



## **Trail des Forgerons annulé**

**Date de début :** 2021-03-21 **Date de fin :** 2021-03-21

Manifestation sur une journée, après avoir retiré le dossard les participants ont le café ou thé avec échaudés ou focaces offert, les ravitaillements sur les parcours, le ravitaillement de l'arrivée et la bière offerte, après la remise des récompenses le verre de l'amitié est offert ainsi qu'un repas convivial auquel il faut s'inscrire en avance au prix de 10Euro. Après la douche notre charmante ostéopathe Elodie prend soin de vous et c'est gratuit.

**Localisation :** Espace La Gare - 81160 Saint-Juèry

**Adresse Web :** <http://www.locapial.jimdo.com>

**Préstations :** Lots à tout les coureurs, coupes, bon d'achats, vin, jambons, ménager, couettes etc.....

### **Détail des épreuves :**

#### **Trail des Forgerons**

Le Trail des Forgerons part de la place des écoles vers les coteaux des Avalats par le GR 36, d'où l'on découvre la belle vallée du Tarn. Le chemin vous conduit sur le plateau avant de dévaler à travers bois sur une sente qui vous mène vers le ruisseau de Saumes. Inspirez bien avant de d'attaquer la montée vers le plateau de Besse. Une fois là haut vous récupèrerez tout en avançant et plongez vers le charmant village de Marsal. Là, les choses sérieuses commencent ! A travers bois vous cheminerez avec des hauts et des bas vers le point de vue de Gougeac. Récupérez, et vers le ruisseau de la Mouline vous irez avant de rejoindre le Combal. Ce n'est plus que pentes douces pour vous conduire vers le ruisseau de Saumes. Côté la rivière Tarn qui vous conduit vers les Avalats. Entrez dans l'enceinte de ce vieux village fortifié du Moyen Age, admirez la tour du XIV siècle et par une venelle vous sortez du château. Un sentier escarpé vous conduit à nouveau vers le plateau de la Besse. Là, devant vous à vos yeux s'étale la magnifique plaine albigeoise. Et à travers champs et jardins le chemin vous mène vers le trophée, où, seul, le vainqueur H & F soulèvent l'Enclume des Forgerons !!! Le parcours est à 90% de chemins et 10% de route. 3 ravitaillements sur le parcours et à l'arrivée

**Distance :** 30km

**Lieu de départ :** Espace la Gare à St-Juèry

**Lieu d'arrivée :** Espace la Gare à St-Juèry

**Dénivelé + :** 1000m

**Dénivelé - :** 0m

**Tarif :** 17€

---

## **La Course Nature**

La course Nature part de la place des écoles vers les coteaux des Avalats par le GR 36, d'où l'on découvre la belle vallée du Tarn. Le chemin vous conduit sur le plateau avant de dévaler à travers bois sur une sente qui vous mène vers le ruisseau de Saumes. Côté la rivière Tarn qui vous conduit vers les Avalats. Entrez dans l'enceinte de ce vieux village fortifié du Moyen Age, admirez la tour du XIV siècle et par une venelle vous sortez du château. Un sentier escarpé vous conduit à nouveau vers le plateau de la Besse. Là, devant vous à vos yeux s'étale la magnifique plaine albigeoise. Et à travers champs et jardins le chemin vous mène vers la ligne d'arrivée. Le parcours est à 90% de chemins et 10% de route. 1 ravitaillement sur le parcours et à l'arrivée

**Distance :** 14km

**Lieu de départ :** Espace la Gare à St-Juèry

**Lieu d'arrivée :** Espace la Gare à St-Juèry

**Dénivelé + :** 450m

**Dénivelé - :** 0m

**Tarif :**13€

---

## **La Forgeronnette**

Course entièrement Féminine: La Forgeronnette part de la place des écoles vers les coteaux des Avalats par le GR 36, d'où l'on découvre la belle vallée du Tarn. Une petite montée pour rejoindre le plateau de La Besse et une belle descente pour rejoindre les Avalats. Là, une grimpette vous mène vers le plateau de la Besse où, sous vos yeux, s'étale la magnifique plaine albigeoise. Et à travers champs et jardins le chemin vous emmène vers la ligne d'arrivée. Le parcours est à 80% de chemins et 20% de route. Ravitaillement à l'arrivée

**Distance :** 8km

**Lieu de départ :** Espace la Gare à St-Juèry

**Lieu d'arrivée :** Espace la Gare à St-Juèry

**Dénivelé + :** 150m

**Dénivelé - :** 0m

**Tarif :**8€

---