

LETTRE ADRESSEE A TOUS LES PARTICIPANTS A L'ULTRA TRAIL DE LA G.T.A 2010 du 15 au 28 août

A la date du 15 juin : Vous êtes 50 inscrits, dont 4 équipes relais et 10 féminines pour la semaine des Alpes du nord

Voici votre programme

Samedi 14 août : Vous pouvez arriver dans cette commune de Saint Gingolph située à la frontière Suisse à partir de 14h

Attention pour ceux qui ne pourront arriver que le dimanche 15 août, il est impératif d'arriver avant 9h
Saint Gingolph se trouve aux bords du Lac Léman, 18km après Evian les Bains

14h : Accueil, installation dans votre hébergement

16h : distribution des dossards, carnet de route, T.shirts etc...

18h : premier Briefing

19h : Pasta party offerte par la commune de Saint Gingolph

22h : Extinction des feux

Dimanche 15 août : 1ère étape de Saint Gingolph à La Chapelle d'Abondance : 25 km pour 1500m+

8h : petit déjeuner copieux

10h : inauguration d'une stèle pour immortaliser le GR 5

11h : Départ groupé "en présence des caméras de télévision" de cette G.T.A donné par Monsieur le Ministre Christian Estrosi maire de Nice, à confirmer.

11h45 : passage des premiers à Novel qui sera en fête pour vous accueillir

13h45 : arrivée des premiers à La Chapelle d'Abondance, devant le centre de vacances : Au gai soleil

Pas de ravitaillement sur cette 1ère étape

Buffet à l'arrivée

Réception à 18h

Repas à 19h30, au village de vacances : au gai soleil

Couchage

Lundi 16 août : 2ème étape de La Chapelle d'Abondance à Samoëns : 45km pour 2130m+

7h : départ du premier groupe

8h : départ du deuxième groupe

Ravitaillement au km 20

14h : Arrivée des premiers à Samoëns

Buffet à l'arrivée

Installation dans un centre de vacances à 3km environ du lieu d'arrivée (à préciser)

19h : repas dinatoire offert par la station de Samoëns

Mardi 17 août : 3^{ème} étape de Samoëns à Chamonix : 40 km pour 2730m+

7h : départ du premier groupe

8h : départ du deuxième groupe

8h30 : possibilité de faire partir un troisième groupe

Ravitaillement aux chalets d'Anterne

13h30 : Arrivée des premiers à Chamonix au même endroit que l'ultra trail du Mont Blanc

Buffet offert par le club des sports de Chamonix

Installation au centre UCPA d'Argentière en prenant le train touristique qui vous laissera à 300m du centre

19h30 : repas au centre UCPA très branché trail avec de nombreux stages organisés sur l'UTMB et encadré par Dawa

Mercredi 18 août : 4^{ème} étape de Chamonix aux Chapieux : 45km pour 2550m+

Retour à Chamonix par le train ou les mini bus

Départ à 7h30 pour le premier groupe

8h30 et 9h pour les autres groupes

Ravitaillement aux Contamines-Montjoie

14h : Arrivée des premiers aux Chapieux

Buffet offert par la commune de Bourg Saint Maurice

Installation sur place au gîte de la Nova

19h30 : repas et nuit au gîte

Jeudi 19 août : 5^{ème} étape des Chapieux au refuge de Rosuel (Peisey Valandry) :38km et 2020m+

Etape balisée par notre organisation

7h : premier départ

8h et 8h30 : départ pour les autres groupes

Ravitaillement à Valezan

12h30 : arrivée des premiers

Buffet offert par l'office de tourisme de Peisey Valandry

Installation sur place au refuge de Rosuel

19h30 : repas et coucher au refuge

Soirée information sur le parc national de la Vanoise

Vendredi 20 août : 6^{ème} étape de Rosuel à Pralognan : 43km pour 2100m+

Une grande étape de montagne en plein cœur du parc national de la Vanoise

Vous serez sur le parcours du tour de la grande Casse à partir du col du Palet au km 12

Pas de balisage, aucun problème d'itinéraire

7h : départ des premiers

8h et 8h30 : départ des groupes suivants

Ravitaillement au refuge de la Leisse, animation musicale

13h30 : Arrivée des premiers

Buffet offert par l'office de tourisme de Pralognan la Vanoise

Installation au centre UCPA

19H30 : repas et coucher au centre UCPA

Animation surprise ?

Samedi 21 août : 7ème étape de Pralognan la Vanoise à Modane Valfréjus : 38km pour 2000m+

Fin des alpes du nord

Vous serez sur le parcours du T.G.V jusqu'au km 20, mais dans l'autre sens

Longue descente jusqu'à Modane avant de remonter à la station de Valfréjus

7h : départ du premier groupe

8h et 8h30 : départ des groupes suivants

12h30 : arrivée des premiers

Buffet offert par la station de Valfréjus

Installation au gîte des Tavernes pour 35 d'entre vous

Les autres seront installés dans des appartements sur la station

Petite réception officielle pour remercier ceux qui vont nous quitter

19h30 : repas au gîte

FIN DES ALPES DU NORD