

# 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'élance 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 » jalonneront 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

- **Co direction sportive** :  
Jean-Michel Faure-Vincent  
et Serge Moro

- **Direction communication** :  
Alexis Aubespin

- **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 04 (Le Lauzet- Dormillouse- La Bréole)** : Aimé Arnaud et Romain Giacommetti.

- **Secteur Rousset-Espinasses (Colombis- Chorges)** : Bruno Robert, Arthur Guntz, Florian Gay-Hughes et Jean-Philippe Bréard.

- **Secteur Chorges-Ancelle (Piolit- La Coupa)** : Jean-Philippe Bréard, Sébastien Talfer et Olivier Pelloquin.

- **Secteur Les Gourniers-Mont Guillaume- Arrivée** : Thierry Philippe et Serge Moro.

- **Responsables des trails de 45km et 15km** : Jacques Pierrecy et Claude Vilquin.

CONTACT ORGANISATION : grandtrailserreponcon@gmail.com

Territoire :  
Alexis Aubespin - 06 19 24 98 79

Sport National :  
Jean-Michel Faure-Vincent - 06 50 17 22 34