

TRANSM AURIENNE VANOISE

by DARE2B 

17.22
JUILLET 2022



LE MAG'

10 ET 11 JUIN 2023

LAISSAC (AVEYRON)

X COUNTRY - GRAVEL - RANDO
ENDURO - MARATHON

RNC
LAISSAGAIS
DEPUIS 1992

UEC MTB
MARATHON
EUROPEAN
CHAMPIONSHIPS



ÉDITO 2022



LUDOVIC VALENTIN

Organisateur de la
Transmaurienne Vanoise

La Transmaurienne Vanoise est devenue au fil des années un événement de référence dans l'univers du VTT. Depuis sa création en 1989, l'épreuve n'a cessé de se réinventer. Au fil des éditions, elle s'est essayée sur différents terrains de jeu. D'abord en Haute Maurienne, puis dans le Massif des Sybelles à partir de 1995.

Depuis quelques années, l'événement est revenu à ses origines pour reprendre sa place en Haute Maurienne Vanoise.

En 2022, la Transmaurienne Vanoise est plus affûtée, ludique et technique que jamais. Cependant elle n'en reste pas moins accessible à tous, de par la diversité des formules qu'elle propose.

Le Mode Compétition, fleuron de l'épreuve et labellisé UCI, s'étale sur 5 jours, proposant des parcours chronométrés qui allient vitesse et technicité. Cette formule est divisée en 5 étapes, dont une au format XCO. Plusieurs formules sont disponibles pour ce mode.

Le Mode Ultra, parcours transfrontalier entre la France et l'Italie, propose un tracé de 260km et 9 500m de dénivelé positif. Une expérience unique, à réaliser en équipe de deux et en moins de 50 heures, pour repousser ses limites et s'offrir un défi hors norme !

Le Mode Randonnée quant-à-lui, permet aux néophytes comme aux plus expérimentés de découvrir la Haute Maurienne en VTT, sans la pression du chronomètre. Il existe même une formule exclusivement réservée aux familles. Le label Rando d'Or assure à tous les participants un décor à couper le souffle !

Le Mode Enfants propose aux plus jeunes de participer eux aussi à l'événement et de s'initier aux différentes disciplines du VTT, sous les yeux et encouragements de leurs proches.

Quel que soit le mode choisi, les parcours sont retravaillés chaque année, permettant aux participants réguliers de dénicher de nouveaux spots VTT d'une édition à l'autre et de profiter de paysages exceptionnels.

L'équipe organisatrice se réjouit d'avance de pouvoir tous vous accueillir du 17 au 22 juillet dans ce cadre unique pour 6 jours de sport et de plaisir !

Ludovic VALENTIN

SOMMAIRE

MOTS DES ÉLUS	4-5	JEUDI	20-21
RETOUR SUR 2021	7	MODE COMPET'	21
SAMEDI	8	VENDREDI	22-23
MODE ULTRA	9	LE JOURNAL DE LA TRANSMAU'	23
DIMANCHE	10-11	HAUTE MAURIENNE VANOISE, LE VTT TOUTE L'ANNÉE	24-25
MODE ENFANTS	10-11	MODE RANDO	26
LUNDI	12-13	LA LOZÉRIENNE VTT	27
MARDI	14-15	CAP NORE	28-30
CARTE GLOBALE	16-17	LE ROC LAISSAGAIS	31
MERCREDI	18-19	PARTENAIRES	32
BOUTIQUE	19		

LE MOT DES ÉLUS



Jacques ARNOUX
Maire de Val-Cenis

Épreuve historique, créée en 1988, alors que la pratique du VTT est encore balbutiante, la Transmaurienne-Vanoise a su s'imposer, depuis 34 ans, comme le rendez-vous incontournable des adeptes du vélo tout terrain, qu'ils soient de grands champions comme Pauline Ferrand-Prévot ou Hector Paez-Léon,

ou de simples amateurs qui trouvent en Haute-Maurienne Vanoise un terrain de jeu incomparable grâce aux itinéraires balisés et aménagés, mais aussi aux nombreuses pistes forestières et militaires qui permettent d'atteindre des altitudes de près de 3000 mètres et de découvrir les splendeurs naturel du territoire.

Cette longévité est le fruit d'un engagement sans faille des Communes du territoire, de l'Office de Tourisme, des bénévoles et organisateurs à qui j'adresse mes sincères félicitations et surtout mes remerciements.

Au fil des années, pour s'adapter aux nouvelles tendances, le nombre d'épreuves s'est étoffé afin de pouvoir s'adresser à tous les passionnés du vélo tout terrain, toujours plus nombreux, qu'ils soient sportifs aguerris adeptes de longues chevauchées, contemplatifs, familles, jeune public et même adeptes du VTT à assistance électrique

Cette édition 2022 s'annonce toute aussi palpitante que celles des années précédentes, avec ses quatre modes dont le mode « rando » pour tous les amoureux de grand espaces, et pour la deuxième année le parcours « Ultra » de 260 Km et 9500 mètres de dénivelé positif à effectuer en duo, Elle promet encore de belles surprises à découvrir au détour d'un chemin, au royaume des marmottes, bouquetins et autre gypaètes.

La Commune de Val-Cenis est fière d'être un partenaire fidèle de cet évènement majeur, car au-delà des exploits sportifs, et des moments de partage, il met en lumière les splendides paysages du territoire de Haute-Maurienne Vanoise.



Stéphane BOYER
Maire d'Aussois

Bienvenue à Aussois ! Nous sommes très heureux d'accueillir la Transmaurienne Vanoise pour cette édition 2022, qui verra son épilogue se jouer sur notre commune après avoir permis à tous les participants, sportifs et amateurs, de découvrir des paysages grandioses, pics, cols, lacs et sentiers en forêt.

Comme chaque année la compétition s'annonce palpitante et nous mesurons les efforts qu'il faudra fournir pour terminer en vainqueur.

La Transmaurienne Vanoise c'est aussi une manifestation ouverte au plus grand nombre, il y a fort à parier que les participants en mode randonnée apprécieront notre petit village-station aux charmes multiples, notamment son patrimoine historique et culturel.

