

SKYRACE LES ORRES

AUX ORIGINES

SAMEDI 9 AOÛT 2025

PROGRAMME :

SKYRACE LES ORRES

TRAIL MINIMES

TRAIL CADETS

TRAIL JUNIORS

COURSE ENFANTS

APÉRO/CONCERT

CONTACTS

EMMANUELLE CEARD - PRESIDENTE : 06 10 85 84 90

GABIN GUEDON ET ROBIN PAYA - DIRECTEURS DE COURSE

06 38 62 81 33 - 06 19 87 67 60

LES ORRES



SKYRACE LES ORRES AUX ORIGINES

EDITO

RETROUVER LES ORIGINES DU TRAIL, MAIS QU'EST-CE QUE CELA SIGNIFIE ?

C'EST LA QUESTION QUE NOUS NOUS SOMMES POSÉS AVANT DE CONSTRUIRE CET ÉVÉNEMENT. À CHACUN SA DÉFINITION, SA VISION, SA PRATIQUE, SA MOTIVATION POUR S'ENGAGER DANS UNE TELLE ÉPREUVE.

POUR NOUS, LA SIMPLICITÉ DU TRAIL ET SES ORIGINES SONT LES SUIVANTES :

L'ESSENTIEL C'EST LE TRACÉ, SE RETROUVER DEVANT UNE CARTE ET CHERCHER UNE LIGNE, PLUS OU MOINS LOGIQUE ET ESTHÉTIQUE QUI NOUS PERMETTRA D'ARPENDER LE TEMPS DE QUELQUES HEURES LES MONTAGNES ET SOMMETS DES ALENTOURS. C'EST CE QUE NOUS VOUS PROPOSONS DANS CE TRACÉ, À LA FOIS EXIGEANT, MONTAGNARD MAIS AU FINAL D'UNE GRANDE SIMPLICITÉ. UN TOUR DE LA STATION DES ORRES PAR SES PRINCIPAUX SOMMETS ET LIGNES DE CRÊTES.

LE PLAISIR NE VAUT QUE LORSQU'IL EST PARTAGÉ, N'EST-CE PAS ? ALORS POURQUOI NE PAS TOUS VOUS INVITER À ENCHAINER CES SOMMETS AVEC NOUS ET VOUS FAIRE DÉCOUVRIR NOS MONTAGNES ET NOS SENTIERS.

LA SIMPLICITÉ DU TRAIL RÉSIDE ÉGALEMENT DANS LE FORMAT DE COURSE ET LE MATÉRIEL. ET SI VOUS LAISSEZ MONTRE, BÂTONS AU PLACARD ET NE PRENIEZ QUE L'ESSENTIEL ; UNE PAIRE DE BASKETS, UNE COUVERTURE DE SURVIE, DE QUOI BOIRE ET MANGER.

LA TRANSMISSION EST L'UNE DES VALEURS FONDAMENTALE DE LA MONTAGNE ET DE NOTRE CLUB. NOUS NOUS ENGAGEONS FORTEMENT DANS LA FORMATION DES JEUNES, IL NOUS ÉTAIT DONC LOGIQUE DE LES INVITER À LA FÊTE ET DE LEUR PROPOSER DES FORMATS DE COURSES ADAPTÉS À TOUT ÂGE, D'AUTANT PLUS QUE LES COURSES DE TRAIL POUR LES JEUNES SONT RARES EN FRANCE.

LA MONTAGNE, CE MILIEU QUI NOUS PERMET DE NOUS ÉPANOUIR. TOUS LES JOURS NOUS LA PRATIQUONS ET L'ADMIRONS. IL NOUS FAUT LA RESPECTER, POUR MIEUX LA COMPRENDRE ET MIEUX L'APPRIVOISER. NOTRE ENGAGEMENT POUR RENDRE CET ÉVÉNEMENT LE PLUS PROPRE POSSIBLE, NOUS SEMBLE FAIRE PARTIE DE L'ESSENCE DU TRAIL.

L'ÉQUIPE DE L'EAC

PROGRAMME EN DÉTAIL

SAMEDI 9 AOÛT, SKYRACE COURSE ADULTE :

- 10H30-13H30 REMISE DES DOSSARDS AU POLE SPORT INNOVATION DES ORRES 1650.
- 11H ET 12H POUR CELLES ET CEUX QUI ONT RÉSERVÉ, NAVETTES AU DÉPART D'EMBRUN DIRECTION LES ORRES
- 13H45 BRIEFING COURSE DE LA SKYRACE.
- 14H DÉPART DE LA SKYRACE
- 16H30 ARRIVÉE DES PREMIERS CONCURRENTS
- 19H ARRIVÉE DES DERNIERS COUREURS ET REMISE DES PRIX
- 19H30 APÉRO (POUR LES COUREURS ET RÉSERVATIONS EFFECTUÉES À L'INSCRIPTION) - CONCERT

COURSES MINIMES, CADETS JUNIORS, ENFANTS :

