



Sortie du club Ascona-Locarno run

10-11 octobre 2026

Le trajet (samedi)

Voyage libre

Covoiturage à coordonner entre les participants

Propositions de voyage de départ en train

▶ Train direct :

- ▶ Départ de la gare de Lausanne à 6h40 et arrivée à Locarno à 10h57

▶ Train avec correspondance à Brig et Domodossola, par le Centovalli

- ▶ Départ de la gare de Lausanne à 7h48 de Lausanne , arrivée à Locarno à 12h20



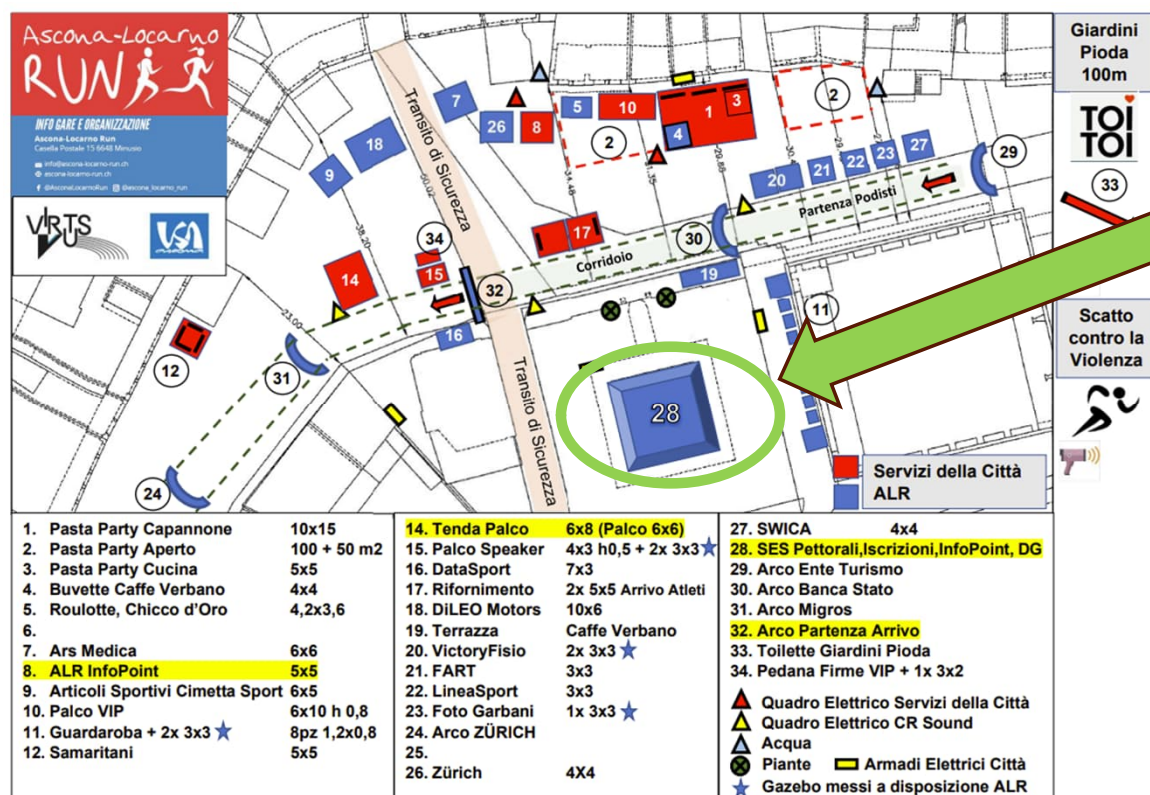
Le programme de samedi

Arrivée à Locarno et repas de midi libre

- ▶ 14h00 RDV à Locarno Piazza Grande pour la prise des dossards (Plan [ici](#))
- ▶ Trajet Locarno-Tenero (train ~7 minutes)
- ▶ 16h00 Prise des chambres et dépose des sacs au CSN
- ▶ 18h00 Sunset shake out run au CSN
- ▶ 19h30 Souper commun au CSN