Certains se laisseront peut-être tenter, pour prolonger leur séjour et pratiquer une des nombreuses activités proposées sur notre commune ; via ferrata, pumptrack, piscine, randonnée, et pourquoi pas se lancer dans une nouvelle aventure, celle de la résolution de l'énigme de la nouvelle Promenade Savoyarde de Découverte. Un jeu de piste qui se déroule dans les forts de l'Esseillon !

A tous, nous souhaitons une très belle Transmaurienne 2022 en Haute Maurienne Vanoise.



Hervé GAYMARD
Président
du Conseil
Départemental
de la Savoie

La Savoie, terre naturelle pour la pratique du vélo, est fière d'accueillir régulièrement des événements de référence de la discipline. Quelques jours après le Tour de France, avec notamment un départ d'étape à Albertville et le franchissement de plusieurs cols mythiques de Maurienne, la Transmaurienne-Vanoise mettra à l'honneur le VTT et les paysages de Haute Maurienne Vanoise.

Le Département est fier et heureux de soutenir ces événements sportifs, qui contribuent à la promotion et au développement du vélo. De nombreuses actions sont déployées par le Département pour favoriser sa pratique : par les infrastructures telles que les véloroutes et les voies vertes, par un soutien aux initiatives locales autour du cyclotourisme, ou encore la mise en œuvre d'un « Plan vélo » visant à favoriser la pratique des jeunes.

Un grand bravo aux organisateurs qui permettent à cet événement, devenu notoire, d'accueillir toujours plus de participants et de faire rayonner notre territoire.

Bonne course à toutes et à tous !



Laurent WAUQUIEZ
Président de la
Région Auvergne-
Rhône-Alpes

Grande région du vélo, Auvergne-Rhône-Alpes bénéficie d'une topographie d'exception propice à la pratique de nombreuses disciplines cyclistes. Le VTT est l'une des plus emblématiques d'entre elles et c'est une véritable fierté pour nous d'accueillir et de soutenir la Transmaurienne Vanoise.

Course pionnière, elle a su, depuis 1988, évoluer et s'imposer au fil des années comme un rendez-vous incontournable du circuit mondial comme en témoigne son inscription au calendrier de l'UCI en 2016. Compétition d'envergure internationale, elle a également réussi à conserver cet esprit populaire et familial, si caractéristique du vélo, en proposant des parcours adaptés à tous les niveaux et à tous les publics.

Plus qu'un sport, le cyclisme est pour moi une véritable école de vie qui véhicule des valeurs qui me sont chères : le travail, la persévérance, le dépassement de soi. Soutenir la Transmaurienne Vanoise, c'est aussi une manière de promouvoir, notamment auprès de nos jeunes, toute cette dimension symbolique inhérente à la pratique du vélo.

Excellente 34^{ème} édition à tous !



ACTION SPORTS
MODANE
www.action-sports.fr
7 rue de la république
73500 Modane - 04 79 05 35 29

**VENTE
ENTRETIEN
RÉPARATION DE VELOS
TOUTES MARQUES**

LOCATION DE VÉLOS, ET VÉLOS À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE

**RANDONNÉE - ESCALADE - VIA FERRATA
PISCINE - CAMPING
PRÊT À PORTER
Homme, femme, enfant**

GAULIN S ADIDAS X SCOTT AEROS N1 GIANT CRAFT FELT



DARE 2B

PARTENAIRE OFFICIEL



Montagne - Running - Cycle - Fitness

www.dare2b.com/fr

RETOUR SUR 2021

La 33^{ème} édition de la Transmaurienne Vanoise restera longtemps gravée dans les mémoires. Après un report en 2020 à cause de la situation sanitaire, participants, supporters, bénévoles, partenaires et membres de l'organisation étaient heureux de pouvoir enfin se retrouver au cœur de la Haute Maurienne Vanoise. Bien que cette nouvelle édition n'ait pas été de tout repos, avec une semaine chargée d'adaptations multiples, tous ont su réagir de la meilleure des manières. En fin de semaine, chacun est reparti avec des étoiles plein les yeux et des souvenirs plein la tête.

UNE SEMAINE EXCEPTIONNELLE

Au total, près de 1 000 VTTistes étaient présents durant ces 5 jours aux côtés de 350 bénévoles et membres de l'organisation. Une belle troupe de passionnés du VTT réunie ! En prime, le soleil était au rendez-vous pour permettre à tous de passer la meilleure des semaines.

DEUX NOUVEAUTÉS

En 2021, deux nouvelles épreuves intégraient l'événement : Le Mode Ultra et la Transmau' by night.



Cette dernière, petite randonnée nocturne comme son nom l'indique, a ravi la trentaine de participants venus s'y frotter. Entre concert, visite des Forts de l'Essaillon et fondue, l'ambiance était au rendez-vous !

Véritable réussite, le Mode Ultra rassemblait quant-à-lui 21 équipes de mordus du VTT pour un parcours transfrontalier de 270km et 10 000m de dénivelé positif à travers la France et l'Italie, à effectuer en moins de 50h. Un défi hors-norme !

Après 28h46 d'effort, c'est la Team Dare2b, composée de Julien MONCOMBLE et de Louis SMET, qui a brillamment franchi la ligne d'arrivée, sous les applaudissements de leurs proches, des spectateurs et des membres de l'organisation. Au final, 9 binômes sont devenus Ultra Finishers mais, une chose est sûre, l'ensemble des 42 partants resteront à jamais dans l'histoire du Mode Ultra de la Transmaurienne Vanoise.



UN PODIUM INTERNATIONAL

Seule course UCI à étapes en France, la Transmaurienne Vanoise recevait cette année encore des participants de tous horizons et de toutes nationalités.

Après 5 jours d'épreuves, c'est le belge Jens Adams, en tête depuis le début de la semaine, qui s'est logiquement imposé sur l'épreuve UCI du Mode Compétition.

Avec un temps total de 12h05, il a devancé le néerlandais Hans Becking de 11 minutes 55. Chez les Feminiens, après avoir remporté toutes les étapes, la française Estelle Morel s'est quant-à-elle emparée du titre en 15h51, avec plus de 25 minutes d'avance sur la Canadienne Emily Johnston.

Un podium international qui nous aura fait rêver tout au long de la semaine !

Une chose est sûre, nous avons hâte de voir ce que cette 34^{ème} édition nous réserve !