- 11H-14H10 REMISE DES DOSSARDS AU POLE SPORT INNOVATION DES ORRES 1650.
- 11H ET 12H POUR CELLES ET CEUX QUI ONT RÉSERVÉ, NAVETTES AU DÉPART D'EMBRUN DIRECTION LES ORRES
- 14H15 BRIEFING COURSES MINIMES, CADETS, JUNIORS
- 14H30 DÉPART COURSES MINIMES, CADETS, JUNIORS
- 15H ARRIVÉE DES PREMIERS CONCURRENTS
- 16H ARRIVÉE DES DERNIERS COUREURS ET REMISE DES PRIX
- 14H30-17H45 INSCRIPTION SUR PLACE DE LA COURSE ENFANTS
- 18H DÉPART COURSE ENFANTS (800M)
- 19H30 APÉRO (POUR LES COUREURS ET RÉSERVATIONS EFFECTUÉES À L'INSCRIPTION) - CONCERT

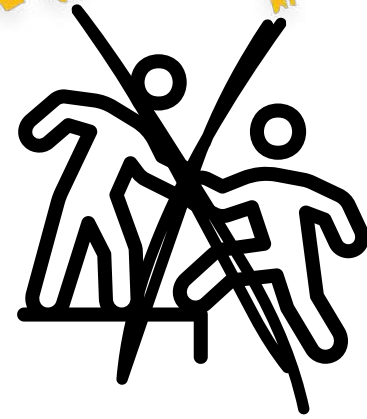
ANIMATION SUR PLACE :

- A PARTIR DE 14H BUVETTE SUR PLACE, À PROXIMITÉ DU DÉPART DE LA COURSE
- TOUTE LA JOURNÉE, POSSIBILITÉ DE SÉRIGRAPHIER VOTRE PROPRE TEE-SHIRT À EFFIGIE DE LA SKYRACE. THERMOCOLLAGE PROPOSÉ PAR INTERSPORT GAP. 5 EUROS
- KINÉS À PROXIMITÉ DE LA ZONE D'ARRIVÉE POUR L'ENSEMBLE DES COUREURS.
- 16H30-18H ATELIER D'INFORMATION ET DE SENSIBILISATION À LA GÉOLOGIE, AU CHANGEMENT CLIMATIQUE ET À LA PROTECTION DU MILIEU MONTAGNARD, À DESTINATION DE TOUS.
- 19H30 APÉRO (POUR LES COUREURS ET RÉSERVATIONS EFFECTUÉES À L'INSCRIPTION) - CONCERT

NOS ENGAGEMENTS ET RAPPELS IMPORTANTS



LIMITER L'ENSEMBLE DES DÉCHETS
(VRAC, SANS Gobelets, Balisage
réutilisable et sans impact durable
sur l'environnement, dossards
réutilisables, etc.)



AUCUNE ASSISTANCE EXTÉRIEURE
AUTORISÉE SUR LA COURSE, LE COUREUR SE
DÉBROUILLE AVEC SES PROPRES RÉSERVES
ET LES RAVITAILLEMENTS DE LA COURSE



LIMITER LES VOITURES SUR LA STATION DES ORRES EN
PROPOSANT DES NAVETTES RÉGULIÈRES DEPUIS LE
PARKING DE COVOITURAGE D'EMBRUN
LIMITER L'USAGE DES VÉHICULES SUR LA COURSE
(SAUF SECOURS) EN LEIN AVEC LA COMMUNAUTÉ DE
COMMUNES DE SERRE PONCON



DÉCONSEILLER AU MAXIMUM L'USAGE DES MONTRES
CONNECTÉES EN PROPOSANT UN AFFICHAGE
CHRONOMÉTRIQUE EN PLUSIEURS ENDROITS DU
PARCOURS - LE COUREUR SE CONCENTRE SUR SES
SENSATIONS PLUS QUE SUR SA MONTRE



PROPOSER DES RAVITAILLEMENTS AVEC DES
PRODUITS LOCAUX ET DE SAISON, BOISSONS
COMPRISES, EN TRAVAILLANT AVEC LES
PRODUCTEURS ET ENTREPRISES LOCALES



PROPOSER DES DOTATIONS COUREURS ET
DES RÉCOMPENSES LOCALES (PANIER
GARNI TRÈS COMPLETS PAR EXEMPLE OU
PRODUITS ISSUS DE L'ARTISANAT LOCAL)

