



S PORT **M** ONTAGNE **A** VENTURE **G** RAVITATION
WWW.SMAG-TRAIL.COM

**20^{ème} édition du Défi de l'Oisans
Tour de l'Oisans et des Ecrins (TOE) en non-stop**



La 20^{ème} édition du Défi de l'Oisans aura lieu du mercredi 27 au samedi 30 juillet 2011. A cette occasion, SMAG organisera un trail longue distance en non-stop pour rendre hommage à Laurent SMAGGHE (créateur du Défi de l'Oisans) et Philippe DELACHENAL qui avaient parcouru d'une traite le GR 54 en juillet 1991.

Cette course est à destination de coureurs expérimentés habitués de courses longues (trails de plus de 80 km) en montagne. L'ambition principale du TOE est de faire découvrir les sentiers et les fabuleux paysages des Écrins et de l'Oisans dans le respect de la nature.

Deux courses sont proposées au départ et à l'arrivée des 2 Alpes :

- en solo intégral (180km / 12.000 m d+)
- en relais à deux (Les 2 Alpes / Vallouise 85 km 4000 m d+ – Vallouise les 2 Alpes 95 km 8000 m d+)

Le parcours fait le Tour de l'Oisans et des Écrins par le GR 54, soit 180 km avec 12 000m de dénivelée répartis en 14 cols et 9 vallées. Le TOE commence par une succession d'alpages et de vallées jusqu'à la Grave (km 41) au travers notamment plateau d'Emparis avec sa très belle vue sur le massif de la Meije. Ensuite l'ambiance devient progressivement minérale pour rejoindre le col d'Arsine (km 55), où les premières vraies difficultés techniques apparaîtront dans la descente menant à Môtiers les Bains (1^{ère} base vie, km 65). Le col suivant (Eychauda, km 71) marque un changement brutal de terrain avec une végétation aride. La longue descente suivante mène à la 2^{ème} base vie à Vallouise – Pelvoux (km 83). La partie « roulante » du TOE est derrière les coureurs. La section suivante comporte 4 cols à plus 2500 m d'altitude, dont le premier le col de l'Aup Martin qui est le point culminant du TOE à 2761 m d'altitude. Le terrain devient de plus en plus technique et l'isolement des coureurs sera très important. Cette partie sera le passage clef du TOE. La 3^{ème} base vie à la Chapelle en Valgaudemar (km 133) sera atteinte après la très longue descente du Col de Vallonpierre (15 km et 1600 m D+). A partir de ce point les coureurs solos pourront être accompagnés par un pacer afin d'envisager les 50 derniers kilomètres du parcours de la meilleure façon possible. En effet, le Col de Vaurze (1600 m D+) puis Côte Belle (1000 mD+) sont deux cols très soutenus à la montée et à la descente. Les coureurs auront à nouveau la possibilité de se reposer et de se restaurer à la 4^{ème} base vie dans le très joli village fleuri et isolé de Valsenetre, avant d'affronter le célèbre Col de la Muzelle et ses 300 derniers mètres de dénivelé, la très longue descente vers Bourg d'Arud et la montée finale aux 2 Alpes !

Le balisage sera restreint au balisage permanent du GR 54 mis à part sur quelques passages de cols ou hors GR. C'est pourquoi, le port du GPS sera obligatoire afin que les coureurs puissent évoluer

dans des conditions maximales de sécurité.

Plusieurs spécificités du TOE :

- La possibilité pour les coureurs solos de se faire accompagner à partir de la Chapelle en Valgaudemar (c'est-à-dire pour les 50 derniers kilomètres) par un coureur appelé pacer (très répandu dans les courses longues distances aux Etats-Unis).
- 4 base-vies seront réparties sur le parcours : Monetièrs les Bains (km 65) , Pelvoux-Vallouise (km 83), La Chapelle en Valgaudemar (km 133) et Valsenetre (km 162). La possibilité sera offerte aux coureurs de pouvoir boucler le parcours dans un temps maximal de 80 heures en prenant de longues pauses aux différentes base-vies.