LES CHIFFRES CLÉS

954
PARTICIPANTS

19%

DE PARTICIPANTS
INTERNATIONAUX

6

JOURS
D'ÉPREUVES

2693

JOURNÉES VÉLO
EN 2021

744

HEURES DE CONTENU REGARDÉ
SUR LA CHAÎNE 8 MONT-BLANC

12 950
ABONNÉS

SUR FACEBOOK
ET INSTAGRAM

SAMEDI 16 JUILLET
VAL CENIS LANSLEVILLARD



16H00 / 18H00
Inscriptions et retrait des dossards



16H00 À 18H00
Retrait dossard à Val Cenis

18H00
Briefing coureurs



LE MODE ULTRA
L'AVENTURE VTT HORS-NORME

A l'étude depuis de nombreuses années, le Mode Ultra a fait son apparition sur l'édition 2021 de la Transmaurienne Vanoise. Au programme de cette aventure VTT hors-norme, un parcours transfrontalier entre France et Italie à effectuer en duo et en moins de 50h.

Cette aventure, c'est aux participants de la composer. Le parcours de base fait 150km et 4 900m de D+ mais c'est à eux de décider s'ils franchiront la ligne en tant qu'Ultra Expérience ou s'il y ajouteront les 3 boucles pour devenir des Ultra Finishers.



Sur la première édition, 23 équipes ont pris le départ du Mode Ultra. La nuit, la distance, la fatigue, les casses mécaniques et le froid ont conduit à l'abandon de 13 d'entre-elles. A l'arrivée, une équipe Ultra Expérience et 9 équipes Finisher terminaient cette épreuve dans la satisfaction la plus complète.

Cette année la question demeure, combien de duos oseront relever ce défi ?



Un lien entre La Haute Maurienne et l'Italie

La traversée
du tunnel du Fréjus
avec l'abonnement
8 passages
valable 2 ans
Véhicule classe 1

19,16€*

*Prix de l'abonnement 8 passages : 153,30€



2ÈME ÉDITION
DU 17 AU 19
JUILLET 2022





DIMANCHE 17 JUILLET

VAL CENIS LANSLEVILLARD

INSCRIPTIONS

08H00 / 09H30

Inscriptions et retrait des dossards du Mode Enfants et Randonnée

14H00 / 18H00

Inscriptions et retrait des dossards du Mode Compétition et Randonnée



09H00 / 10H00

Reconnaissance de la piste de descente - site de Chantelouve

10H00 / 12H00

Départ des descentes

13H30

Course de draisienne

14H00

Reconnaissance du Cross Country

14H30

Départ Cross Country

(14h30 : Poussins | 15h00 : Pupilles | 15h30 : Benjamins | 16h00 : Minimes)

17H00

Remise des prix



09H30

Départ Mode Randonnée - EDF e-Rando & Randonnée Sportive

10H00

Départ Mode Randonnée - Familiale



09H00 - 10H30

Vérification du matériel

11H00

Départ de l'épreuve à Val Cenis



18H00

Réunion des Teams

PARCOURS



Retrouvez tous les parcours et les profils de cette 34^{ème} édition sur transmaurienne-vanoise.com

ou scannez le QR code ci-dessous



Parcours 1 | 40 km & 1 400m D+



Randonnée Sportive & EDF E-Rando

Parcours 2 | 30 km & 650m D+



Randonnée Sportive avec option télésiège & EDF E-Rando avec option télésiège

Parcours 3 | 19 km & 370m D+



Randonnée Familiale

LE MODE ENFANTS

Organisé le dimanche 17 juillet à Val Cenis, le Mode Enfants, réservé aux 2-14 ans, permet à ces derniers de découvrir et de s'initier aux différentes pratiques du VTT.



Au menu, 3 épreuves : le Cross-Country, la Descente et la Course de draisienne.

Comme chaque année, chacune de ces épreuves empruntera bien évidemment des parcours adaptés et sera encadrée par des moniteurs agréés.

Attention, une liste de matériel obligatoire est nécessaire pour participer en toute sécurité :

Pour la Descente :

- Casque intégral
- Plastron
- Gants longs
- Protections
- Genouillères tibia
- Coudières
- Maillot manches longues
- Pantalon long / jean / short de DH

Pour le XCO :

- Casque rigide
- Gants longs



TROPHÉE DÉPARTEMENTAL DES JEUNES VTTISTES DE SAVOIE

Cette année, la Descente et le Cross-Country - ouverts aux 6-14 ans - sont une nouvelle fois inscrits au calendrier FFC et feront partie du Trophée Départemental des Jeunes Vététistes de Savoie. Cependant ces épreuves ne sont pas ouvertes uniquement aux jeunes Savoyards, bien au contraire !



Sur ce Mode, les locaux auront à cœur de défier les visiteurs venus d'ailleurs sur leur propre terrain de jeu.

En participant à cette compétition, les enfants cumuleront des points pour le classement départemental, mettant en avant les meilleurs jeunes VTTistes en fin de saison.

150 points seront donc distribués au terme de la journée, sur la base d'un classement général des deux épreuves, qui constituera le classement de ce TDJV.





LUNDI 18 JUILLET

VAL CENIS LANSLEVILLARD

INSCRIPTIONS

07H30 / 10H00
Inscriptions et retrait des dossards



09H30

Départ Mode Randonnée –
EDF E-Rando & Randonnée Sportive

10H00

Départ Mode Randonnée – Familiale
Avec montée en télésiège du Vieux Moulin

21H30

Départ Mode Randonnée –
Transmau' by night



09H00

Départ Mode Compétition –
Parcours 9000

09H30

Départ Mode Compétition –
Parcours 6000 & EDF E-Race

14H30

Remise des prix de la journée



FIN DE MATINÉE

Arrivée des premiers participants à Val Cenis

Parcours 1 | 56 km & 1 450m D+



Parcours 9000

Parcours 2 | 36 km & 1 150m D+



Parcours 6000 | EDF E-Race Randonnée Sportive | EDF E-Rando

Parcours 3 | 24 km & 600m D+



Randonnée Familiale

Transmau' by night | 14 km & 400m D+



RÉSULTATS



Retrouvez tous vos résultats d'épreuve :
Résultats, temps intermédiaire,
classement catégorie... sur
transmaurienne-vanoise.com



ou en scannant ce QR code



Parce que les valeurs du sport nous rassemblent, EDF Hydro est fier de renouveler son partenariat avec la Transmaurienne Vanoise, soutenant ainsi le développement des sports de nature en Haute Maurienne Vanoise.

