

LE GRAND TRAIL Serre-Ponçon

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



Ce défi haut alpin a suscité un grand engouement, aussi bien dans la communauté trail que sur le territoire de Serre-Ponçon où 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'élanceront sur les traces de François D'Haene pour répéter le parcours sur 4 jours, et démontrer qu'un tel pari est réalisable par des sportifs moins capés ! Un vrai défi avec des journées proches des 50km et 3000 mètres de dénivelé ! Parrainé par Stéphane Ricard, champion du monde de course en raquette, et partenaire de l'ADOC 04-05 qui œuvre au dépistage du cancer du sein et du colon, l'association Trail2Vie a pour but de soutenir cette cause à travers ses défis sportifs.

Cette « répétition » printanière sera aussi l'occasion d'éprouver le parcours et sa formule une seconde fois avant **la première édition, ouverte à tous, du Grand Trail de Serre-Ponçon, les 18, 19 et 20 septembre 2020.**

Ce sera le premier trail des Hautes Alpes avec une distance supérieure à 160km. Deux distances plus abordables, l'une de 45 au départ de Savines-le-Lac et l'autre de 15 km, au départ d'Embrun, compléteront la formule.

Par sa formule originale, le Grand Trail de Serre-Ponçon veut capitaliser sur les valeurs originelles de la course en montagne, l'entraide, la solidarité, et la connaissance du milieu naturel, en mettant tous les coureurs sur un pied d'égalité.

Le Grand Trail de Serre-Ponçon se jette à l'eau en septembre 2020 !

En 2018 François D'Haene a marqué les esprits ! Le 20 septembre dernier, la star mondiale de l'ultra trail s'élançait d'Embrun pour boucler le tour du lac de Serre-Ponçon, dans les Hautes-Alpes, par ses plus hautes cimes en un peu plus de 34 heures.

Un défi qu'il souhaitait partager, embarquant avec lui sur les 170km et 10 000 mètres de dénivelé positif ses deux « compères », Alexis Traub et Guillaume Provost, qui l'accompagnent en tant que « pacers » sur ses défis annuels et qui n'avaient jamais bouclé une distance « ultra ».

Le Grand Trail de Serre-Ponçon se parcourra par équipe de 2 à 3 coureurs indissociables du départ à l'arrivée. 4 « bases de vie » jalonnent le parcours. Les temps d'arrêt minimum y seront imposés (de 30mn à la première à 45mn pour la dernière) afin de permettre à chaque équipe de se redonner de la vigueur.

Embrun, sera la ville de départ et d'arrivée du Grand Trail. Une cité habituée à recevoir des événements de cette envergure. Elle accueille régulièrement comme en 2019 le Tour de France, a vu naître le mythique Embrun Man, un triathlon XXL parmi les plus durs au monde, ou encore l'Outdoor Mix Festival, un événement dédié aux sports outdoors.



Au pied du **Parc National des Ecrins**, le **lac de Serre-Ponçon** étale ses 3000 hectares d'eau pour offrir aux montagnes alentours un miroir d'exception. Situé à 780m d'altitude, il est entouré de cimes dont les altitudes moyennes se situent autour des 2500m. La plupart de ces sommets seront empruntés par le tracé, c'est donc un **trail extrêmement panoramique et très aérien** qui déroulera ses sentiers autour du lac. Le tracé permettra de faire le lien entre les différents territoires qui composent le **lac de Serre-Ponçon, les Hautes-Alpes et les Alpes de Haute-Provence**. L'épreuve sera le reflet d'une vision sportive de ce territoire de nature où se mêlent les activités aquatiques et montagnardes.



Fiche Technique

• LE PARCOURS DU TOUR DU LAC DE SERRE-PONÇON PAR LES SOMMETS

171 km / 10 500D+. 90% du parcours sur sentier. Embrun, rive du Lac de Serre-Ponçon, 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 :

- 1> Le Lauzet
- 2> Rousset-Apiland
- 3> Ancelle
- 4> Réallon - Les Gourniers

• LE PROGRAMME :

- Départ du Grand Trail**
- Le vendredi 18 septembre 2020 à 9h d'Embrun
- **Arrivée du premier team** le samedi 19 septembre 2020 à Embrun vers 15 h (30h estimatif temps de course)
- **Arrivées échelonnées** jusqu'au dimanche 20 septembre 2020 à 15 h
- **Remise des prix** : le dimanche à 15 h

Départ du Trail «Lac et montagne»

- Le samedi 19 septembre à 9h de Savines le Lac.
- Course en individuel** : Savines le Lac, Aiguilles de Chabrières, et final par le parcours du Grand Trail à partir des Gourniers.

- **Arrivée à Embrun** des premiers vers 14h le samedi 19 septembre (5h temps estimatif de course)
- **Environ 45 km / 3000D+**

Départ du Trail «Sprint d'Embrun»

- Le Dimanche 20 septembre à 10h d'Embrun
- Course en individuel.**
- **Arrivée à Embrun** des premiers vers 11h le dimanche 20 septembre (1h15mn temps estimatif de course)
- **Environ 15 km / 500D+**

L'équipe d'organisation

- **Direction administrative** : Olivier Pelloquin
- **Direction communication** : Alexis Aubespain
- **Co direction sportive** : Jean-Michel Faure-Vincent et Serge Moro
- **Présidence de l'association Grand Trail de Serre-Ponçon** : Jean-Philippe Bréard

Les responsables de secteur

- **Secteur Départ- le Morgonnet** : Thierry Philippe et Thomas Postillon.
- **Secteur Charges-Ancelle** (Piolit- La Coupa) : Jean-Philippe Bréard, Sébastien Talfer et Olivier Pelloquin.
- **Secteur 04** (Le Lauzet- Dormillouse- La Bréole) : Aimé Arnaud et Romain Giacommetti.
- **Secteur Les Gourniers-Mont Guillaume- Arrivée** : Thierry Philippe et Serge Moro.
- **Secteur Rousset-Espinasses** (Colombis- Charges) : Bruno Robert, Arthur Guntz, Florian Gay-Hughes et Jean-Philippe Bréard.
- **Responsables des trails de 45km et 15km** : Jacques Pierrecy et Claude Vilquin.

CONTACT ORGANISATION : grandtrailserreponcon@gmail.com

Territoire : Alexis Aubespain - 06 19 24 98 79 | **Sport National** : Jean-Michel Faure-Vincent - 06 50 17 22 34