Le TOE a fait le plein d'inscription avec 300 coureurs au départ de cette épreuve anniversaire et unique. Parmi les coureurs présents, on notera la présence de plusieurs « têtes d'affiches » sur la course solo :

- Sandrine BERANGER : 1^{ère} GRR 2005, 4^{ème} UTMB 2008
- Isabelle CIFERMAN : 4^{ème} TDS 2009
- Anne-France JULIA : Triathlète championne de France Longue Distance en 2006, 2^{ème} Ardéchois 2010
- Irina MALEJONOCK : 1^{ère} EUT 2009, 1^{ère} Gapen'Cimes 2010, 1^{ère} Grand Raid Dentelles Ventoux 2006
- Martine VOLAY : 1^{ère} au challenge Héro de la Drôme 2010, 1^{ère} Aravis Trail 2009, 7^{ème} GRR 2007, 2^{ème} EUT 2009,

- Guillaume BERNARD : recordman actuel du GR 54 en 37h30, 12^{ème} GRR 2005, 16^{ème} UTMB 2006, 4^{ème} Mercantour 2008, 2^{ème} 6666 occitane 2010
- Éric BONOTTE : 16^{ème} UTMB 2006, 3^{ème} Montagn'hard 2009
- Michel CERCEUIL : 6^{ème} UTMB 2004, 16^{ème} UTMB 2006, 23^{ème} UTMB 2009
- Valéry CAUSSARIEU : 13^{ème} GRR 2007, 4^{ème} AMT 2008.
- Cyril COINTRE : 5^{ème} UTMB 2010, 1^{er} Défi de l'Oisans 2010, 2^{ème} Raid Dentelles 2010 – Ventoux, Tour du Monde en Vélo en 2007.
- Alexandre FORESTIERI : 2 fois vainqueur de la Mil'kil, 9^{ème} Tor des Géants 2010
- Lucas HUMBERT : 1^{er} ultra 6000 D 2010, 4^{ème} CCC 2009, 3^{ème} TGV 2010
- Pierre-Henri JOUINEAU : 26^{ème} UTMB 2007, 2^{ème} Grand Duc de Chartreuse 2008, 11^{ème} Tor des Géants 2010
- Benoit LAVAL : vice champion de France de Trail 2009 et 11 fois vainqueur du Défi de l'Oisans, 1^{er} AMT 2009 et 2^{ème} AMT 2010.
- Marc TOUBIN : 1^{er} Grand Duc de Chartreuse 2010, 1^{er} Ecotrail de Sommand 2010
- A noter également la participation de Philippe DELACHENAL !
-

Quelques noms devraient encore enrichir cette liste dans les prochaines semaines ...

Le TOE est organisé par l'**Association SMAG** avec le concours des offices du tourisme et des mairies suivantes : Les 2 Alpes, Auris en Oisans, La Communauté de Communes de l'Oisans, La Grave Pays de la Meije, Serre-Chevalier Vallée, Vallouise, Pelvoux, Le Pays des Écrins, La Chapelle en Valgaudemar, Valljouffrey-Valsenetre et le Parc National des Écrins.

Partenaires du TOE : Raidlight, Effinov Nutrition, Petzl, Sierra Echo, Weleda Sport, La Croix Rouge des Hautes Alpes, CRS Alpes, PGHM Briançon.