Sur votre parcours, vous découvrirez 3 barrages hydroélectriques emblématiques : Mont-Cenis, Plan d'Amont et Plan d'Aval, vous permettant de faire le plein d'énergie !

Suivez notre actualité :
www.edf.fr/pays-de-savoie
@EDF_PaysSavoie



Lo Bessannaise
Village vacances à Bessans

Accueil officiel des stages FFC

Clubs, Groupes, Individuels
Sejour en pension complète ou tout compris
Ski de fond, biathlon, rando, tréks, oxygénation...

Contact : 04 79 05 95 15 / info@labessannaise.com



MARDI 19 JUILLET

VAL CENIS LANSLEVILLARD

INSCRIPTIONS

08H00 / 09H30
Inscriptions et retrait des dossards



09H30

Départ Mode Randonnée –
EDF E-Rando & Randonnée Sportive

10H00

Départ Mode Randonnée - Familiale
Avec montée en télésiège du Vieux Moulin



09H00

Départ Mode Compétition -
Parcours 9000

09H30

Départ Mode Compétition -
Parcours 6000 & EDF E-Race

14H30

Remise des prix de la journée



14H00

Dernières arrivées à Val Cenis

14H30

Remise des prix

Parcours 1 | 48 km & 1 800m D+



Parcours 9000

Parcours 2 | 30 km & 1 400m D+



Parcours 6000 | EDF E-Race Randonnée Sportive | EDF E-Rando

Parcours 3 | 21 km & 470m D+



Randonnée Familiale



CONCOURS PHOTOS

Partagez-nous vos plus belles photos prises lors de l'événement avec le

#TMV22

La photo qui aura le plus de likes sur Instagram sera récompensée vendredi lors de la remise des prix finale !



ÉTHIC ETAPES CIS • VAL CENIS

étapes
CENTRE INTERNATIONAL DE SEJOUR VAL CENIS

- Accueil groupe et individuel
- Menus adaptés - circuits courts
- Stages VTT
- Piscine - SPA
- Séjours sur mesure

Renseignements
04 79 05 92 30 ou info@cis-valcenis.com
www.cis-valcenis.com



DIMANCHE

- RANDO SPORTIVE
40KM & 1400m D+
- EDF E-RANDO
40KM & 1400m D+
- RANDO SPORTIVE ET EDF E-RANDO
AVEC OPTION TÉLÉSIÈGE
32KM & 770m D+
- RANDO FAMILIALE
30KM & 450m D+

LUNDI

- PARCOURS 9000
56KM & 1450m D+
- PARCOURS 6000
36KM & 1150m D+
- EDF E-RACE
36KM & 1150m D+
- RANDO SPORTIVE
36KM & 1150m D+
- EDF E-RANDO
36KM & 1150m D+
- RANDO FAMILIALE
24KM & 600m D+
- TRANSMANU' BY NIGHT
14KM & 400m D+

MARDI

- PARCOURS 9000
48KM & 1800m D+
- PARCOURS 6000
30KM & 1400m D+
- EDF E-RACE
30KM & 1400m D+
- RANDO SPORTIVE
30KM & 1400m D+
- EDF E-RANDO
30KM & 1400m D+
- RANDO FAMILIALE
21KM & 470m D+

MERCREDI

- PARCOURS 9000
24KM & 800m D+
- PARCOURS 6000
18KM & 600m D+
- EDF E-RACE
18KM & 600m D+

JEUDI

- PARCOURS 9000
60KM & 2700m D+
- PARCOURS 6000
37KM & 1600m D+
- EDF E-RACE
37KM & 1600m D+
- RANDO SPORTIVE
37KM & 1600m D+
- EDF E-RANDO
37KM & 1600m D+
- RANDO FAMILIALE
16KM & 600m D+

VENDREDI

- PARCOURS 9000
38KM & 1500m D+
- PARCOURS 6000
38KM & 1500m D+
- EDF E-RACE
38KM & 1500m D+
- RANDO SPORTIVE
38KM & 1500m D+
- EDF E-RANDO
38KM & 1500m D+
- RANDO FAMILIALE
23KM & 550m D+





MERCREDI 20 JUILLET
AUSSOIS

INSCRIPTIONS

08H00 / 09H00
Inscriptions et retrait des dossards



08H50

Départ Mode Compétition - EDF E-Race
3 tours de circuit

10H00

Départ Mode Compétition - Parcours 6000
3 tours de circuit

12H00

Départ Mode Compétition - Parcours 9000
Course 3 - du 151^{ème} au dernier du
classement général - 4 tours de circuit

14H00

Départ Mode Compétition - Parcours 9000
Course 2 - du 81^{ème} au 150^{ème} du
classement général - 4 tours de circuit

16H00

Départ Mode Compétition - Parcours 9000
Course 1 - du 1^{er} au 80^{ème} du
classement général - 4 tours de circuit

18H00

Remise des prix de la journée

Parcours | 6 km & 200m D+

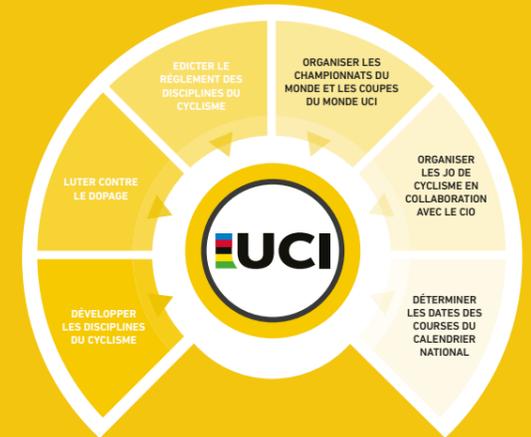


Parcours 9000 : 4 tours
Parcours 6000 : 3 tours
EDF E-Race : 3 tours

UNE ÉPREUVE INTERNATIONALE

L'Union Cycliste Internationale est une organisation fondée à Paris en 1900 qui est maintenant basée en Suisse. Son rôle est de développer et de promouvoir le cyclisme.

