



Inscription*,
renseignements complémentaires,
règlement, programme détaillé, hébergements
et accès **exclusivement** sur :

<http://www.cdf-chateauneuf-miravail.fr>

* Inscription exclusivement sur le site jusqu'au 16/08/2014.
Pas d'inscription sur place pour le 45 et 21 km, inscription possible sur le 11 km sans repas.



Dans le cadre du trail
notre association parraine
Enfants du Monde.



NOS PARTENAIRES



Région
Provence-Alpes-Côte d'Azur
Partenaire principal



et les communes de la vallée du jabron.



Flashez-moi!

5^{ÈME} TRAIL

LA BELLE ALURE

Samedi 23 Août 2014

<http://www.cdf-chateauneuf-miravail.fr>

3 Nouveaux parcours au cœur des Alpes de Haute Provence 04

Course 45 km
Qualificative
pour l'Ultra-Trail
du Mont-Blanc
2015



LA LURE
45 km
2200m.D+

LE CONTRAS
21 km
1100m.D+

LES ROUMÈGÈRES
11 km
350m.D+

MANIFESTATION SPORTIVE
ÉCO-RESPONSABLE



LURE
1826



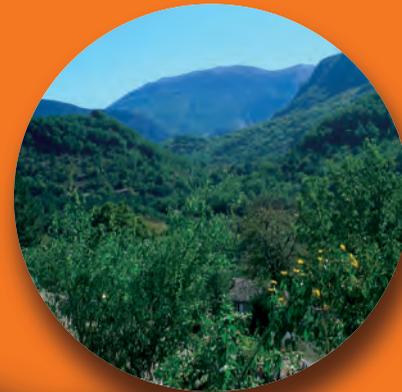
Course 45 km
Qualificative
pour l'Ultra-Trail
du Mont-Blanc
2015

Lange

LA
LURE
45 km
2200m.D+

Cette année,
le sommet de Lure
sera l'objectif des trailers
qui opteront pour le circuit long.
Parcours 100 % nature, au départ de Lange,
les participants emprunteront pistes
et sentiers de randonnées (GR946, GR6)
sous les contreforts de la montagne de Lure
pour atteindre le Pas Jean Richaud (1441 m)
et enchaîner la longue et imposante traversée en crête de Lure. Pas de Graille,
Sommet de Lure (1826 m), sommet de l'Homme, Baisse de Malcort,
Contras et col St Vincent seront au menu de cette chevauchée dorsale (environ 16 km).
Du col St Vincent, une hêtraie remarquable guidera les trailers
vers le hameau de Lange pour recevoir les acclamations bien méritées
et partager un repas en toute convivialité.

LE CONTRAS
1629



Lange



inscriptions exclusivement
en ligne jusqu'au 16/08/2014.
Pas d'inscription sur place.
Nombre d'inscriptions limité.

Lange

LE
CONTRAS
21 km
1100m.D+

Départ de Lange (711m),
suivre une piste longeant le torrent de Druigne
et défier la montée vers le plateau de Jansiac (980 m)
par la piste forestière du ravin de Bracuen.
Poursuivre jusqu'à la Parandière et braver l'ascension jusqu'à la baisse
de Malcort (1368 m) sur un tapis de feuilles de hêtres et le raidillon
pour atteindre le point haut de l'épreuve (1629m)
en crête de Lure bordant le Contrás.
Prolonger l'effort vers le sommet du Goï (1542m)
et entamer la longue descente, tout d'abord sur une sente à travers bois,
puis sur le GR de pays à partir du col St Vincent (1287m)
vers le hameau de Lange.



Lange



inscriptions exclusivement
en ligne jusqu'au 16/08/2014.
Pas d'inscription sur place.
Nombre d'inscriptions limité.

Lange

LES
ROUMÉGIÈRES
11 km
350m.D+

Départ de Lange (711m),
prendre la piste longeant le torrent de Druigne
et affronter la piste forestière du ravin de Bracuen
pour entrer sur un replat de 2,5 km dans une magnifique hêtraie.
Rejoindre le GR de pays et entamer une descente facile
pour rejoindre le hameau de Lange.



Lange



inscriptions en ligne
jusqu'au 16/08/2014.
possibilité de s'inscrire le jour
sans repas en fonction
du nombre de places
encore disponibles