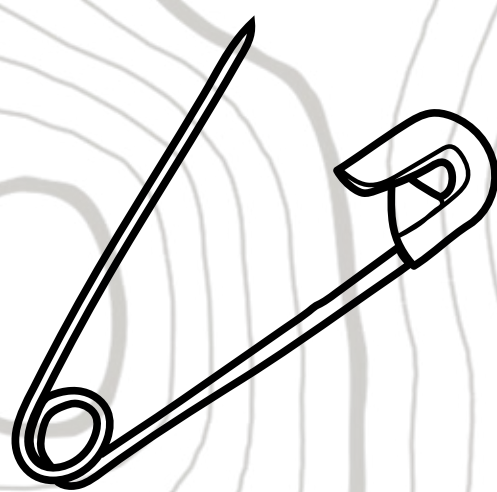


LES  ORRES

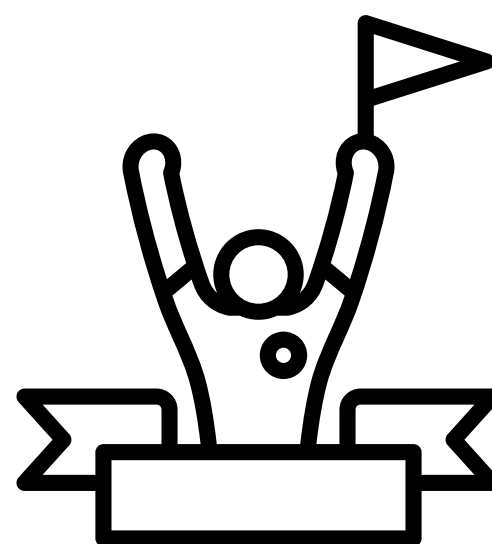
L'ÉVÈNEMENT EST PENSÉ PAR DES TRAILEURS, POUR DES
TRAILEURS, POUR LA DÉCOUVERTE, LE PLAISIR ET LA JOIE DE
SE RETROUVER. LE BUT DE L'ÉVÈNEMENT EST DONC DE RESTER
À L'ÉQUILIBRE SANS VISER DES OBJECTIFS DE BÉNÉFICES



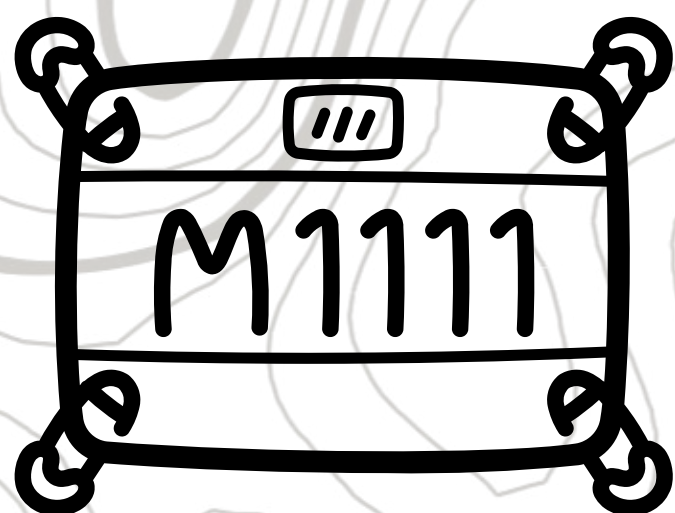
À RETENIR



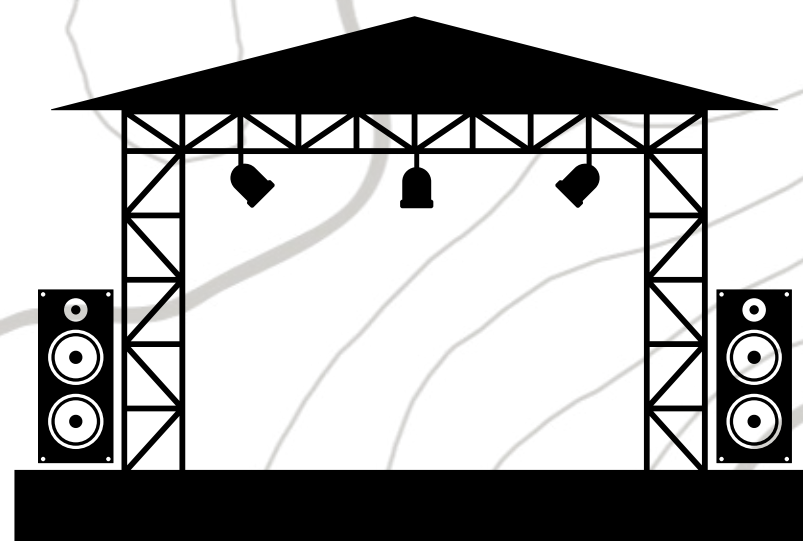
PENSEZ À VOS ÉPINGLES À NOURRICE



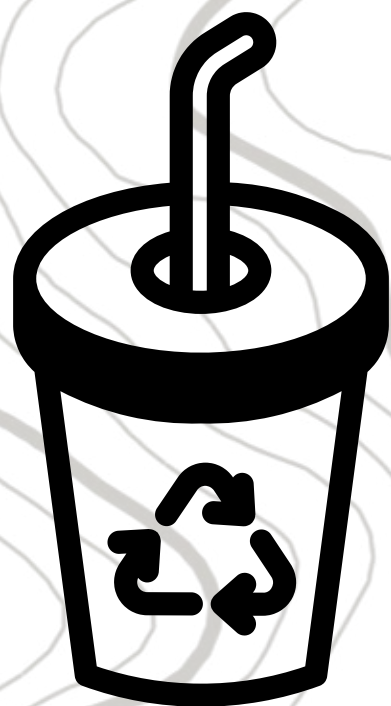
FAN ZONE AU ZÉNITH AVEC ACCÈS À TARIFS RÉDUITS (TICKETS À DEMANDER LORS DU RETRAIT DES DOSSARDS)