Plus concrètement, ses missions sont les suivantes :



La **Transmaurienne Vanoise** est la seule course UCI par étapes en France.

En participant à l'événement en **Mode Compétition**, vous pouvez prétendre à **gagner des points Cross country UCI**. Ces points déterminent le ranking mondial et sont nécessaires pour les personnes souhaitant participer aux Jeux Olympiques par exemple.

Attention : les points UCI seront attribués au classement final général Homme et Dame sur le Parcours 9000 à l'issue des 5 jours de compétition.

Intermarché

SUPER

FOURNEAUX

Ouvert de 8h30 à 19h00
sans interruption
du lundi au samedi

04 79 05 22 45

70 avenue de la Liberté
73500 Fourneaux



Service Drive



Carburant 24h / 24

Intermarché
SUPER

FOURNISSEUR OFFICIEL DE LA
TRANSMAURIENNE VANOISE 2022

LA BOUTIQUE

DÉCOUVREZ LE MAILLOT DE LA 34^{ÈME} ÉDITION ! CETTE ANNÉE, PARTICIPEZ À LA TRANSMAURIENNE VANOISE EN PORTANT LES COULEURS DE L'ÉVÉNEMENT.

L'OCCASION DE GARDER UN BEAU SOUVENIR ET D'ÊTRE AU TOP SUR LES PHOTOS !

EN VENTE AU PRIX DE 65€



DÉCOUVREZ AUSSI...



OPINEL 10€



POLO 25€



SWEAT CAPUCHE 35€



CUISSARD 65€



JEUDI 21 JUILLET
AUSSOIS

INSCRIPTIONS

08H00 / 09H30
Inscriptions et retrait des dossards



09H30

Départ Mode Randonnée –
EDF E-Rando & Randonnée Sportive

10H00

Départ Mode Randonnée - Familiale



09H00

Départ Mode Compétition -
Parcours 9000

09H30

Départ Mode Compétition -
Parcours 6000 & EDF E-Race

14H30

Remise des prix de la journée



Parcours 1 | 60 km & 2 700m D+



Parcours 9000

Parcours 2 | 37 km & 1 600m D+



Parcours 6000 | EDF E-Race Randonnée Sportive | EDF E-Rando

Parcours 3 | 16 km & 600m D+



Randonnée Familiale



SMTK

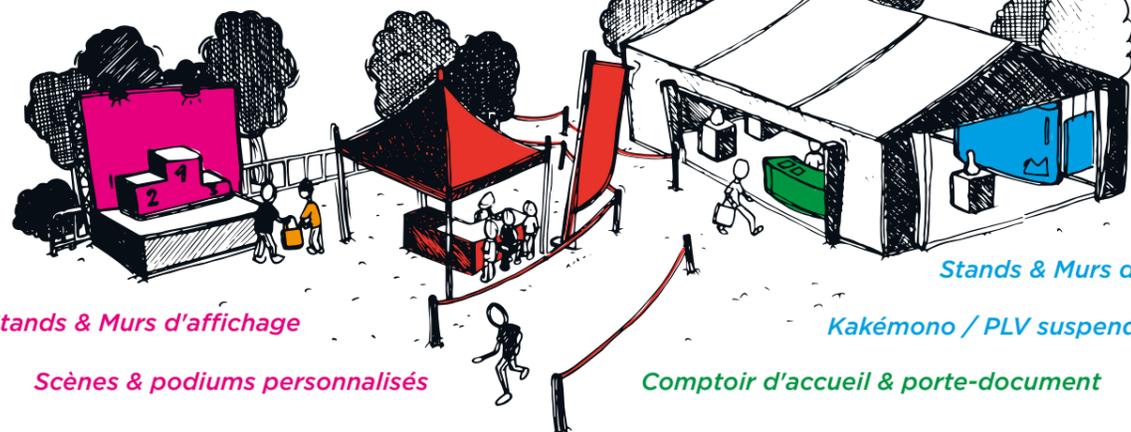
DONNE VIE À VOS IDÉES

Oriflammes publicitaires

Tente & tonnelles personnalisées

Comptoir d'accueil & porte-document

Marquage textile - Sérigraphie sur-mesure



Stands & Murs d'affichage

Kakémono / PLV suspendue

Stands & Murs d'affichage

Scènes & podiums personnalisés

Comptoir d'accueil & porte-document

Signalétique - Marquage textile - Objet promo - Support publicitaire

www.smtk-communication.com • contact@smtk-communication.com • 04 79 44 86 10
SMTK Communication • Parc d'activités Alpespace
49, rue Archimède • 73 800 Sainte-Hélène-du-Lac



LE MODE COMPÉT'
L'ÉPREUVE PHARE



Du lundi 18 au vendredi 22 juillet, les compétiteurs partiront à l'aventure aux quatre coins de la Haute Maurienne Vanoise, pour une véritable épreuve de VTT XC par étapes. Au programme : 5 étapes dont une disputée sur un format XCO, et plusieurs formules.

PARCOURS DES 9000

Epreuve reine de la Transmaurienne Vanoise, sur laquelle VTTistes s'affronteront sur un tracé de plus de 220km pour 9 000m de dénivelé, répartis sur les 5 différentes étapes. Intitulée comme le nombre de mètres de dénivelé positif à grimper pendant 5 jours, cette épreuve est le parcours historique de l'événement. Labelisée UCI XCM 2, offrant des points et primes aux meilleurs compétiteurs et compétitrices, cette épreuve reste toutefois ouverte à tous, licencié ou non, à partir de 19 ans.

PARCOURS DES 6000

« Petit Poucet » du mode Compétition, il est ouvert à tous dès 15 ans. Plus accessible que le parcours 9000, avec environ 160km et 6 250m de dénivelé à parcourir pendant la semaine, c'est une formule moins exigeante mais dont les paysages n'en restent pas moins exaltants.

EDF E-RACE

Le parcours qui rassemble les amateurs de VTT électrique souhaitant se mesurer aux autres e-bikers sur des distances et des terrains variés. Ce parcours est bien évidemment ouvert à tous à partir de 19 ans et reprend les tracés du Parcours 6000.