Le programme de samedi



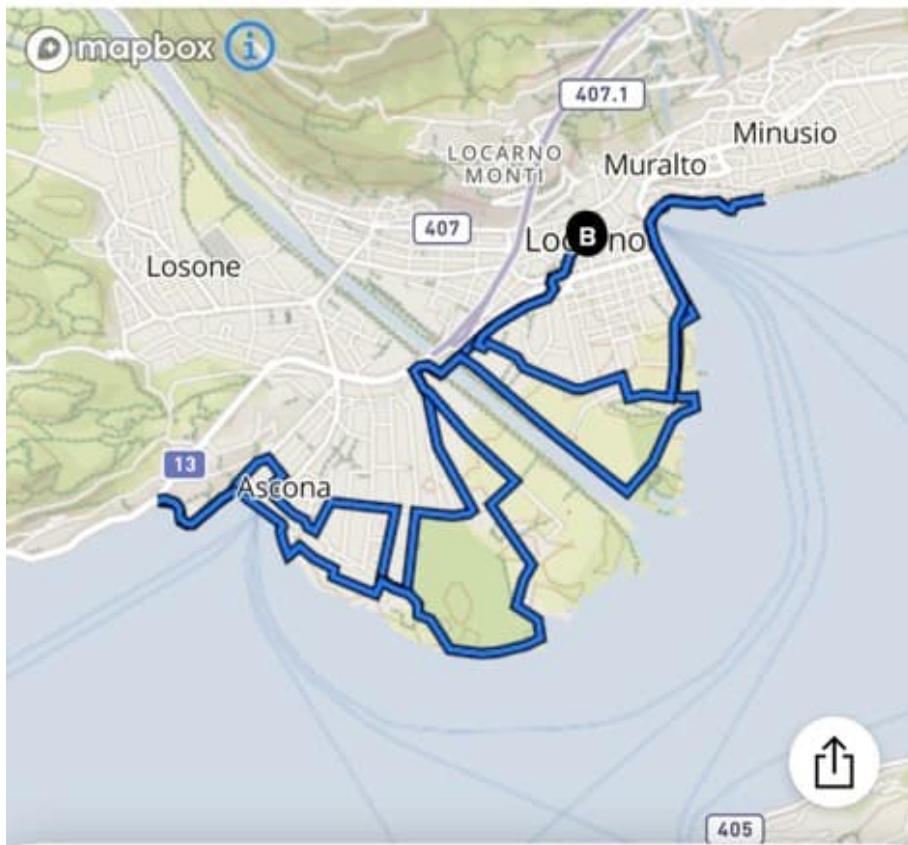
Retrait des dossards

La course

- ▶ Inscription individuelle [DATASPORT](#)
- ▶ 21 km Mezza maratona - Ascona-Locarno Run
- ▶ 10 km Corsa dei 10 km, Ascona-Locarno Run



La course parcours et profil



Le programme de dimanche

- ▶ 6h20-7h15 Petit déjeuner
- ▶ 7h20 Libérer les chambres
- ▶ 7h30 Départ du CSN pour la course
 - ▶ Plan des vestiaires et consignes ([ici](#))
- ▶ 8h30 Echauffement et photo de groupe
- ▶ 9h10 Départ de la course (Semi-marathon)
 - ▶ 13h00 remise des prix
- ▶ 12h00 Départ de la course (10 KM)
 - ▶ 13h30 remise des prix

Pasta party dès 12h00

Départ libre



Le trajet (dimanche)

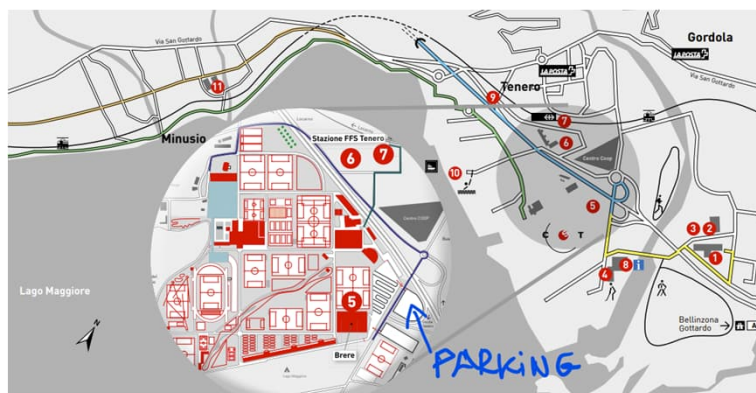
Voyage libre

Propositions de voyage de retour en train

- ▶ Train avec correspondance à Brig et Domodossola, par le Centovalli
 - ▶ Départ de la gare de Locarno à 14h51, arrivée à Lausanne à 19h12
 - ▶ Départ de la gare de Locarno à 15h51, arrivée à Lausanne à 20h12
- ▶ Train direct :
 - ▶ Départ de la gare de Locarno à 19h00 et arrivée à Lausanne 23h20



Les parkings



Du centre sportif

De la course



[piantina-spogliatoi-parcheggi.png \(1000×1000\)](#)



Les règles au centre sportif national:

Les participants font eux-mêmes leur lit.

Draps et housses de duvet sont fournis (**pas les serviettes de toilette**).

– Respecter le silence nocturne (22h30-6h30)

Avant le départ:

1. enlever les draps, les taies d'oreiller et les housses de duvet et les déposer dans le bac gris à l'étage.
2. jeter les ordures dans les bacs prévus à cet effet en respectant le tri sélectif (PET, carton, verre, métal et plastique)
3. nettoyer grossièrement le sol (matériel à disposition)



Rappels

- Allergies et régimes alimentaires à communiquer
- Inscription individuelle [DATASPORT](#)
- Prendre le T-shirt du club pour la photo de groupe
- Serviette de toilette
- Maillot de bain
 - l'entrée au Lido de Locarno est gratuite le 11.10.2026 avec le dossard

