



Montanaspe

Date de début : 2020-06-13 **Date de fin :** 2020-06-13

3 parcours difficiles, typés Montagne. Située à l'ouest du massif pyrénéen, au coeur du Parc National des Pyrénées, la vallée d'Aspe, est un lieu privilégié pour la pratique du Trail. L'activité pastorale très forte encore aujourd'hui, la transhumance et les montées en estive, ont suscité depuis longtemps bien des défis entre bergers ou "gens de montagne". En été, chaque village propose sa course à la montagne, une boucle, plus ou moins longue, de type kilomètre vertical, très pentue, ou les locaux s'affrontent avant d'aller faire la fête(Sud Ouest oblige!). L'association MONTAN'ASPE perpétue cette tradition, à travers l'organisation du Trail. Quel que soit le parcours choisi, il ne faudra pas en sous estimer la difficulté. Le dénivelé est très important, avec de fortes pentes. Suivant la distance, il vous faudra gravir 1, 2 ou 3 sommets: le soum du Layens, le pic Teulère et le Bergout via le Cap de Lacoste. Le point culminant se situant à 1625 mètres d'altitude. Les courses se font en semi autonomie, une bonne préparation physique est nécessaire pour boucler les différents circuits. Nous faisons l'effort de faucher l'intégralité du parcours, pour une meilleure lisibilité des sentiers et offrir des conditions de course optimum.

Localisation : Mairie de Bedous place François Sarraille - 64490 Bedous

Adresse Web : <https://www.trail-montanaspe.com/>

Préstations :

Détail des épreuves :

Montanaspe noire

Piste noire Trail longue distance de 53 km / 3500 m D+ (3 points ITRA) Selon la réglementation des courses hors stade, cette épreuve est ouverte aux personnes de 20 ans et plus. Un peu plus long, un peu plus haut... La course passe au sommet du Layens 1625 m reste sur la crête sommitale jusqu'au col d'Houssa et rejoint le tracé initial par les cabanes d'Arres. Départ : 6h 30 de la salle polyvalente de Bedous Barrière horaires: 11h au ravitaillement de la salle polyvalente 15h au ravitaillement d'AYDIUS Ravitaillements : pensez à votre éco-tasse il n'y a plus de gobelets Col de Bergout (Osse): eau + solide + boisson gazeuse. Village Bedous: eau + solide + boisson gazeuse. Plateau d'Ourdinse: eau + boisson isotonique. Aydius: eau + solide + boisson gazeuse. Bergout (Accous): eau + solide + boisson gazeuse. Arrivée: eau + solide + boisson gazeuse. Retrait des dossards: il se fera à la salle polyvalente de BEDOUS le vendredi 12 juin, veille de la course, entre 17h00 et 21h00. et le samedi 13 juin entre 5h30 et 6h15 Tarif inscription: 35,00 ☐

Distance : 53km

Lieu de départ : Bedous

Lieu d'arrivée : Bedous

Dénivelé + : 3500m

Dénivelé - : 3500m

Tarif :35€

Montanaspe rouge

Selon la réglementation des courses hors stade, cette épreuve est ouverte aux personnes de 20 ans et plus. Piste rouge Cette course fait partie du challenge des trails de la nouvelle Aquitaine

Trail moyenne distance de 29km / 2060 m D+ Départ : 9h30 de la salle polyvalente de Bedous Barrière Horaire : 15h au ravitaillement d'Aydius La course dans la course La montée à l'Oudinse en mode kilomètre vertical, montée sèche de 1062 m sur 5 km, récompense au 1er coureur et coureuse reliant le pointage.

Ravitaillements: pensez à votre éco-tasse il n'y aura plus de gobelet Plateau d'Ourdinse: eau + boisson isotonique. Aydius: eau + solide + boisson gazeuse. Bergout (Accous): eau + solide + boisson gazeuse. Arrivée: eau + solide + boisson gazeuse. Retrait des dossards: Il se fera à la salle polyvalente de BEDOUS le vendredi 12 juin, veille de la course, entre 17h00 et 21h00 ou le samedi 13 juin entre 7H00 et 9h Tarif inscription: 25,00 ☐

Distance : 29km

Lieu de départ : Bedous

Lieu d'arrivée : Bedous

Dénivelé + : 2060m

Dénivelé - : 2060m

Tarif :25€

Montanaspe bleue

Piste bleue Parcours découverte de 13 km / 830 m D+: Départ : 10h30 de la salle polyvalente de Bedous Depuis 2016 le parcours est ouvert aux cadets 16-17 ans classement pour cette catégorie) Cette course est ouverte aux joëlettes (8 coureurs pour une équipe). Les personnes intéressées par ce défi doivent contacter l'organisation. Temps à battre : 2H 58mn et 21s Ravitaillements: pensez à votre éco-tasse il n'y a plus de gobelet Bergout (Accous): eau + solide + boisson gazeuse. Arrivée: eau + solide + boisson gazeuse. Retrait des dossards: Il se fera à la salle polyvalente de BEDOUS le vendredi 12 juin 2019, entre 17h00 et 21h00 , ou le samedi 13 juin 2019 entre 8H00 et 10h Tarif inscription: 15,00 ☐

Distance : 13km

Lieu de départ : Bedous

Lieu d'arrivée : Bedous

Dénivelé + : 530m

Dénivelé - : 83015m

Tarif :15€