VENDREDI 21 JUILLET
AUSSOIS

INSCRIPTIONS

08H00 / 09H30
Inscriptions et retrait des dossards



09H00
Départ Mode Randonnée –
EDF E-Rando & Randonnée Sportive

09H30
Départ Mode Randonnée - Familiale



09H00
Départ Mode Compétition -
Parcours 9000, Parcours 6000 & EDF E-Race

13H00
Remise des prix de la journée

15H00
Remise des prix finale

Parcours 1 | 38 km & 1 500m D+

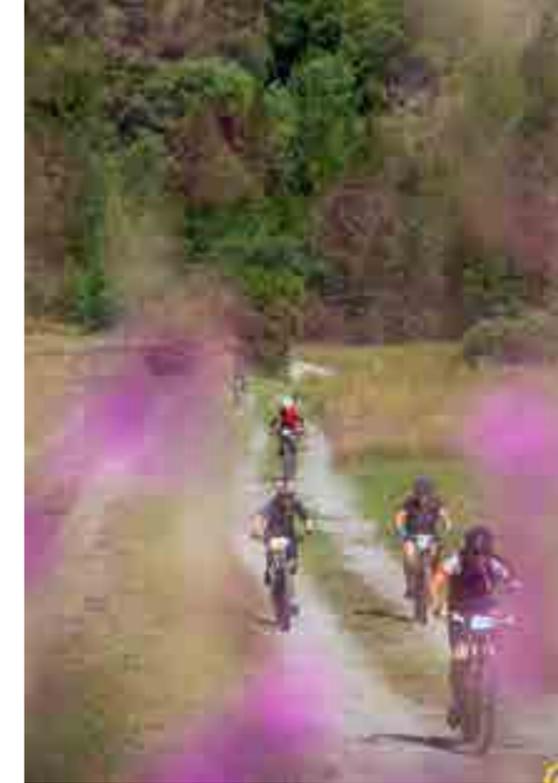


Parcours 9000 | Parcours 6000 | EDF E-Race
Randonnée Sportive | EDF E-Rando

Parcours 3 | 23 km & 550m D+



Randonnée Familiale



et ...

Aquasensations
Hydrospeed
pêche, kayak
Paddle

www.sensationsvanoise.com
Tél : 06.45.49.45.66

LE JOURNAL DE LA TRANSMAU' BY **8 Mont Blanc** & **100% OUTDOOR**

Tous les soirs à 19h30 et le vendredi à 14h30, (re)découvrez les images de la journée dans le journal de la Transmau', en live sur la chaîne 8 Mont Blanc et sur Facebook.



30min
Durée moyenne

+ 1 000
interactions

Une vingtaine
d'intervenants
plateau & interviews

+ 23 000 vues
sur Facebook



HAUTE MAURIENNE VANOISE, LE VTT TOUTE L'ANNÉE

Printemps, été, automne, hiver : le VTT en Haute Maurienne Vanoise, c'est en toutes saisons. Accessible à tous et partout en mode estival, flamboyant en septembre-octobre quand les mélèzes sont dorés, sur neige en fatbike électrique en mode hivernal, ou plus intimiste d'avril à juin au cœur des alpages fleuris : à vous de choisir vos sorties VTT.

Le VTT l'été en Haute Maurienne Vanoise, vous connaissez. Les parcours de la Transmaurienne Vanoise vous permettent de dévaler les pentes ensoleillées côté Parc national de la Vanoise à Aussois, d'enchaîner les singles spectaculaires entre Val Cenis et Bonneval sur Arc et même de profiter du patrimoine. Avec les impressionnants forts de l'Esseillon direction La Norma, les hameaux préservés de Bessans... X-Country, ou enduro pour ceux qui s'évitent quelques suées à la montée avec les remontées mécaniques : du VTT pour tous les niveaux et toutes les envies.

BRAME N'RUN

Oui mais avez-vous testé ces mêmes parcours en septembre-octobre ? Quand les mélèzes se couvrent d'or et que les cerfs brament au cœur des forêts ? Une période généralement sèche et lumineuse en Haute Maurienne Vanoise, idéale pour des sorties engagées au cœur d'une nature sauvage. A cette époque, louer un beau chalet ou un appartement labellisé est également plus facile : la soirée au coin du feu permet d'apprécier encore plus les runs de la journée...



DESCENTE À -10° SUR NEIGE DAMÉE

Et quand la neige recouvre tout, pas question d'arrêter le vélo en Haute Maurienne Vanoise ! A vous les pistes spécialement aménagées à Bessans en fatbike électrique. A Val Cenis, quand les skieurs ont fini leur journée, un moniteur VTT peut aussi vous emmener sur l'Escargot (la plus longue piste verte du monde !) jusqu'au col du Mont Cenis pour profiter du coucher de soleil. La redescente à -10° sur neige damée ? Epique ! Un peu de cascade de glace ou de ski freeride pour varier le programme et vous avez là un week-end ou une semaine 100% adrénaline.

P'TITES FLEURS ET COLS MYTHIQUES

Et à partir d'avril, la Haute Maurienne Vanoise se couvre de fleurs. Bien sûr, la neige reste bien présente sur les sommets mais les itinéraires redeviennent doucement accessibles. Profiter des singles au cœur des champs et des alpages colorés : belles sensations et spots instagramables garantis. Côté route, les cyclos sont très vite présents pour s'attaquer au Mont Cenis ou aux mythiques murs de neige de l'Iseran. Mais côté terre, les pistes VTT sont encore très peu fréquentées à cette époque. A vous d'en profiter.



haute-maurienne-vanoise.com

VAL CENIS ET AUSSOIS : VOS BASES D'ACCUEIL PENDANT LA TRANSMARIENNE VANOISE

VAL CENIS

Itinéraires vert, bleu, rouge ou noir, enduro, X-Country, gravel, pumptracks... à Val Cenis toutes les envies VTT et deux roues sont dans la nature. Sur la grande station de la Haute Maurienne Vanoise, vous pourrez non seulement vous faire plaisir sur des singles engagés côté Termignon ou Bramans, mais aussi profiter d'immenses espaces sauvages côté Mont Cenis, à plus de 2000 m d'altitude. Et côté Parc national de la Vanoise, vous pouvez rejoindre les refuges du Lac Blanc, du Plan du Lac et de la Femma en VTT. Avec une vue imprenable sur les glaciers, la Grande Casse ou la Dent Parrachée.

