

**« TOUS AU BERNSTEIN » veut faire découvrir au plus grand nombre les charmes de l'effort physique et des sentiers entourant le château...**

**4 parcours vous sont ainsi proposés en fonction de vos possibilités et de vos envies :**

**1. PARCOURS DES FAMILLES (de 8h à 13h)**

Parcours facile, accessible en marche ou marche sportive, même en poussettes (sportives...)

Départ du village pour une boucle de 12 Km, passant par le château.

Vous pourrez croiser des coureurs sur certains sentiers et les encourager !

Vous pouvez profiter du ravitaillement au château (s'inscrire au départ).

[voir le parcours 12Km \(lien openrunner\)](#)

**2. MONTEE DES SPORTIFS (Départ 9h30)**

Montée sportive entre le village et le château. Trajet sur des sentiers du club vosgien. 9 km et 400 de dénivelé positif à gravir. Course chronométrée.

**Catégories :**

- Individuel
- Double mixte (un masculin et une féminine – passage du check point Km5 ensemble et arrivée ensemble)

[voir le parcours 9Km \(lien openrunner\)](#)

**3. TOUR DES COSTAUDS (Départ 8h15)**

Le parcours pour ceux qui veulent aller plus loin dans l'effort. Vous explorerez les plus beaux sentiers autour du château. Au final, 19 Km et 1000 mètres de dénivelé positif. Course chronométrée.

**Catégories :**

- Individuel
- Double mixte (un masculin et une féminine – passage des check points KM5 et KM14 ensemble et arrivée ensemble)

[voir le parcours 19Km \(lien openrunner\)](#)

**4. COURSE DES ENFANTS (Départ 11h)**

Les enfants participent à la fête. **Course non chronométrée** entre la cabane du Kasmarkt et le château. *Départ à 300 m du parking Schuwaldplatz, accessible en voiture.*

Enfants nés en 2012 et après : 300 m

Enfants nés 2011-2010-2009 : 700m


Enfants nés en 2008 et avant : 700m

*Les parents peuvent accompagner les enfants sur le tracé pendant la course...*

**5. RETOUR ENTRE LE CHATEAU ET LE VILLAGE**

**L'arrivée des courses se situe devant le château du Bernstein !**

Le retour entre le château et le village peut se faire :

- soit en suivant le circuit des familles (6 km)
- soit en descendant via le sentier  (2km)