

TENTATIVE EXPEDITION SPORTIVE



**TRAVERSEE DES PYRENEES
EN COURANT EN MOINS DE 10 JOURS
AVEC ASSISTANCE**

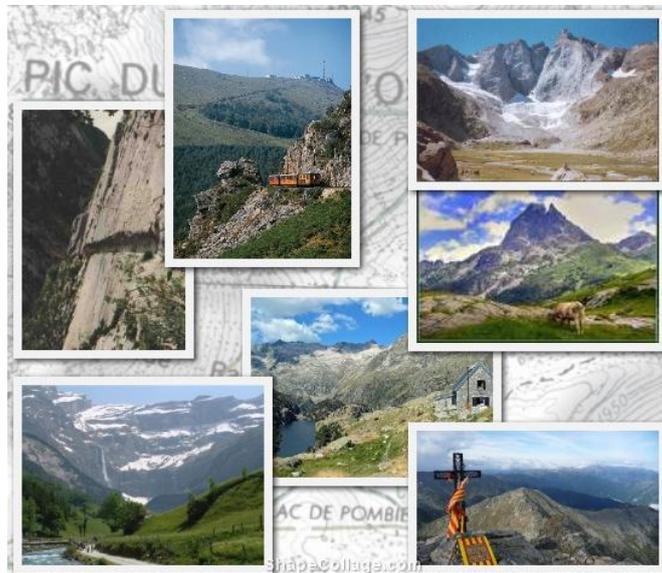
Nicolas DARMAILLACQ et la Lémur Team

Banyuls-Hendaye

Du Samedi 24 Juillet au Dimanche 1^{er} Août 2010

670 kilomètres découpés en 9 Etapes

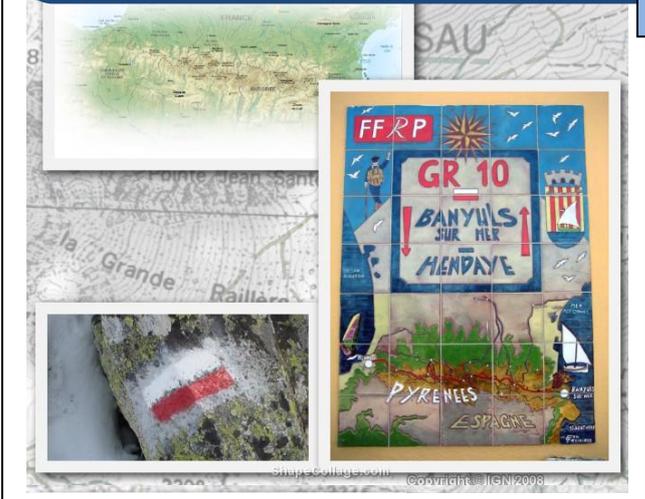
84 000 mètres de dénivelé cumulé



POURQUOI UN TEL DEFI ?

La Traversée des Pyrénées (à pied, à vélo, à ski...) a inspiré et inspirera toujours de très nombreux passionnés de montagne, car le fait de parcourir tout le massif frontalier entre la France et l'Espagne, pour rallier une Mer à un Océan est un vrai symbole. GR10, GR11, HRP, Crête Frontière et autant d'itinéraires symboliques pour parcourir ces fabuleuses Pyrénées, ces montagnes aux multiples visages. Ce symbole est amplifié par mon vécu sportif, qui s'est depuis mon enfance forgé dans ce Massif ; en randonnée, à ski, en vélo de route sur les Cols les plus prestigieux, en ski de randonnée et depuis quelques années en Trail ... les Pyrénées sont indissociables de ma vie sportive depuis très longtemps, ... un symbole, un rêve. Cette traversée englobe toute la passion des Pyrénées transmise par mon père depuis tout petit ...

UN SYMBOLE / UNE HISTOIRE



Depuis toujours, que ce soit au Tennis, en Cyclisme sur Route et depuis 2003 en Course de Montagne, la performance sportive reste chez moi un leitmotiv important ; la performance pas forcément dans le sens d'une confrontation à des "adversaires", mais plutôt une performance dans le dépassement de soi, une performance contre moi-même, dans le but de toujours repousser mes limites. Depuis mon premier Ultra Trail en 2005 et le Tour du Mont Blanc (UTMB), j'ai enchaîné quelques épreuves extrêmes de ce genre et les expériences ont toujours été enrichissantes. Cette traversée des Pyrénées "rapide" s'inscrit dans cette logique de Performance qui me guide encore, c'est un défi personnel que je me lance et que je souhaite relever tant que mon corps en est "peut-être" encore capable ... un beau challenge pour mes 30ans !