Le Plateau d'Emparis



Le Massif de la Meije



Plateau d'Emparis et le massif de la Meije



En montant au Col d'Arsine



Le Col de l'Aup Martin, 2761 m d'altitude, le point culminant du TOE



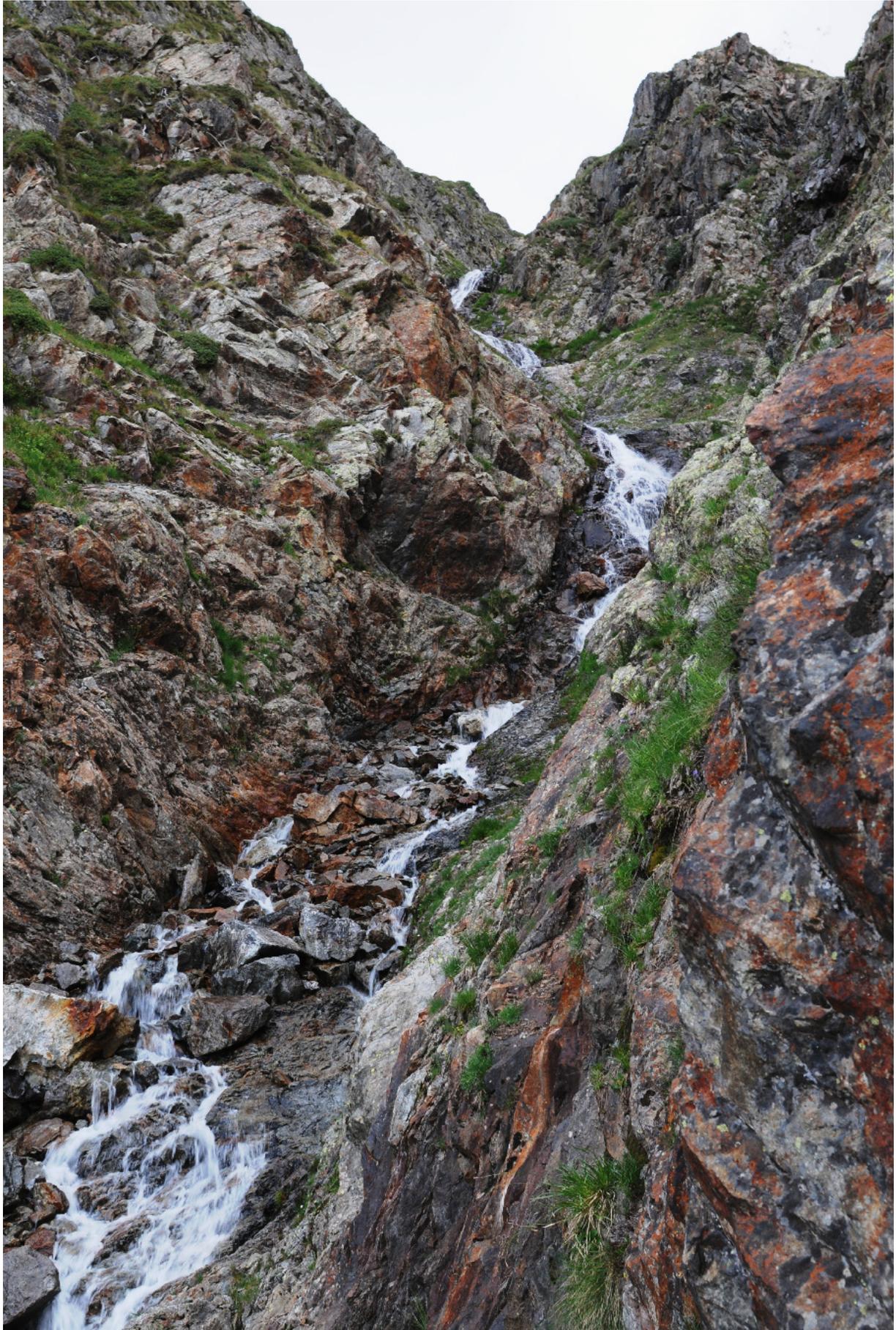
Descente de l'Aup Martin



Col de Vallonpierre



Descente du Col de Vallonpierre



En montant au Col de Vaurze



Les derniers remparts de la Muzelle



La descente du Col de la Muzelle

LE DEFI DE L'OISANS

Tour de l'Oisans et des Ecrins *Non-Stop*

20^{ème}
Edition
Spéciale Anniversaire

Trail de montagne longue distance
Course en solo ou en duo

RaidLight



LES 2 ALPES 3600
WWW.LES2ALPES.COM

Pré-inscriptions à partir du 2/11/10
Inscriptions à partir du 1/12/10



27

AU

30

JULI-

LLET

2

0

1

1

[HTTP://WWW.SMAG-TRAIL.COM/](http://www.smag-trail.com/)

S PORT M ONTAGNE A VENTURE G RAVITATION

180 km / 12 000 m de D+

Les 2 Alpes - Auris - Besse - La Grave
Serre Chevalier - Pelvoux - Vallouise - Valgaudemar - Valjouffrey

RTT
Raidlight Trail
CHALLENGE



PAYS DE LA MEJE