valcenis.com

AUSSOIS

Côté soleil et Parc national de la Vanoise, Aussois est une terre prisée depuis longtemps par les amoureux du VTT. Les remontées mécaniques sont ouvertes de mi-juin à septembre pour faciliter les runs. Entre les immenses forts de l'Esseillon, la forêt du Monolithe et les barrages de Plan d'Amont et Plan d'Aval, les itinéraires sillonnent des sites d'exception. De quoi se faire plaisir et en prendre plein les yeux. Et côté ludique, avec un pumptrack et plusieurs parcours autour du village spécialement pensés pour la famille, Aussois offre un large choix.

aussois.com



UN NOUVEAU PUMPTRACK À VAL CENIS

Val Cenis ouvre cet été un nouveau pumptrack. Au cœur de la station, entre Lanslebourg et Lanslevillard, vous pourrez enchaîner les virages et les bosses sur les 3 pistes goudronnées accessibles à tous les niveaux. Plutôt audacieux ? Vous vous laisserez rapidement griser par les 18 whoops, les 7 virages relevés et les 2 tables de saut des pistes rouges et bleues. Besoin de prendre confiance ? Direction immédiate vers la piste verte, véritable cocktail de sensations pour apprendre en toute sécurité. Un pumptrack flambant neuf avec une vue imprenable sur la dent Parrachée.



L'ENDURO DU JEU : LE RDV DE LA RENTRÉE

Le rendez-vous VTT au cœur d'un des plus grands terrains de jeu des Alpes : La Haute Maurienne Vanoise. Les 10 et 11 septembre, Val Cenis accueille une nouvelle édition de l'Enduro du Jeu.

Au programme du samedi : mass start et spéciales pour les accros du chrono, ou mode « rando » sans se presser pour ceux qui préfèrent profiter des singles à leur rythme. Les mini-riders ne sont pas oubliés : ateliers maniabilité en matinée, challenge VTT spécialement adapté pour les enfants et même un challenge draisière l'après-midi pour les tout petits ! Grands sourires garantis pour les parents. Et bien sûr, barbecue, bières du coin et concert ouvert à tous en soirée !

Le dimanche, les guides locaux vous embarquent à la découverte de leurs spots secrets à Val Cenis ou sur toute la Haute Maurienne Vanoise.

endurodujeu.com inscription en ligne : 29€ (35€ sur place le jour de l'événement sous réserve de place disponible). Challenge enfant : 5€.



LA TRANSMAU' EN MODE RANDO'

Événement qui se veut ouvert à tous, la Transmaurienne Vanoise propose plusieurs formules accessibles au plus grand nombre. Entièrement à la carte, le Mode Randonnée est le mode idéal pour admirer les paysages alpins et permet de rendre abordable la découverte de la Haute Maurienne Vanoise en VTT sur 1, 2, 3, 4 ou 5 jours.



RANDO SPORTIVE

Sur les traces du Parcours des 6000 mais sans avoir à subir la pression du chronomètre, la Rando sportive est un format idéal. Avec un total d'environ 175km pour 6 400m de dénivelé, cette épreuve permet d'en prendre plein les yeux en toute décontraction. Sur un ou plusieurs jours, vous pourrez découvrir ce parcours à votre allure, tout en profitant pleinement des paysages environnants. En bonus, certains jours, vous pourrez même emprunter les remontées mécaniques.



RANDO FAMILIALE

Adaptée pour plaire aux plus petits comme aux plus grands, la Rando familiale propose des parcours d'une vingtaine de kilomètres seulement chaque jour. Toujours dans cette volonté de tous vous satisfaire et de rendre l'épreuve encore plus accessible, des « raccourcis » sont autorisés et les remontées mécaniques, gratuites, sont mises à disposition par les stations pour vous. L'objectif est simple : découvrir des paysages somptueux en toute sérénité.



EDF E-RANDO

Ouverte à tous les possesseurs de e-bike, cette épreuve vous permet de profiter des magnifiques parcours de la Transmaurienne Vanoise « sans forcer ».



TRANSMAU' BY NIGHT

Lancée en 2021, cette petite randonnée nocturne sera l'occasion pour vous de découvrir l'expérience VTT et le territoire de la Haute Maurienne Vanoise de nuit. Une occasion à ne pas manquer !

RANDOSUDOR

FÉDÉRATION FRANÇAISE
CYCLISME



11^{ÈME} ÉDITION LA LOZÉRIENNE VTT

6 | 7 | 8 MAI 2023



1, 2 OU 3 JOURS
RALLYE VTT X COUNTRY
CHRONO OU RANDO

Occitanie

Lozère

lozerienne.com

RETOUR SUR CAP NORE

Le **Raid VTT Cap Nore** s'est déroulé le week-end du **18 & 19 juin à Villegly**, au coeur du Pays Cathare et de la Montagne Noire !

Ni la chaleur écrasante, ni le soleil ardent n'ont entamé la motivation des nombreux participants prêts à profiter et à prendre du plaisir sur les parcours tracés par l'organisation.

Placée sous le signe de la diversité, cette première journée a été rythmée par les départs de pas moins de trois disciplines différentes : trail, gravel et VTT de descente.



UN PROGRAMME DIVERSIFIÉ

TRAIL'NORE | 13KM - 23KM - RELAIS

Grande nouveauté de cette **édition 2022**, ce sont les traileurs qui ont ouvert les hostilités le samedi matin, dès 9h.

Les amoureux de course à pied ont pu se challenger sur deux parcours autour de **Villegly** : un 13km ainsi qu'un 25km. Ce dernier parcours était aussi accessible en relais afin de partager le plaisir de courir avec son binôme préféré.

Avec des parcours tracés près des deux rivières traversant Villegly, la Clamoux et la Seize, les participants ont pu profiter de la fraîcheur matinale pour réaliser de belles performances.



GRAVEL'NORE | 75KM & 1 700M D+

Dès 9h15, ce sont les adeptes du **Gravel Bike** qui sont partis à l'assaut du **Pic en Nore** en profitant des nombreux singles, pistes et petites routes de l'arrière-pays. A travers ce parcours très joueur de 75km et 1 700m de dénivelé, les participants ont pu apprécier la diversité de la Montagne Noire.