UN DEFI, UNE PERFORMANCE DE DEPASSEMENT DE SOI



UNE AVENTURE HUMAINE AVEC LES PROCHES

Un tel projet est impossible à accomplir seul, et il en serait presque dommage : l'assistance fait partie intégrante du projet, et l'aventure humaine qui se dessine déjà autour de cette Traversée est sans aucun doute une expérience unique à partager avec les proches. Tous passionnés de montagne, de trail, des Pyrénées, et tous très compétents chacun dans leur domaine pour être au service de la réussite du projet, ma famille et mes amis proches seront de l'aventure ; l'expédition prends alors toute sa valeur humaine avec ce groupe et est une motivation encore supérieure aux précédentes ...

TOUS ENSEMBLE : UNE AVENTURE HUMAINE

L'OSSATURE DE LA " LEMUR TEAM "



LE COUREUR

DARMAILLACQ Nicolas

Alias "Le Lémurien"

30ans - Réside à Sort en Chalosse (Landes)

Professeur d'EPS

Traileur depuis 2003, cycliste à mes débuts, passionné de montagne depuis toujours, j'ai intégré le Team Asics France de Trail en 2008.

Quelques performances dans les épreuves d'extrême endurance : 10^{ème} de l'UTMB 2007, 2^{ème} de l'Euskal Raid 2007, 4^{ème} Grand Raid de la Réunion 2008, Co-Vainqueur du Grand Raid des Pyrénées 2009, Co-Vainqueur du Grand Raid du Mercantour 2009



HOREAU Pierre alias "Pilou"

ACCOMPAGNATEUR TRAIL + REPORTER PHOTOS + TRACEUR + LOGISITQUE INFORMATIQUE

36ans - Réside à Angers (Maine et Loire) - Développeur Economique

Passionné de trail, passionné de montagne, mon ami Pierre possède déjà une très grande expérience de ses efforts de longue haleine, connaît très bien la montagne et possède une lucidité et une faculté d'analyse des événements toujours juste. Très fort physiquement, il maîtrise très bien toutes les technologies pour un suivi d'itinéraire par GPS, une mise à jour du blog pour un suivi en live de l'aventure, agrémenté toujours de ses plus belles photos.

DARMAILLACQ Jacques

**LOGISITIQUE CAMPEMENT / REPAS
ACCOMPAGNATEUR VTT et TRAIL / PHOTOS**

58ans - Réside a Serres Castet (64)

Employé de Banque

Mon père est passionné de Montagne depuis de nombreuses années : ski de randonnée, randonnée, trail ... une très grande expérience et connaissance des Pyrénées. Si on en est là, c'est un peu grâce (ou à cause) de lui ...



DARMAILLACQ Guillaume

LOGISITIQUE CAMPEMENT / REPAS + ACCOMPAGNATEUR VTT + LOGISITQUE INFORMATIQUE

25ans - Réside à Drancy (Seine-St-Denis) -Professeur de Mathématiques

Ski, Vélo de Route, Randonnée : mon frangin aime la Montagne et est surtout extrêmement rigoureux, l'idéal pour l'assistance, qui est en soit une aventure dans l'aventure où tout doit être calculé précisément.

Bien entendu, autour de cette équipe de base, de nombreux amis et proches viendront participer à l'aventure sur une ou plusieurs journées pour partager cette expédition tous ensemble !

LE DEFI SPORTIF

Comme l'ensemble du projet, le tracé de la Traversée se veut "personnel", chargé de sens et de symboles. L'idée de performance est bien présente, avec le but de réaliser le parcours en moins de 10 jours, mais pas sur n'importe quel itinéraire. Il sera à la fois direct, mais aussi significatif des Pyrénées pour en traverser et découvrir (même furtivement) les plus beaux endroits. Voilà pourquoi, comme vous le découvrirez dans les pages suivantes en détails, il sera un mélange entre GR10, GR11 et HRP...

LE SENS DU PARCOURS

D'Est en Ouest

Les topos français de la Traversée des Pyrénées (GR10, HRP) vont tous dans le sens inverse, vers la Méditerranée. Sur un plan personnel, un final par "mes" montagnes béarnaises et mes terrains d'entraînements basques, pour peut être finir cette aventure avec mes proches à Hendaye est obligatoire. Ce sera Banyuls-Hendaye ... dans le sens du GR11 Espagnol, d'Est en Ouest !



ORIENTATION ET BALISAGE

Les tronçons des étapes qui seront réalisés sur des parties du GR10 ou du GR11 se feront sur les traditionnels marquages rouge et blanc. Tout le reste se fera en orientation ! GPS, cartes topos, boussole, ainsi qu'un précieux road-book réalisé pendant la préparation, seront les alliés de la traversée.

9 JOURS – 9 ETAPES

670 Kilomètres – Environ 75Km/jour en moyenne

41 970 Mètres de dénivelé positif – 5000m/jour

DES CHIFFRES ...