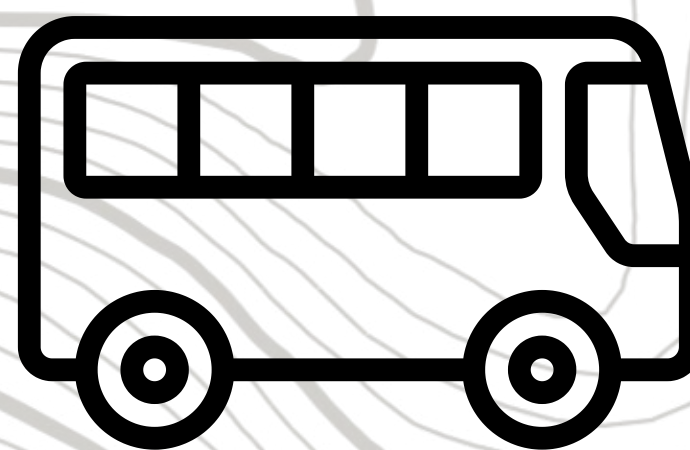
RETRAIT DES DOSSARDS AU POLE SPORT INNOVATION
LES ORRES 1650



ANIMATIONS SUR LE FRONT DE NEIGE + APERO
CONCERT



PRENEZ VOS ECO-CUPS



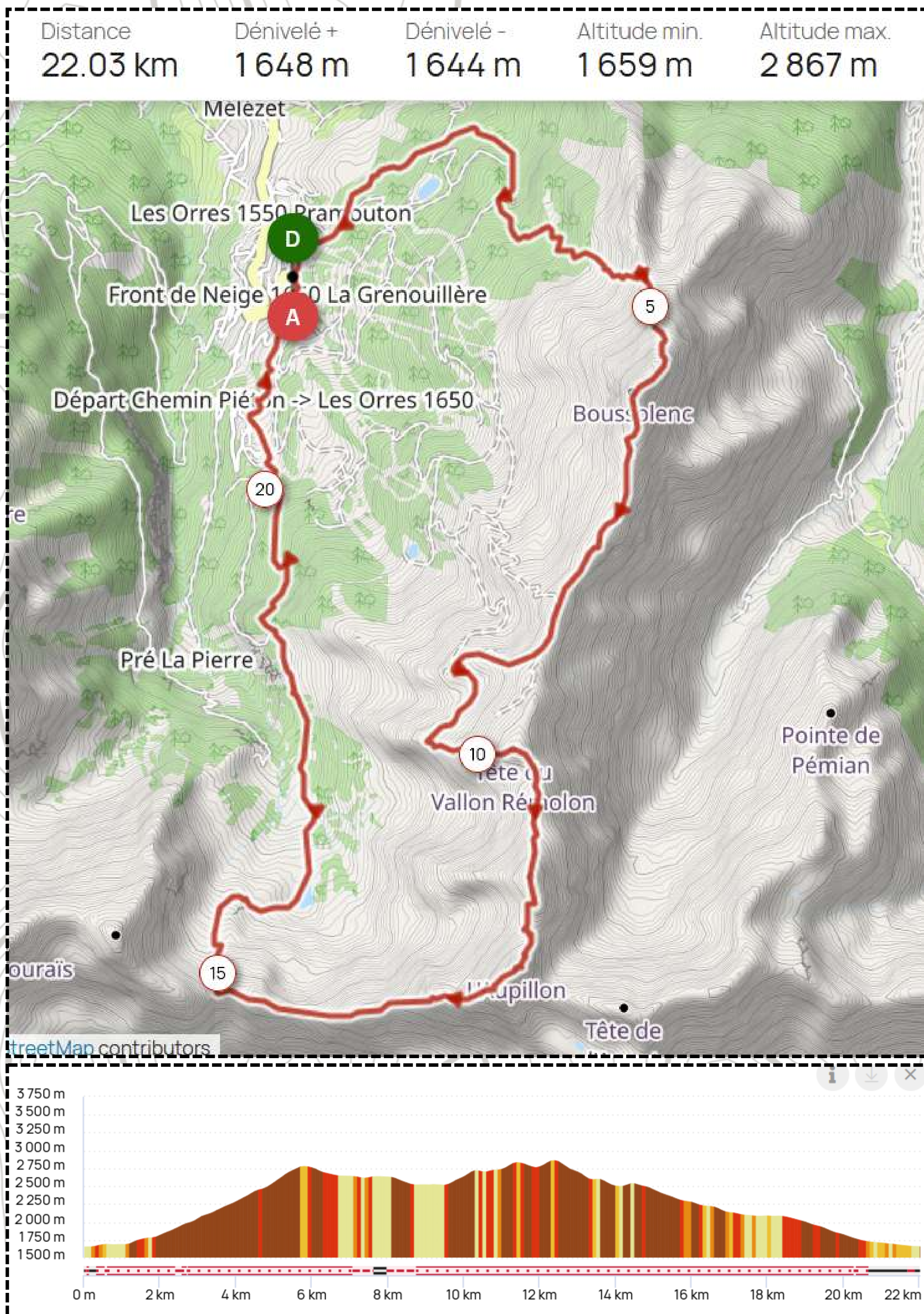
NAVETTES À 11H ET 12H À L'ALLER
(AIRE DE COVOITURAGE DE BARATIER)
20H ET 22H POUR LE RETOUR

SKYRACE LES ORRES

LE PARCOURS ET LE PROFIL

70% DE LA COURSE À PLUS DE 2000M / 45% DE LA COURSE À PLUS DE 2500M / 16% DE LA COURSE À PLUS DE 2700M

LORSQUE L'ON REGARDE LA CARTE DES ORRES, UNE BOUCLE LOGIQUE APPARAÎT, PARTANT DU CENTRE DE LA STATION, REJOIGNANT LE BOUSSOLENC, LONGEANT LES CRÊTES POUR REJOINDRE AU LOIN L'AUPILLON, PUIS REDESCENDRE PAR LE LAC DE SAINTE MARGUERITE POUR RALLIER L'ARRIVÉE. EN SOMME, UN PARCOURS EXIGEANT ASSOCIANT, FORTE MONTÉE, PASSAGES TECHNIQUES, PORTION ROULANTE ET DESCENTE DE RÊVE, UNE COMBINAISON GAGNANTE POUR UNE BELLE BOUCLE. CE PARCOURS SE RAPPROCHE DE CE QU'ON APPELLE LE SKYRUNNING, QUI CORRESPOND À UN PARCOURS TECHNIQUE, ENGAGÉ, CHEMINANT SUR DES SENTIERS ET SUR DES LIGNES DE CRÊTES, DU VRAI TRAIL EN SOMME.



