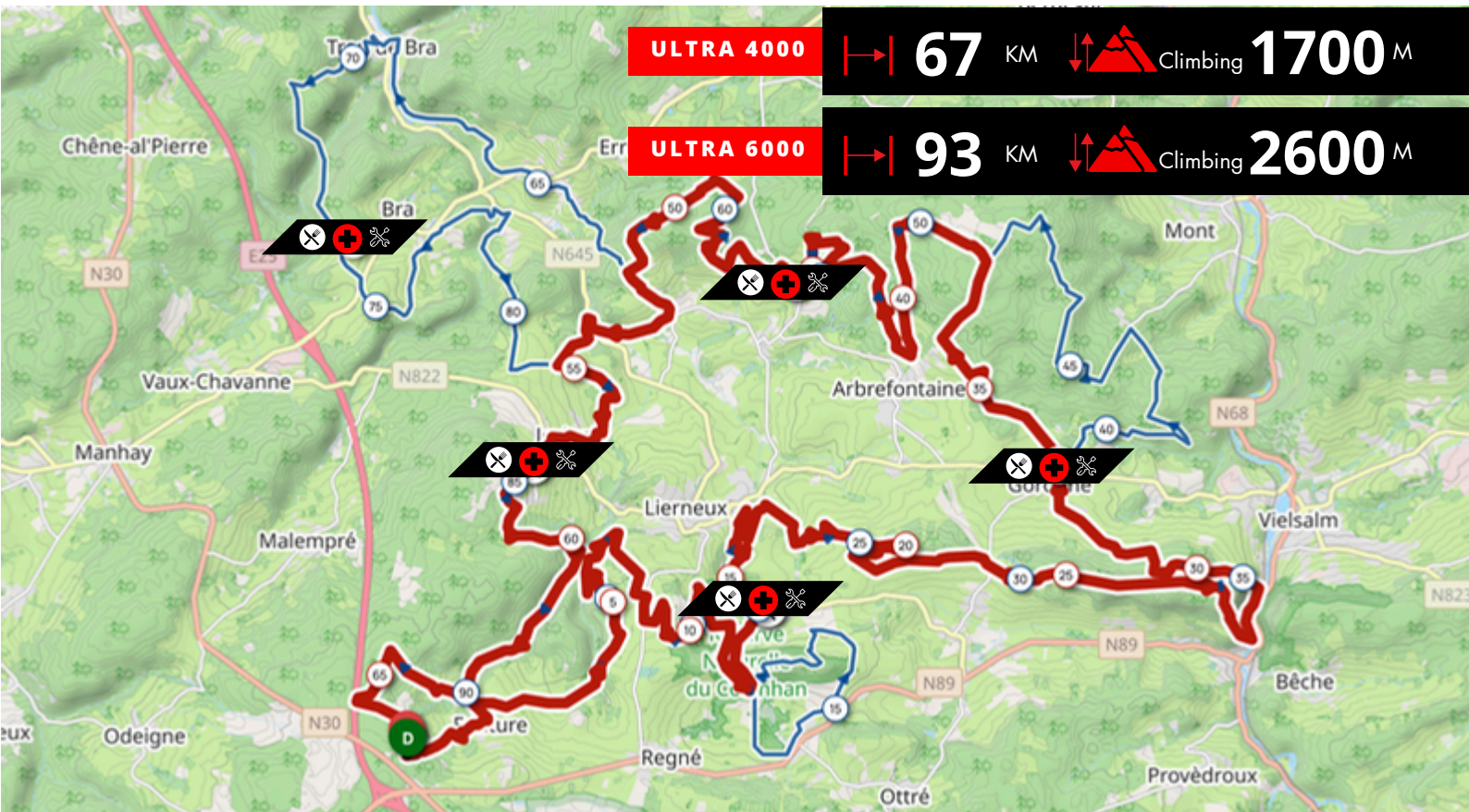
 Lieu: Route de Baneux
4990 LIERNEUX **45 KM**
50.29132, 5.76132

