



VERDON TOURISME
1 DESTINATION, 3 PERSONNALITÉS
COMMUNIQUÉ DE PRESSE : TRAIL DES MÉLÈZES

TRAIL DES MELEZES DU MERCANTOUR 15 ET 16 JUILLET 2023

Verdon Tourisme, le mercredi 12 juillet 2023

Les différentes épreuves du Trail des Mélèzes du Mercantour, ainsi que les nombreuses animations qui s'y rapportent, se tiendront les 15 et 16 juillet 2023 au pied des fortifications de la cité médiévale de Colmars-les-Alpes. Les bénévoles de l'association Courir dans le Haut-Verdon, s'activent autour des derniers préparatifs pour permettre aux 500 coureurs de découvrir les montagnes de la haute vallée, mais aussi les édifices défensifs de la sentinelle des Alpes où Vauban a laissé son empreinte.

Au fil du temps, le Trail des Mélèzes du Mercantour s'est forgé une solide réputation parmi les pratiquants de courses pédestres de montagne. Bénéficiant d'une excellente image auprès des traileurs par son positionnement éco-responsable, ses parcours exigeants et les panoramas exceptionnels qu'offrent la haute vallée du Verdon. Il compte parmi les plus belles épreuves de trail du massif des Alpes du Sud.

Outre l'aspect purement sportif, il génère par ailleurs une véritable mobilisation de la population, des collectivités locales, des instances touristiques et des commerçants qui ont pour maître mot la convivialité.

Pour son édition 2023, le Trail des Mélèzes du Mercantour propose trois parcours adaptés aux différents niveaux de pratique, 2 épreuves pour les ados, ainsi qu'une mythique course des enfants qui est devenue au fil des ans un évènement dans l'évènement. L'équipe d'organisation est constituée d'une douzaine de membres permanents. Elle est coordonnée par René Rovera, ancien triathlète professionnel et traileur bien connu des circuits nationaux et internationaux, qui assure pleinement le rôle de directeur de course.

Installé depuis 2015 dans le Haut Verdon, René a mis toute sa passion et son expérience pour composer des parcours techniquement variés et offrant des vues à couper le souffle. C'est donc le long des sentiers de randonnée que la bataille entre les spécialistes de la discipline se tiendra. Le village de départ et d'arrivée, sera quant à lui dressé dans le pré des Lices à quelques mètres des remparts de Colmars-les-Alpes.



OFFICE DE TOURISME VERDON TOURISME

2 boulevard Saint-Michel - 04120 Castellane - www.verdontourisme.com - +33 (0)4 84 32 04 04
Contact presse : Gilles Gravier - gilles.gravier@verdontourisme.com - Tél. +33 (0)6 49 52 56 10



PLUSIEURS DISTANCES SONT PROPOSÉES

Dans la lignée des éditions antérieures, l'événement propose toujours au choix divers formats de course. Ils sont adaptés au niveau de pratique des traileurs et font l'objet d'un balisage méticuleux.

50 kms / + 3070m de dénivelé : Ce parcours propose une large partie au-dessus de 2000m d'altitude. Les caractéristiques et l'objectif restent de privilégier du chemin mono trace, très peu de route et de piste. Un parcours qui reste exigeant, qui laisse place au dépassement de soi pour les chasseurs de performance mais aussi au plaisir et à la contemplation pour tous les concurrents.

26.7 kms / + 1610 m de dénivelé : Ce parcours permet rapidement de se faire plaisir en empruntant la fameuse crête de l'Autapie, point culminant des deux courses. Il se montre un peu plus «roulant» sur la deuxième partie et mène sans difficulté technique jusqu'à la ligne d'arrivée.

10,7 kms / + 500 m de dénivelé : Accessible et varié, ce 10km donne la possibilité aux débutants de découvrir la discipline mais qui reste néanmoins un «vrai parcours de Trail». Même souhait que pour ses deux grands frères du 25km et 50km : du chemin et encore du chemin !

Courses des ados : Parce qu'il n'y a pas d'âge pour courir ! 5 kms pour les Minimes 14-15 ans (années de naissance 2008 et 2009) - 3 km pour les Benjamins 12-13 ans (années de naissance 2010 et 2011)

Courses pour les 3 - 11 ans : les organisateurs du Trail des Mélèzes du Mercantour invitent tous les enfants à vivre leurs premiers pas de traileur ! 3 ans : environ 200 m - 4-5 ans : environ 400 m - 6-7 ans : environ 800 m - 8-9 ans : environ 1200 m - 10-11 ans : environ 1800 m

L'ÉQUIPE GAGNANTE

Depuis son plus jeune âge, René Rovera n'a jamais cessé de cultiver des valeurs telles que le travail, la régularité, le sérieux, le respect de ses adversaires, de son corps mais aussi de la nature et de la vie sur terre. C'est aux côtés d'Anne-Claire Gourmelon, chargée de la coordination générale et de la communication, qu'ils animent tous deux un comité de pilotage d'une dizaine de personnes, tous habitants du Haut-Verdon. Chacun œuvre pour faire de cet événement un des plus beaux rendez-vous sportif de l'année. Le jour J, c'est plus d'une centaine de bénévoles qui vient renforcer les troupes pour offrir un accueil et une organisation optimale à tous les participants !

LE TRAIL DANS VERDON TOURISME

Le trail est un sport de course à pied sur longue distance, en milieu naturel et généralement sur des chemins de terre et des sentiers de randonnée en forêt ou en montagne. Trail est l'abréviation, propre aux francophones, de l'anglais trail running. Dans nos contrées alpines, la diversité des sentiers, la douceur toute relative du relief et les conditions météorologiques concourent à ce que le trail soit véritablement devenu une activité à part entière. De nombreux itinéraires sont d'ailleurs répertoriés et permettent aux accros de cette discipline très en vogue de parcourir plusieurs dizaines de kilomètres dans une même journée. Les événements sur ce thème ne manquent également pas : Trail des Mélèzes du Mercantour et Trail du Val d'Allos pour ne citer qu'eux sont tous les ans des rendez-vous attendus.

<https://www.verdontourisme.com/pratiquer-une-activite/randonnee-pedestre/les-parcours-trail/>

INSCRIPTIONS DE DERNIÈRE MINUTE

<https://sportips.fr/TMM23/>



OFFICE DE TOURISME VERDON TOURISME

2 boulevard Saint-Michel - 04120 Castellane - www.verdontourisme.com - +33 (0)4 84 32 04 04
Contact presse : Gilles Gravier - gilles.gravier@verdontourisme.com - Tél. +33 (0)6 49 52 56 10