TRAIL CADETS JUNIORS

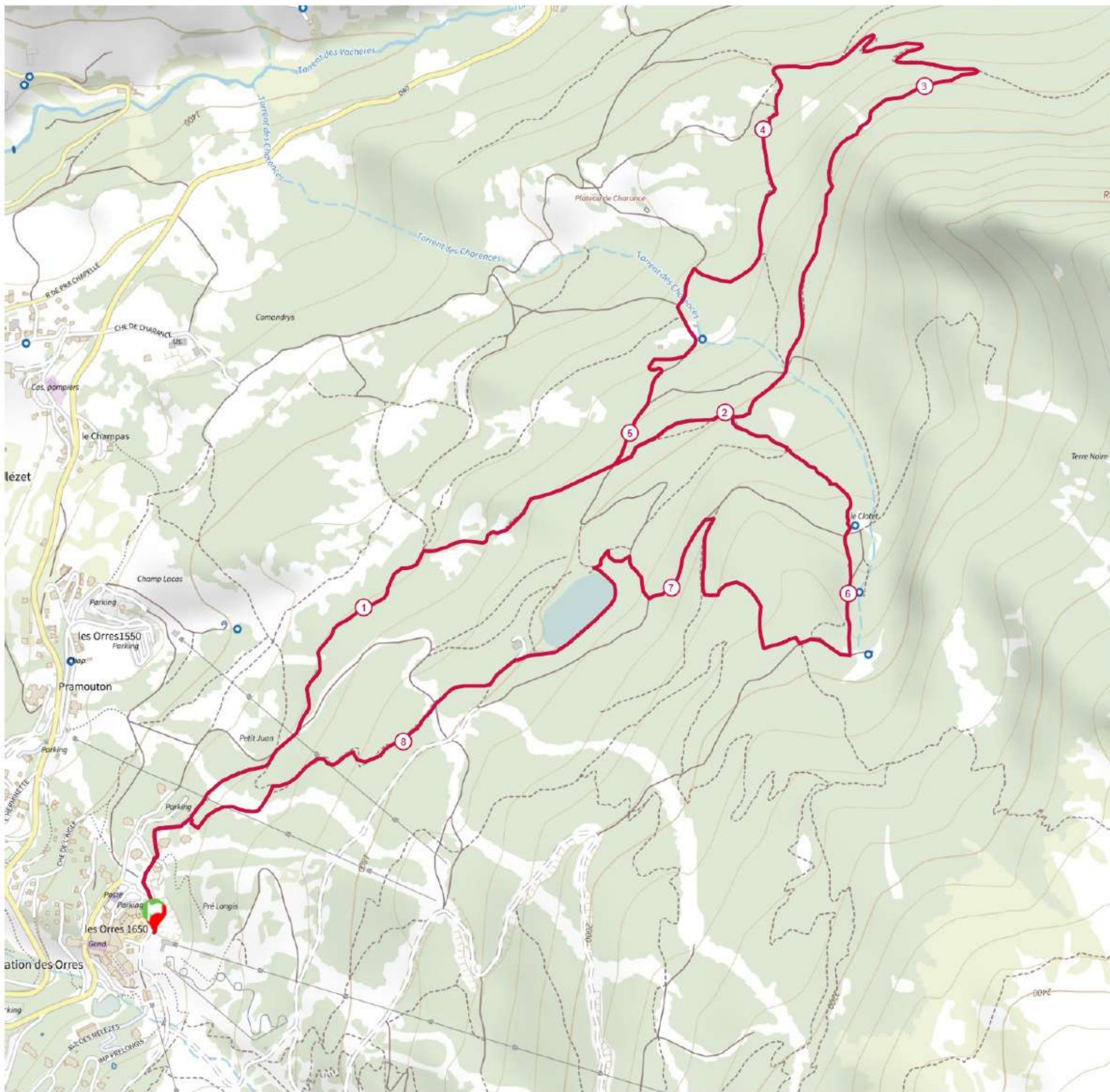
LE PARCOURS ET LE PROFIL

PETITE BOUCLE AU DÉPART DE LA STATION, SUR LES TRACES DU TRAIL NUMÉRO 1 PUIS D'UNE PETITE BOUCLE SUPPLÉMENTAIRE AUTOUR DE LA RETENUE COLLINAIRE POUR PRENDRE UN PEU DE HAUTEUR ET ALTERNER LES PORTIONS DE SENTIERS, DE MONTÉES, DE DESCENTES ET DE PLAT POUR GOÛTER À LA PRATIQUE DU TRAIL SUR UN PARCOURS DÉJÀ EXIGEANT.

