Le Grand trail de Serre-PonÃ§on se jette Ã lÂ'eau en septembre 2020 !

BrÃ¨ves des organisateurs

PostÃ© par : MAT

PubliÃ©e le : 18/2/2019 13:13:45



Le Grand trail de Serre-PonÃ§on se jette Ã l'eauÂ en septembre 2020 !

Â Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin.

En 2018, FranÃ§ois D'Haene a marquÃ© les espritsÂ ! Le 20 septembre dernier, il s'Ã©lanÃ§ait d'Embrun pour boucler le tour du lac de Serre-PonÃ§on, dans les Hautes-Alpes, par ses plus hautes cimes en un peu plus de 34 heures.

Un dÃ©fi qu'il souhaitait partager, embarquant avec lui sur les 170km et 10Â 000 mÃ¨tres de dÃ©nivelÃ© positif ses deux compÃ¨res, Alexis Traub et Guillaume Provost, qui l'accompagnent en tant que Â«Â pacersÂ Â» sur ses dÃ©fis annuels et qui n'avaient jamais bouclÃ© une distance Â«Â ultraÂ Â».

Ce dÃ©fi haut alpin a suscitÃ© un grand engouement, aussi bien dans la communautÃ© trail que sur le territoire de Serre-PonÃ§on oÃ¹ depuis, tout le monde se demande si ce parcours deviendra le support d'un Grand Trail.

En 2019, du 8 au 11 juin prochain, 8 trailers membres de l'association Trail2Vie s'Ã©lanceront sur les traces de FranÃ§ois D'Haene pour rÃ©pÃ©ter le parcours sur 4 jours, et dÃ©montrer qu'un tel pari est rÃ©alisable par des sportifs moins capÃ©sÂ ! Â Un vrai dÃ©fi avec des journÃ©es proches des 50km et 3000 mÃ¨tres de dÃ©nivelÃ©Â ! ParrainÃ© par StÃ©phane Ricard, champion du monde de course en raquette, et partenaire de l'ADOC 04-05 qui Âœuvre au dÃ©pistage du cancer du sein et du colon, l'association Trail2Vie a pour but de soutenir cette cause Ã travers ses dÃ©fis sportifs.

Cette Â«Â rÃ©pÃ©titionÂ Â» printaniÃ¨re sera aussi l'occasion d'Ã©prouver le parcours et sa formule une seconde fois avant **la premiÃ¨re Ã©dition, ouverte Ã tous, du Grand Trail de Serre-PonÃ§on, les 18, 19 et 20 septembre 2020.**

Ce sera le premier trail des Hautes Alpes avec une distance supÃ©rieure Ã 160km. Deux distances plus abordables, l'une de 45 au dÃ©part de Savines-le-Lac et l'autre de 15 km, au dÃ©part d'Embrun, complÃ¨teront la formule.

Par sa formule originale, le Grand Trail de Serre-PonÃ§on veut capitaliser sur les valeurs originelles de la course en montagne, l'entraide, la solidaritÃ©, et la connaissance du milieu naturel, en mettant tous les coureurs sur un pied d'Ã©galitÃ©.

Le Grand Trail de Serre-PonÃ§on se parcourra par Ã©quipe de 2 Ã 3 coureurs indissociables du dÃ©part Ã l'arrivÃ©e. 4 Â«Â bases de vieÂ Â» jalonneront le parcours. Les temps d'arrÃªt minimum y seront imposÃ©s (de 30mn Ã la premiÃ¨re Ã 45mn pour la derniÃ¨re) afin de permettre Ã chaque Ã©quipe de se redonner de la vigueur.

Embrun, sera la ville de dÃ©part et d'arrivÃ©e du Grand Trail. Une citÃ© habituÃ©e Ã recevoir des Ã©vÃ©nements de cette envergure. Elle accueille rÃ©guliÃ¨rement comme en 2019 le Tour de France, a vu naitre le mythique Embrun Man, un triathlon XXL parmi les plus durs au monde, ou encore l'Outdoor Mix Festival, un Ã©vÃ¨nement dÃ©diÃ© aux sports outdoors.