 Lieu: Rue Goronne - 6690 Rencheux **27 KM**
50,2913230; 5,8678850

 Lieu: Rue sur les fontaines
Am'Comont 4990 **36 KM**
50.3149, 5.81448  DROP-OFF

SAMEDI: 9 MAI

ULTRA 4000
ULTRA 6000

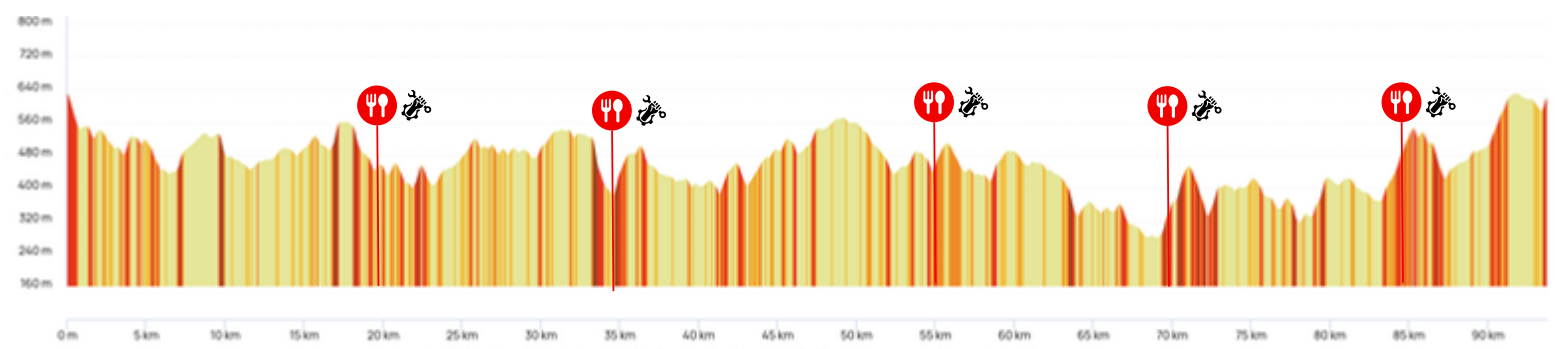


ULTRA 4000

67 KM Climbing 1700 M

ULTRA 6000

93 KM Climbing 2600 M



Données techniques

	Lieu: Rue de Verleumont - 4990 Lierneux 50°16'21"N 5°48'31"E	ULTRA 4000	15KM
		ULTRA 6000	20KM

	Lieu: Rue de Bierleux 4990 LIERNEUX 50.32036, 5.72459	ULTRA 4000	74KM
		ULTRA 6000	74KM

	Lieu: Rue Goronne - 6690 Rencheux 50,2913230; 5,8678850	ULTRA 4000	33KM
		ULTRA 6000	38KM