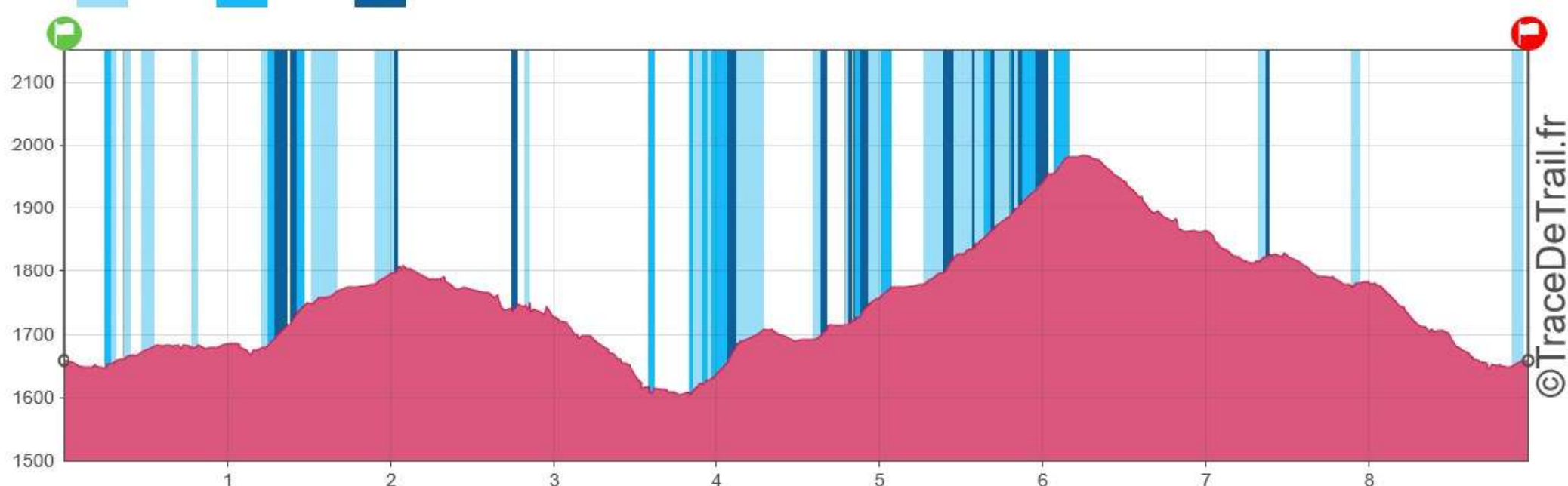


Skyrace Les Orres 2025 - Skyrace Cadets Juniors 2025 VDEF

8.98 km 587 m 587 m



<https://tracedetrail.fr/> - ©IGN 2025



TRAIL MINIMES

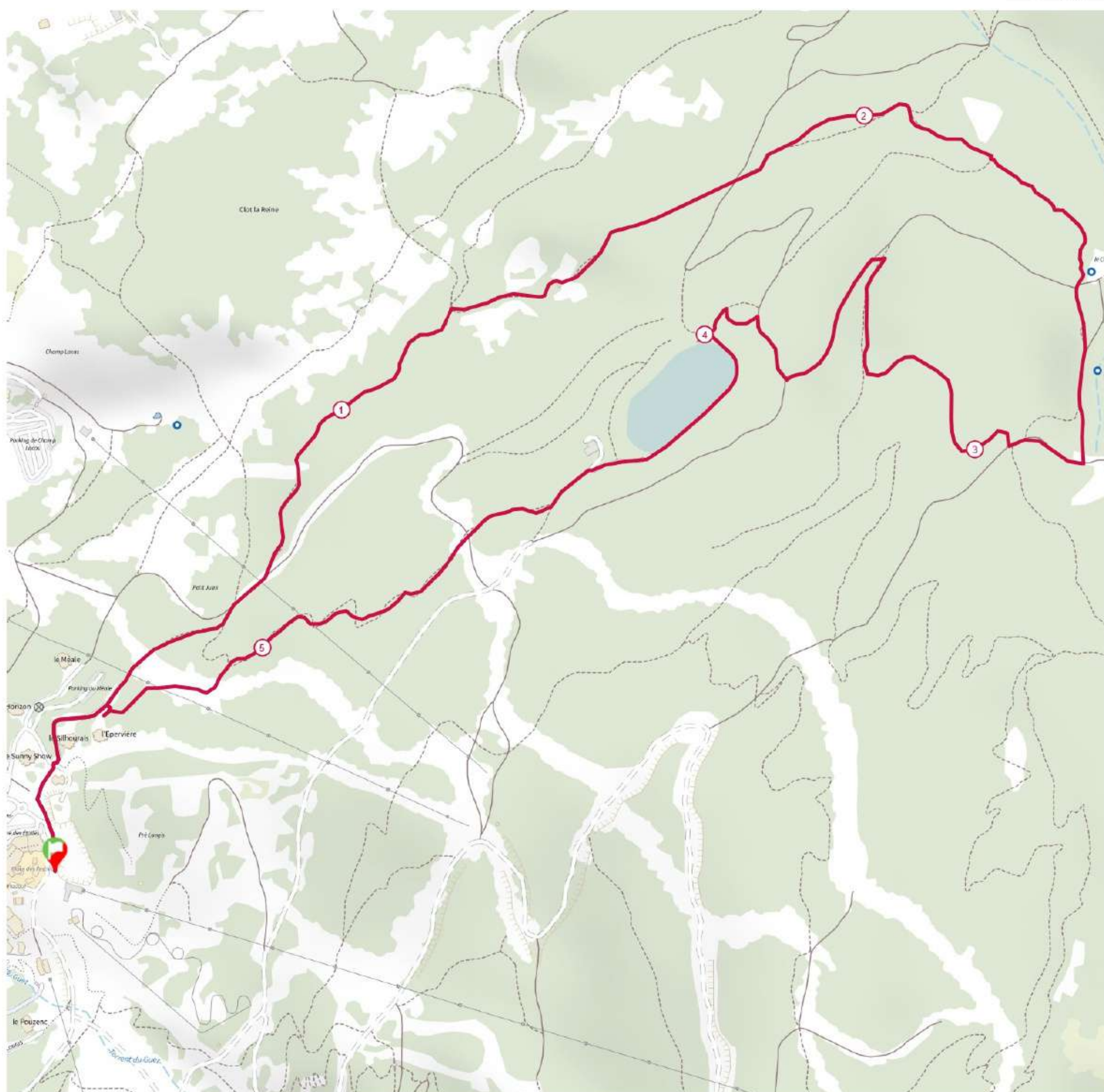
LE PARCOURS ET LE PROFIL

UNE SEULE BOUCLE, TOUJOURS DEPUIS LA MÊME ZONE DE DÉPART EN STATION AVEC UNE MONTÉE