Le Gravel'Nore est la cinquième manche du **Gravel'Tour Cannondale**, challenge national regroupant 7 manches sur toute la saison.

DEVAL'NORE | 28,5KM & 1 340M D-

Limité à 500 places, **Deval'Nore** est un incontournable très prisé sur **Cap Nore** !

Cette folle descente du Pic de Nore jusqu'aux vignes de Villegly attire chaque année des cyclistes avides de sensations fortes. Entre les purs descendeurs cherchant le chrono ou les VTTistes voulant se mesurer à un tracé rapide et joueur, Deval'Nore est une épreuve qui se vit à fond !

Si les 250 coureurs de la première vague ce matin ont pu profiter d'un vent frais du Pic de Nore jusqu'aux vignes de Villegly, ceux de la deuxième vague ont dû partager le parcours avec un soleil au zénith et une chaleur plus présente. Sur ce tracé technique, l'ombre des chênes lièges fut fortement appréciée pour garder le corps et la tête au frais et déjouer habilement les pièges de la Montagne Noire.



VILLEGLY (11)

EDITION 2022



SAMEDI 17 JUIN
DEVAL'NORE
GRAVEL'NORE
TRAIL'NORE

DIMANCHE 18 JUIN
RANDO VTT&VTT AE
RANDO PEDESTRE



RETOUR SUR CAP NORE

Pour la seconde journée, ce sont plus de **1 100 randonneurs VTT** qui ont pris les départs des 5 parcours proposés par l'organisation, suivis par 60 valeureux marcheurs, motivés à découvrir les trésors cachés des alentours de Villegly.



5 PARCOURS, POUR TOUS LES GOÛTS

Dès 6h30, les vttistes se sont élancés sur les parcours, avec des départs libres pour profiter au maximum de la fraîcheur matinale.

Accessible aux familles avec enfants, le petit parcours de **25km (350m D+)** permettait aux plus jeunes d'accrocher leur premier dossard et de découvrir la beauté du Pays Cathare.

Plus technique, plus joueur et demandant un peu plus d'engagement, le parcours du **40km (750m D+)** était quant-à-lui une véritable ode aux petits chemins du Minervois.

Les participants du **65km (1 700m D+)**, **85km (2 050m D+)** et **100km (2 750m D+)** étaient quant-à-eux les seuls à prétendre gravir le mythique Pic de Nore.

Si certains ont terminé leur parcours en 1h30, d'autres, et notamment ceux inscrits sur le 100km, ont passé entre 7h30 et 14h sur les tracés.

De quoi profiter pleinement de cette journée VTT !



DES PANORAMAS GRANDIOSES

Il aura fallu braver la chaleur le dimanche pour apprécier les parcours, mais cela en valait la peine !

Passant de single en single, sur des chemins parfaitement entretenus par **les Brigades Vertes** de l'ATAC grâce au partenaire Rouquette, les participants pouvaient profiter des splendides paysages environnant en toute sérénité. Végétation à perte de vue, panorama à 360° au sommet du Pic de Nore, passages dans les vignes du Minervois, le tout entrecoupé par des ravitaillements sensationnels et bien mérités, impossible de repartir déçu !



MANGER PLUS POUR ROULER PLUS

Pour que les participants viennent à bout des parcours et rallient la ligne d'arrivée, les équipes de bénévoles sur les ravitaillements donnaient le maximum d'eux !

En plus des produits incontournables, les ravitaillements sur Cap Nore font la part belle aux produits locaux. Saucisse Cathare grillée, boudin Galaba, ventrèche et vin rouge, que des bons produits pour faire le plein d'énergie.



Si cette **26^{ème} édition** est une réussite, ne manquons pas de remercier l'ensemble des partenaires et la formidable équipe de **300 bénévoles**, pour leur aide et leur soutien sans faille.

Rendez-vous les 17 et 18 juin 2023 pour la 27^{ème} édition de Cap Nore !

CAP SUR LAISSAC EN 2023

Pour fêter ses 30 ans d'existence, le **Roc Laissagais** s'offre un beau cadeau d'anniversaire en 2023.

Après les Championnats de France VTT Marathon en 2011 puis les Championnats du Monde Mountain Bike Marathon UCI en 2016, le Roc Laissagais aura le plaisir d'accueillir les **UEC MTB Marathon European Championships**, les 10 et 11 juin prochains.



Durant tout le week-end, l'événement va battre au rythme des **meilleurs vététistes mondiaux** et européens qui s'affronteront sur un parcours pensé pour l'occasion, et testé cette année.

L'organisation du Roc Laissagais a profité de l'édition 2022 pour créer un parcours typé Marathon favorisant le spectacle et l'interactivité avec les spectateurs. Testé et approuvé, avec des boucles de 30km et 50km à réaliser dans les Palanges, un passage à mi-course sur le Village de l'épreuve et une zone technique accessible au coeur de la forêt, ce nouveau parcours permettra également aux spectateurs de suivre aisément la course.



Si la part belle sera faite aux parcours chronométrés et aux Elites, cette **30^{ème} édition** du Roc Laissagais sera une vraie fête pour tous !

Au programme : cross-country, gravel, enduro, draisiennes, randonnées gourmandes ou encore randonnée pédestre, en 2023 ce seront encore plus de **1 000 participants** qui (re)découvriront la beauté des Causses et de l'Aveyron.



Salués par les habitants de Laissac, les futurs champions pourront profiter de l'ambiance conviviale aveyronnaise.

Rendez-vous les **10 et 11 juin 2023 !**

SOUS LA NEIGE DE 2022

Après deux années blanches dues à la situation sanitaire, le Roc Laissagais était de retour les **2 et 3 avril** derniers. Si les premiers rayons de soleil du printemps laissaient présager une édition radieuse, c'est sous la neige que les participants ont retrouvé la direction des sentiers.

Les parcours tracés sur les étendues vallonnées des **Grands Causses** et dans la **Forêt des Palanges** ont accueilli sur le week-end près de **1 300 participants**.

Avec plus de **7 épreuves** au programme, ce sont des cyclistes venant de tous les horizons qui se sont regroupés à **Laissac**.





NOS PARTENAIRES 2022

CO-ORGANISATEURS



PARTENAIRE TITRE



PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



PARTENAIRES TECHNIQUES



MÉDIAS OFFICIELS