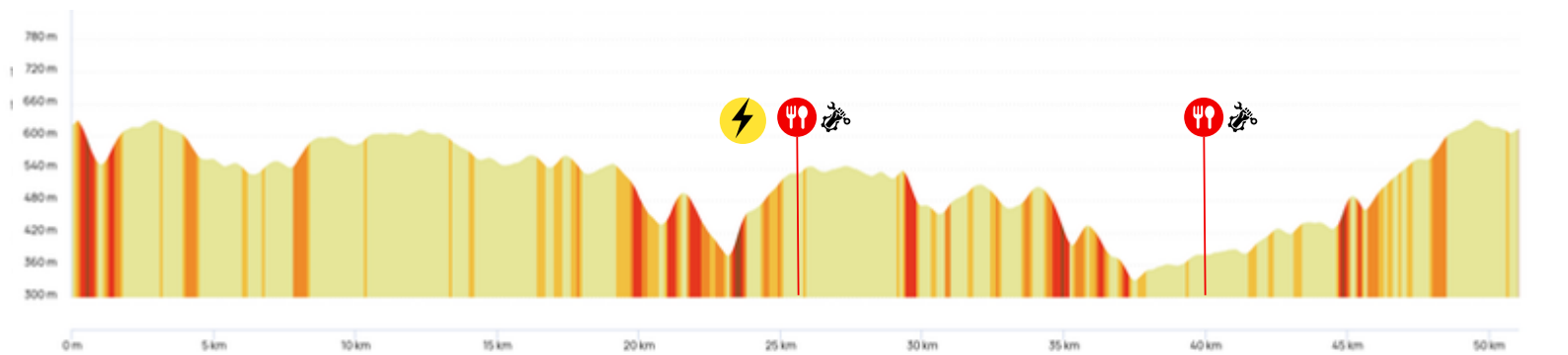
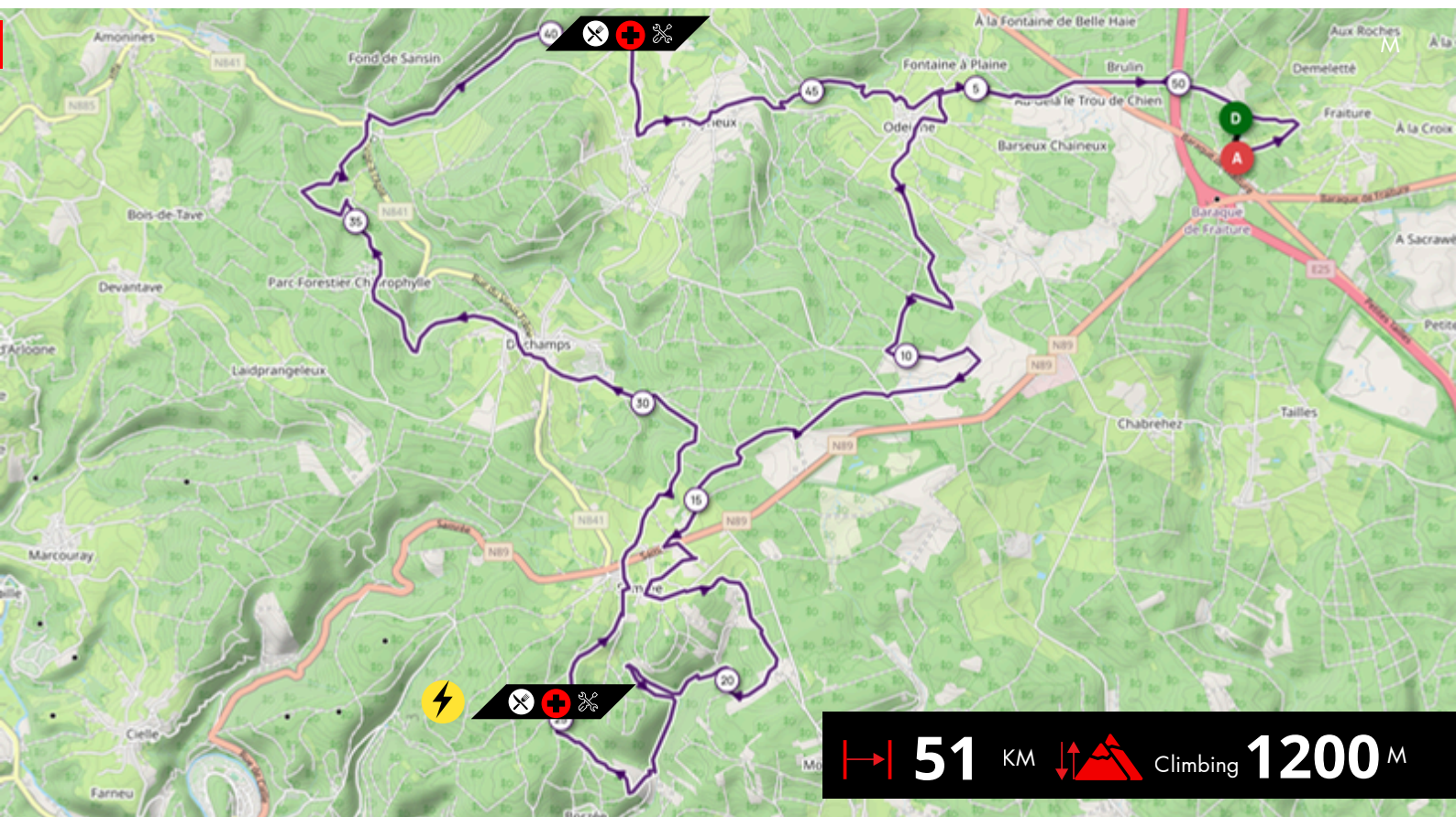
	Lieu: Route de Baneux 4990 LIERNEUX 50.29132, 5.76132	ULTRA 4000	58KM
		ULTRA 6000	84KM