ET UNE DESCENTE, RAPIDE, EXIGEANT, MAIS PAS TROP TECHNIQUE POUR PROPOSER AUX JEUNES UNE ITINÉRAIRE DE DÉCOUVERTE DU TRAIL SANS TROP DE DIFFICULTÉS.

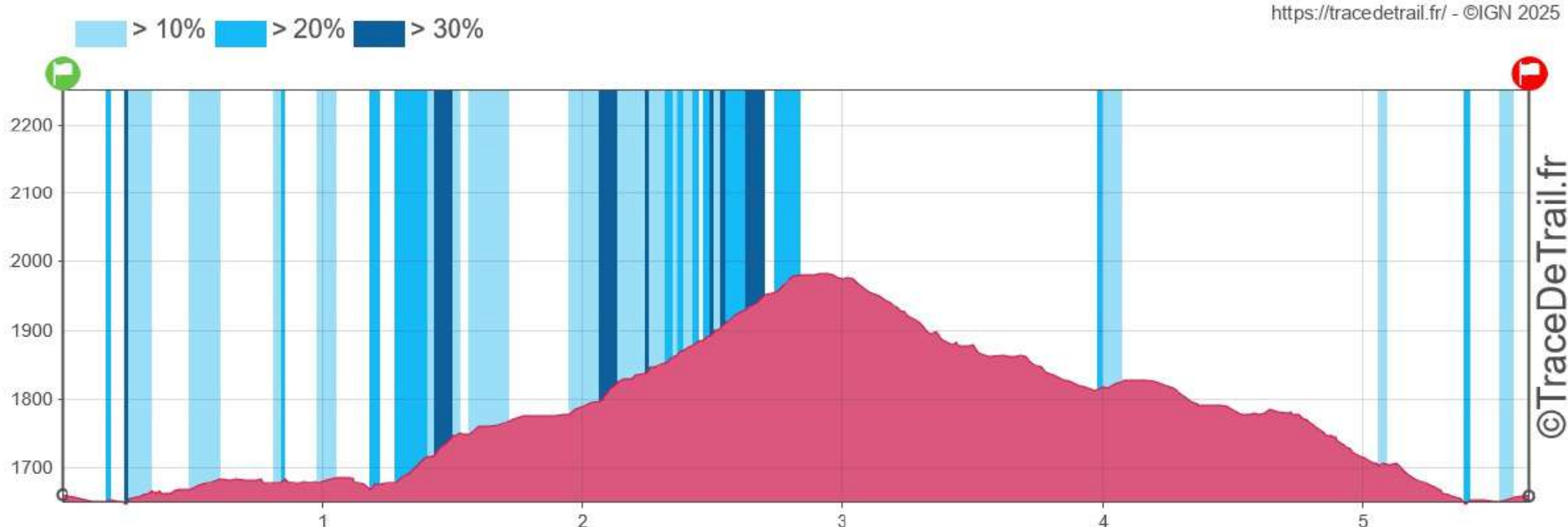


Skyrace Les Orres 2025 - Skyrace minimimes 2025 VDEF

5.64 km 368 m 368 m



<https://tracedetrail.fr/> - ©IGN 2025



COMMENT VENIR ?

