

11^{ème} Édition du trail de Noël

Apr^{ès} course

Posté par : DUBOST

Publié le : 7/11/2010 23:20:00

Pour cette 11^{ème} édition le trail de Noël conserve la même formule que celle de l'an passé :

La trace des Lutins, une course de 15 kms en individuel exclusivement, et le Trail de Noël, en équipe de 2 coureurs ou en individuel sur une distance de 26 kms. Cette année les 2 parcours seront nouveaux et dans le sens inverse de l'an dernier.

«La trace des Lutins» est un vrai trail court, technique, avec une grande partie sur monotrace. Il conviendra autant aux adeptes du «sprint» qu'aux autres et ceux qui voudront s'essayer au Trail.

Le «Trail de Noël» sera plus exigeant avec ses 1500m de dénivelé. Pour ceux qui le courront en équipe il faudra bien gérer les efforts pour passer la ligne d'arrivée ensemble.

Il pourra aussi se courir en individuel, mais emmener une équipe au bout reste un grand souvenir chez tous les coureurs.

Le départ des deux parcours sera commun et se fera à 9H00 du centre ville d'Ollioules. A peine le départ donné et la traversée du village effectuée, le chemin encore bitumé s'élèvera assez nettement pour vous emmener sur les hauteurs de Chateaufallon. Pour éviter les bouchons de l'an passé, la route sera prolongée par une large piste d'environ 1km pour vous conduire à un sentier et à l'Oppidum, premier site habité d'Ollioules, avec sa vue imprenable sur la baie de Sanary. Ensuite, direction le Broussan par un sentier en balcon dominant les gorges du Destel et les ruines du château d'Evenos construit au 10^{ème} siècle. Au bout de ce sentier s'élevant par un vallon pierreux, «La trace des lutins» se dirigera sur le plateau du Croupatier, et le seul ravitaillement prévu sur ce parcours. Puis, après le col du Télégraphe n°1, si le temps le permet, la vue est exceptionnelle, une descente en enfer vous conduira vers la Reppe et le village. Encore quelques mètres de grimpe dans les ruelles d'Ollioules et ce sera l'arrivée au gymnase n°1 un petit ravitaillement, des douches, et un repas complet chaud vous attendront.

Quant aux coureurs du grand parcours, arrivés au Broussan, ils continueront en direction du col de Garde n°1 se trouvera le premier ravitaillement, pour ensuite grimper au sommet du mont Caume point culminant de la course avec ses 800 m. De là, il faudra admirer le paysage à 180° de Cassis aux îles d'Hyères, avant d'attaquer une descente technique vers le village du Revest. Un peu de calme pour retrouver le panoramique du baou des 4 Aures n°1 un deuxième ravitaillement, qu'il ne faudra pas négliger, vous attendra. Car de suite une remontée s'ouvrira vous permettra de revenir sur le plateau du Croupatier, puis le col du

tÃ©lÃ©graphe oÃ¹ vous retrouverez le tracÃ© commun des deux parcours.