	Lieu: Rue sur les fontaines Am'Comont 4990 50.3149, 5.81448	ULTRA 4000	45KM
		ULTRA 6000	57KM

DROP-OFF

DIMANCHE: 10 MAI

ULTRA 3000
ULTRA E-MTB



Données techniques



Lieu: Col du Haussire - La Roche en Ardenne
50.205728, 5.609997 ⚡ DROP-OFF

26 KM

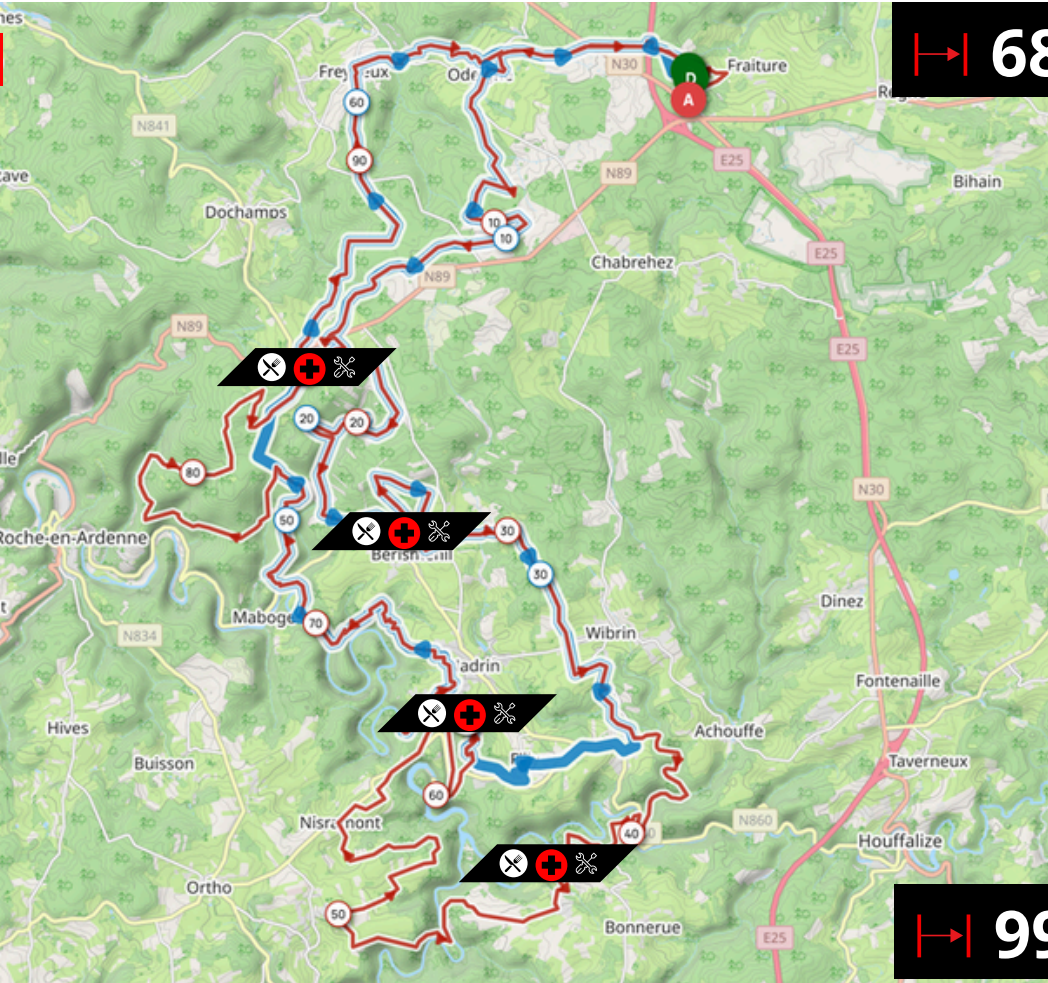


Lieu: Route du Moulin de Lafosse
6960 Manhay
50.26604, 5.64167

43 KM

DIMANCHE: 10 MAI

ULTRA 4000
ULTRA 6000

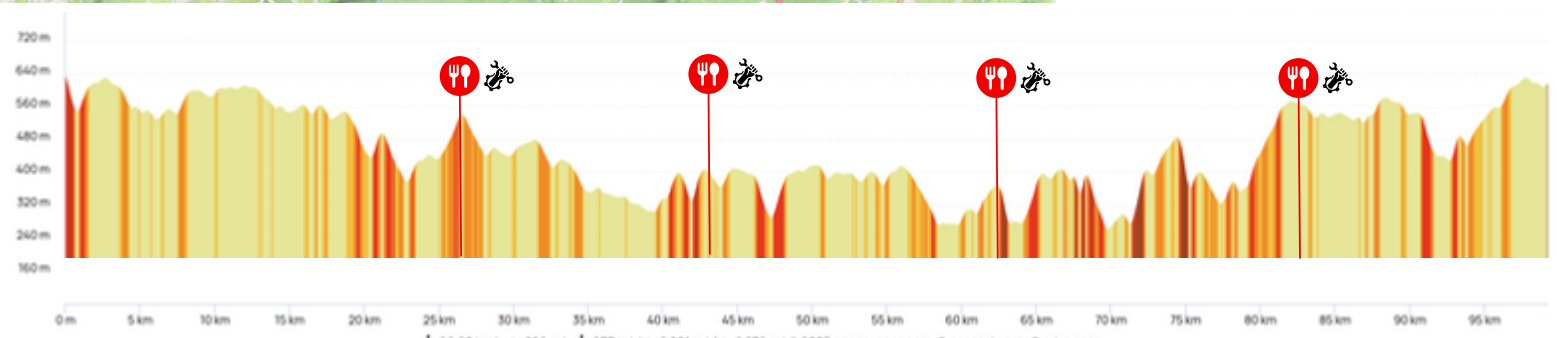


68 KM Climbing 1700 M


ULTRA 4000

99 KM Climbing 2600 M

ULTRA 6000




Données techniques

 Lieu: Rue de bérismenil - 6982 Bérismenil
50.18277, 5.66439



ULTRA 4000	25 KM
ULTRA 6000	25 KM

 Lieu: Col du Haussire - La Roche en Ardenne
50.205728, 5.609997

ULTRA 4000	55 KM
ULTRA 6000	86 KM

 Lieu: Rue Engreux - 6663 Engreux
50.12907, 5.69937

ULTRA 6000	42 KM
------------	-------

 Lieu: Foot de Nadrin - Rue du tiere - 6660 Nadrin
50.158046, 5.675724  DROP-OFF

ULTRA 4000	42 KM
ULTRA 6000	62 KM

GPX

Vous pouvez retrouver tous les fichiers gpx de votre weekend Ultra Raid via le QR code suivant