Fiche technique

ℜ•ℜ€ℜ€ℜ€ℜ€ℜ€ℜ€ℜ€ Le parcours du Tour duÂ Lac de Serre-PonÃ§on par les

sommets

171 km / 10 500D+. 90% du parcours sur sentier. Embrun, rive du Lac de Serre-PonÃ§on, Fontaine de l'Ours, Pic de Morgon, Col du Morgonnet, Pic de Dormillouse (04), Mont Colombis, Pic de Piolit, Col de la Coupa, Mont Guillaume, Embrun. 4 bases de vie (avec un arrÃªt pour ravitaillement et repos obligatoire) : 1> Le Lauzet / 2> Rousset-Apiland / 3> Ancelle / 4> RÃ©allon - Les Gourniers

Â

Â·Â Â Â Â Â Â Le programmeÂ :

DÃ©part du Grand Trail le vendredi 18 septembre 2020 Ã 9h d'Embrun

ArrivÃ©e du premier team le samedi 19 septembre 2020 Ã Embrun vers 15 h (30h estimatif temps de course)

ArrivÃ©es Ã©chelonnÃ©es jusqu'au dimanche 20 septembre 2020 Ã 15 h

Remise des prixÂ : le dimanche Ã 15 h

Â

DÃ©part du Trail Lac et montagneÂ : Â le samedi 19 septembre Ã 9h de Savines le Lac

Course en individuelÂ : Savines le Lac, Aiguilles de ChabriÃ¨res, et final par le parcours du Grand Trail Ã partir des Gourniers. ArrivÃ©eÂ Ã Embrun des premiers vers 14h le samedi 19

septembre (5h temps estimatif de course)

Environ 45 km / 3000D+

Â

DÃ©part du Trail Â«Â Sprint d'EmbrunÂ»Â le Dimanche 20 septembre Ã 10h d'Embrun

Course en individuelÂ : ArrivÃ©eÂ Ã Embrun des premiers vers 11h le dimanche 20 septembre (1h15mn temps estimatif de course)

Environ 15 km / 500D+

Â

ℜ•ℜ€ℜ€ℜ€ℜ€ℜ€ℜ€ℜ€ L'Ã©quipe d'organisation

Â

Direction administrative

Olivier PelloquinÂ

Co direction sportive

Jean-Michel Faure-VincentÂ et Serge MoroÂ

Direction communication

Alexis AubespinÂ

PrÃ©sidence de l'association Grand Trail de Serre-PonÃ§on

Jean-Philippe BrÃ©ardÂ

Les responsables de secteurÂ :

Secteur DÃ©part- le MorgonnetÂ : Thierry Philippe Â Â–Thomas Postillon

Secteur 04Â (Le Lauzet- Dormillouse- La BrÃ©ole) : AimÃ© Arnaud- Romain Giacommetti

Secteur Rousset-Espinasses (Colombis- Chorges)Â : Bruno Robert Â– Arthur Guntz- Florent Gay-Hughes - Jean-Philippe BrÃ©ardÂ

Secteur Chorges-Ancelle (Piolit- La Coupa)Â : SÃ©bastien Talfer- Olivier Pelloquin - Jean-Philippe BrÃ©ardÂ

Secteur Les Gourniers-Mont Guillaume- ArrivÃ©eÂ : Thierry Philippe Â– Serge Moro

Responsables des trails de 45km et 15kmÂ :

Jacques Pierrecy et Claude Vilquin

Au pied du Parc National des Ecrins, le lac de Serre-PonÃ§on Ã©tale ses 3000 hectares d'eau pour offrir aux montagnes alentours un miroir d'exception. SituÃ© Ã 780m d'altitude, il est entourÃ© de cimes dont les altitudes moyennes se situent autour des 2500m. La plupart de ces sommets seront empruntÃ©s par le tracÃ©, c'est donc un trail extrÃªmement panoramique et trÃ¨s aÃ©rien qui dÃ©roulera ses sentiers autour du lac. Le tracÃ© permettra de faire le lien entre les diffÃ©rents territoires qui composent le lac de Serre-PonÃ§on, les Hautes-Alpes et les Alpes de Haute-Provence. L'Ã©preuve sera le reflet d'une vision sportive de ce territoire de nature oÃ¹ se mÃªlent les activitÃ©s aquatiques et montagnardes.

Contact organisationÂ :Â grandtrailserreponcon@gmail.com



crÃ©dit photo : Damien ROSSO