- **EN NAVETTES** : LORS DE VOTRE INSCRIPTION IL VOUS A ÉTÉ DEMANDÉ SI VOUS SOUHAITIEZ PRENDRE UNE NAVETTE D'EMBRUN AUX ORRES. VOUS L'AVEZ DEMANDÉ, NOUS L'AVONS FAIT. DEUX ROTATIONS LE MATIN AU DÉPART DE L'AIRE DE COVOITURAGE. UN PREMIER DÉPART À 11H ET UN SECOND À 12H. POUR LE SOIR, LES RETOURS SONT PRÉVUS À 20H ET 22H. MERCI DE PRENDRE VOS DISPOSITIONS POUR NE PAS TOUS PRENDRE LES DERNIÈRES NAVETTES ET QU'ELLES SOIENT SATURÉES.
- **EN COVOITURAGE** : N'HÉSITEZ PAS À PUBLIER SUR LES DIFFÉRENTS RÉSEAUX VOTRE BESOIN EN COVOITURAGE. IL Y A SEULEMENT UNE ROUTE D'ACCÈS AUX ORRES DONC TOUS LES COUREURS PASSERONT PAR LA MÊME ROUTE QUE VOUS.
- **EN BUS** : LIGNE ZOU 560 AU DÉPART DE LA GARE D'EMBRUN ([HTTPS://WWW.LESORRES.COM/SITES/DEFAULT/FILES/DOCUMENTS/560EMBRUNLES-ORRESETE-2025.PDF](https://www.lesorres.com/sites/default/files/documents/560EMBRUNLES-ORRESETE-2025.PDF))
- **AVEC VOTRE VOITURE** : DEPUIS LA RN74 PRENDRE DIRECTION LES ORRES SUR LA D40. LES PARKING DE L'ESTOMAC ET DE CHAMP LACAS SERONT RÉSERVÉS AUX COUREURS.

VOIR LES COUREURS

- **AU KILOMÈTRE 9 RAVITAILLEMENT DU ZÉNITH** : LORS DE LA REMISE DES DOSSARDS, IL VOUS SERA DEMANDÉ COMBIEN DE TICKETS ACCOMPAGNANTS VOUS SOUHAITEZ. CES TICKETS VOUS PERMETTRONT D'AVOIR UN TARIF RÉDUIT SUR LES REMONTÉES MÉCANIQUES ET AINSI SE RENDRE AU RAVITAILLEMENT DU ZÉNITH ; AUTREMENT APPELÉ FAN ZONE, OÙ IL VOUS SERA DEMANDÉ DE FAIRE UN MAXIMUM DE BRUIT !!
- **AU LAC DE SAINTE MARGUERITE**, IL VOUS FAUDRA RANDONNER UN PEU POUR APERCEVOIR LES CONCURRENTS. AU DÉPART DU PARKING DE BOIS MÉANS. PRENDRE LA DIRECTION DU LAC DE SAINTE-MARGUERITE. UNE RANDONNÉE FAMILIALE ET CLASSIQUE DES ORRES POUR POUSSER LES CONCURRENTS DANS LEUR DERNIÈRE DESCENTE.
- **L'ENSEMBLE DU PARCOURS EST ACCESSIBLE À PIED**. ATTENTION TOUTEFOIS, LE BOUSSOLENC ET L'AUPILLON PEUVENT ÊTRE DES SOMMETS DIFFICILES D'ACCÈS.

MATÉRIEL OBLIGATOIRE

- UNE RÉSERVE D'EAU SUFFISANTE 500ML MINIMUM.
- UNE COUVERTURE DE SURVIE
- SIFFLET

MATÉRIEL CONSEILLÉ : RÉSERVE ALIMENTAIRE, ECOCUP, COUPE-VENT OU IMPERMÉABLE LÉGER, TÉLÉPHONE PORTABLE

MATÉRIEL INTERDIT ET DÉCONSEILLÉ

- DANS LE RESPECT DE NOS VALEURS DE RETOUR À L'ACTION SIMPLE DE COURIR :
- BÂTONS DE MARCHÉ OU TRAIL
- ÉCOUTEURS, AIR-POD, SYSTÈME CONNECTÉ DE MUSIQUE EMBARQUÉ

MATÉRIEL DÉCONSEILLÉ AU MAXIMUM POUR COURIR AUX SENSATIONS ET REVENIR À LA BASE DE L'EFFORT TRAIL : MONTRES CONNECTÉES ET AUTRES OBJETS MONITORÉS ET CONNECTÉS

NOS PARTENAIRES

LA COMMUNE DES ORRES
LE DÉPARTEMENT DES HAUTES ALPES

LE RESTAURANT LE ZÉNITH
LA COMMUNAUTÉ DE COMMUNE DE SERRE-PONÇON
ATOL GAP

SARL LAGIER ROCHE

LA SEMLORE

INTERSPORT GAP

LA FROMAGERIE DE LA RESTE
ZIGA

INTERSPORT LES ORRES 1650
EUROVIA

COLAS, LA BÂTIE-NEUVE
BIOCOOP LA GRAINE DE LIN EMBRUN

LES AUTOCARS JULLIEN
LE FRUIT DES ABEILLES POUR LE MIEL
LA CIVADILLE POUR LES JUS DE FRUITS

LE DOMAINE DE QUINT
REINE DES BASALTES ET DANIEL JALLA

LA BRASSERIE ALPHAND
AS2PIC POUR LA CHRONOMÉTRIE

LYCÉE PROFESSIONNEL ALPES ET DURANCE EMBRUN

BRASSERIE LA TOURMENTE

GRAVLUX POUR LES RÉCOMPENSES D'ARRIVÉE

LA SÉCURITÉ CIVILE

LES CLUBS D'ATHLÉ DU GH2A

LE COMITÉ DES FÊTES DES ORRES

L'ORGANISATION DU GRAND RAID DU QUEYRAS

LES  ORRES



BONNE COURSE !