



ALTITUY TERNUA

**LA
COURSE
DES
PYRENEES**



@AltitoyTernua



@AltitoyTernua

WWW.ALTITUY-TERNUA.COM

LA
COURSE
SKI
ALPINISME
DES
PYRENEES

ALTITROY TERNUA



PARCOURS 2022

La treizième édition de la célèbre course de ski-alpinisme se déroulera les 19 et 20 mars 2022 sur les secteurs de Luz Ardiden et de Tourmalet-Pic du Midi. Ce challenge international qui compte pour la Grande Course et pour la Coupe des Pyrénées, rassemblera près de 400 coureurs par équipe de deux, répartis entre le parcours A, plus technique et chronométré, et le parcours B, plus populaire et accessible.

Cet événement international met en lumière un territoire riche en possibilités de ski de randonnée et d'alpinisme au cœur de lieux mythiques. Du parcours d'initiation du Col de Riou aux lacs de l'Ardiden, de la forêt du Lienz aux sommets culminant à 3000m d'altitude de Gavarnie, débutants et aficionados peuvent y évoluer selon leur niveau, leurs envies et les conditions d'enneigement. Les vallées de Luz, Barèges et Gavarnie sont un lieu d'exception pour cette activité qui attire de plus en plus de pratiquants depuis ces deux dernières années.

VALLÉES DE GAVARNIE

Le ski de rando... un sport qui monte !

Parcourir la montagne l'hiver, pratiquer une approche plus douce et respectueuse de l'environnement, où le plaisir de la descente récompense l'effort de la montée. Le ski de randonnée se démocratise, et aujourd'hui on peut choisir de pratiquer en autonomie sur des parcours balisés, ou d'être encadré par un professionnel. Le ski de rando, une fois qu'on y a goûté, on y revient forcément !

> Des itinéraires balisés en station

Les domaines skiables proposent 12 itinéraires libres et balisés durant leur période d'ouverture. Ils s'adressent aussi bien à un public débutant qu'aux experts en quête d'un entraînement cardio, dans un cadre sécurisé. La montée s'effectue sur un tracé balisé, à l'écart du domaine skiable, puis chaque itinéraire débouche sur une piste damée, qui permet de s'affranchir d'un niveau de ski en hors-piste.

- 3 parcours balisés au Grand Tourmalet : 1 côté Barèges, 2 à la Mongie
- 1 parcours à Luz Ardiden
- 3 parcours à Gavarnie-Gèdre (domaine ouvert jusqu'au 13 mars)
- 4 parcours à Hautacam (domaine fermé)
- 1 parcours à Cauterets

Parcours balisés et sécurisés en période d'ouverture des domaines skiables.

> En toute sécurité avec un professionnel

Loin de la foule des stations, on évolue sur des pentes enneigées tout en profitant du panorama. Encadré par un professionnel de la montagne, rassuré, on peut s'adonner pleinement au ski de randonnée pour bien comprendre l'utilisation du matériel et se sentir en sécurité sur le terrain.

Contacts des guides de haute-montagne :

<https://www.valleesdegavarnie.com/hiver/ski-de-randonnee>