GPX TRACKS

Pas de panique si vous n'arrivez pas à scanner le QR code. Tout est ici:

<https://www.ultra-raid-haute-ardenne.be/guide-athlète-haute-ardenne>

E-MTB

Option batterie de recharge – E-Bike (EMTB compétition inclus)

Pour améliorer le confort des participants roulant en VAE (hors course EMTB), nous mettons en place un service gratuit de dépôt de batterie le matin de l'épreuve :

- 🗑️ Vous pouvez déposer une batterie de recharge avant le départ.
- 🚚 Elle sera acheminée et disponible au ravitaillement principal, situé à peu près à mi-parcours (voir les profils d'étape).
- ✅ Ce service est gratuit et vise à vous offrir plus de liberté sur les longues distances.





6D SPORTS NUTRITION

6d est notre partenaire nutrition sur l'ULTRA RAID HAUTE ARDENNE. Vous pourrez donc profiter de produits de la marque sur nos ravitaillements.

www.6dsportsnutrition.com



INFORMATIONS UTILES

ULTRA E-MTB/ 3000/ 4000/ 6000

- Si vous décidez de venir en camping car, nous vous conseillons de ne pas arriver trop tard. Le nombre de places disponibles est limité.
- Nous fermerons les bikes park de 22.00 à 6.00. Cela signifie qu'après 22.00 plus aucun passage ne sera possible dans le bike park. Notre bike park sera gardé par des agents de sécurité. Vous n'êtes pas obligé d'y mettre votre vélo.
- GPS OBLIGATOIRE: Le gps est obligatoire pour cette édition 2026. Les communes et régions que nous traversons nous demandent de plus en plus de limiter le fléchage dans les bois pour limiter les déchets en forêts et les gênes que cela peut occasionner. De plus, nous ne sommes jamais à l'abri d'avoir du débalisage sur les parcours, même après le passage de nos ouvriers. Les bifurcations seront toujours présentes évidemment. Si vous roulez en groupe, il est important d'avoir au moins un GPS avec les traces. Si vous roulez seul, vous devez absolument avoir votre propre GPS pour éviter les erreurs de parcours.

INFORMATIONS UTILES

DOUCHES

- Les douches et sanitaires sont prévus au près du centre Adeps de la Station Haute Ardenne, directement à quelques mètres de la ligne de départ.





HAUTE ARDENNE **ULTRA
RAID**

La Station Baraque de Fraiture

**VOS OPTIONS
A LA CARTE**

VOS OPTIONS A LA CARTE

FORMULE TRAITEUR

- Les participants et leurs accompagnants ayant opté pour la formule traiteur du week-end recevront un bracelet de couleur verte 📌
- 🍷 Ce bracelet donne accès aux repas servis tout au long du week-end au restaurant par le traiteur L'O'Bergine.
- 💧 Les boissons ne sont pas incluses, à l'exception de l'eau.
- ⚠️ Il est impératif de conserver le bracelet pendant tout le week-end, sans exception. L'accès aux repas ne sera autorisé que sur présentation du bracelet.

Bon appétit à tous et bon week-end sportif ! 🍷



MENU DU WEEKEND

FORMULE TRAITEUR



• VENDREDI 8 MAI

Pasta party: 4 sauces au choix (Bolognaise, Ardennaise, Végétarienne ou 4 fromages + fromage rapé, pain et beurre

• SAMEDI 9 MAI

Petit déjeuner:

- yaourt
- fromages différents (brie et gouda)
- charcuteries différentes (salami et jambon cuit)
- banane
- petit pain chocolat ou 1 croissant
- pistolet
- tranches de pain
- granola
- pt pot de confiture
- beurre
- lait pour granola

Interlude sucré avant souper

Souper Repas chaud: 4 plats cuisinés aux choix:

1. Jambon braisé aux herbes - Sauce Marchand de vin
2. Suprême de poulet jaune rôti au beurre de ferme - sauce brune au miel d'Halconreux et bière Lupulus Fructus
3. Cordon bleu haché de veau - Sauce crémeuse à la moutarde à l'ancienne et à l'estragon
4. Roulé de sôle limande - Sauce velouté bisquée à la Créole

Accompagnement: croquettes de pomme de terre, 3 sortes de légumes chauds, pain et beurre

MENU DU WEEKEND

FORMULE TRAITEUR



• DIMANCHE 10 MAI

Petit déjeuner:

- yaourt
- fromages différents (brie et gouda)
- charcuteries différentes (salami et jambon cuit)
- banane
- petit pain chocolat ou 1 croissant
- pistolet
- tranches de pain
- granola
- pt pot de confiture
- beurre
- lait pour granola

Interlude sucré avant souper

Souper Repas chaud:

Le barbecue classique: +/- 250g de viande par personne

- Collet de porc mariné
- Saucisse campagnarde
- Poulet tandoori

Accompagnement: pomme de terre grenailles au gros sel et à l'ail, 5 sortes de crudités, diverses sauces, pain, beurre.

VOS OPTIONS A LA CARTE

FORMULE BIKEWASH BY TOF CLEAN

- Les participants ayant souscrit à l'option lavage vélo bénéficieront d'un nettoyage professionnel assuré par notre partenaire Tof Clean.
- ✓ Pour que votre vélo soit pris en charge :
 - 🗝 Il doit impérativement être déposé dans le bike park gardé, un espace sécurisé strictement réservé au staff. Aucun accès public ne sera autorisé.
 - 📄 Lors du retrait des dossards, vous recevrez un bracelet spécifique avec votre numéro de dossard.
 - ⚠ Ce bracelet doit être porté en permanence pendant tout le week-end pour permettre l'identification et la prise en charge de votre vélo.

Un service pratique, sécurisé et efficace pour rouler propre chaque jour !



VOS OPTIONS A LA CARTE

MASSAGES D'APRES-COURSES

Les participants ayant souscrit à l'option massage bénéficieront d'un soin réalisé par une équipe professionnelle.

✔ Afin de faciliter leur travail et garantir une bonne hygiène, il est obligatoire de prendre une douche avant de se présenter à l'espace massage.

🕒 Les massages durent en général 15 à 20 minutes, en fonction des besoins et pathologies de chacun.

📍 Les séances sont proposées après chaque course, dans la zone dédiée à proximité de l'arrivée dans le bâtiment principal de la station.

⚠ Attention : le service de massage fermera à 17H30 le dimanche. Un moment de récupération bien mérité après l'effort !





Rent A Car

enterprise
rent-a-car

Louer une voiture ?

Découvrez notre service personnel et faites votre choix dans notre offre étendue en voitures et utilitaires récents à prix serrés.

- ✓ 40 bureaux de location
- ✓ Toujours des véhicules neufs
- ✓ Service personnalisé
- ✓ Assistance routière 24 / 24 - 7 / 7
- ✓ Réservez facilement online

Appelez-nous
0800 999 99
info@rentacar.be

Découvrez nos conditions et nos 40 agences partout en Belgique sur www.rentacar.be

INFOS PRATIQUES

NOS INSTALLATIONS SUR PLACE :

BAR / RESTAURANT



DOUCHES



WC



PARKING VELO SÉCURISÉ





SAMOËNS **ULTRA
RAID**

Les Montagnes du Giffre 🇨🇭 Haute Savoie

5.6.7. JUIN 2026

**REJOINS-NOUS POUR LA PREMIERE EDITION ALPINE
DES ULTRA RAID SERIES**

-15% avec le code **ULTRA-HA**

NOS PARTENAIRES



**La Roche
-en-Ardenne**



COMMUNE DE LIERNEUX
EN HAUTE ARDENNE - PROVINCE DE LIÈGE