- 3 Pays : France – Andorre – Espagne
- 3 Provinces Espagnoles (Catalogne - Aragon - Pays Basque)
- 3 Régions Françaises (Languedoc-Roussillon ; Midi-Pyrénées ; Aquitaine)
- Des Parcs Nationaux, des Sites Protégés, des Réserves Naturelles
- Parmi les plus beaux massifs pyrénéens traversés : Canigou, Encantats, Aneto, Posets, Mont Perdu, Gavarnie, Vignemale, Balaïtous, Ossau ...
- près de 15 cols à plus de 2500 mètres d'altitude, quelques passages à près de 3000 mètres.
- environ 75km/jour, près de 15 heures de rando-course quotidiens.
- une moyenne de 5000 mètres de dénivelée positive chaque jour
- de 2 à 4 points d'assistance quotidiens avec le bivouac nocturne
- Nombreuses paires de chaussures et de chaussettes pour prendre soin du seul outil de locomotion : mes pieds.

TENTATIVE DE RECORD OU PAS ?

A chacun sa trace ! Pour parler de record officiel, il faut utiliser un parcours officiel, comme un GR ou la HRP et faire valider la tentative par une instance officielle. Il n'en sera rien. Pour autant, à l'image de la Transpyrénéenne de Lionel Planes, Stéphane Couleaud et leur équipe (une traversée différente, mais dans la même logique, réalisée pendant l'été 2009, en 10j et 10h), on pourrait pourquoi pas parler de record officieux ! Un record, quel qu'il soit, n'est pas l'objectif majeur et les paramètres non maîtrisables seront très nombreux ... à commencer par les contraintes météo... et moi-même !

PREVISIONNEL DES ETAPES

Tout le topo ci-dessous doit bien entendu est considéré au conditionnel. La montagne ne se domine pas, nous en sommes ses hôtes. De nombreux aléas peuvent venir modifier la progression, à commencer par la météo ; les orages de montagne ou une journée de brouillard engendreront obligatoirement des modifications. Les 9 étapes évoquées ci-dessous pourront évoluer au fil de la tentative. En fonction de la forme physique, de l'apparition de douleurs quelconques ... il faudra sans aucun doute faire preuve d'adaptabilité par rapport à ce prévisionnel. Cette aventure est tout à la fois un voyage et un défi. L'imprévu, c'est bien là aussi l'un des charmes de ce périple !

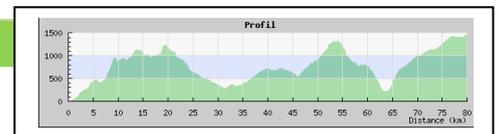
ETAPE 1 / SAMEDI 24 JUILLET 2010

Banyuls sur Mer - Gîte de Batère

80km – D+5500 – D-4200

"Au revoir Méditerranée et Traversée du Massif des Albères"

Cette première étape, bien qu'il ne s'agisse pas de suite de Haute Montagne, est bien escarpée et rocailleuse par endroits. Les points de vue sur la Méditerranée seront nombreux, du Pic Sailfort ou Pic Neulos, premiers sommets du parcours jusqu'au Roc de Frausa, qui marquera la fin de la Traversée du Massif des Albères, typiquement Méditerranéen. Après Amélie-les-Bains, on attaque déjà les contreforts du Massif du Canigou, jusqu'à la Tour de Batère pour un premier bivouac en gîte tout proche de là.



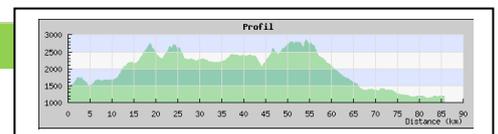
ETAPE 2 / DIMANCHE 25 JUILLET 2010

Gîte de Batère - Saneja

86km – D+4400 – D-4660

"Du Canigou à la Cerdagne par les crêtes à plus de 2000m d'altitude"

Dès le départ, si les conditions le permettent, nous passerons au sommet du Canigou, "l'Olympe des Catalans", puis le tracé remontera vers la crête frontière pour rester en Haute Montagne sur près de 40 kilomètres, entre France et Espagne à tour de rôle. Le Pic d'Eina, à plus de 2700mètres marquera la fin de cette traversée, pour basculer vers le plateau de Font-Romeu et les derniers kilomètres pour rejoindre Saneja en passant par Puigcerda notamment.



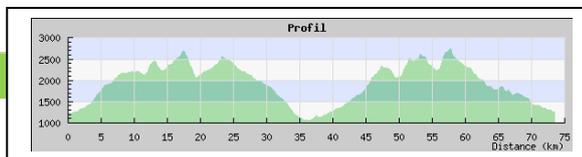
ETAPE 3 / LUNDI 26 JUILLET 2010

Saneja - Areu

75km – D+5070 – D-5020

“Traversée d’un Pays en une seule étape : l’Andorre”

Comme la précédente, et comme bon nombre des suivantes, cette étape se déroule en Haute Montagne, avec plusieurs cols à plus de 2500 mètres. Le tracé monte en altitude dès le départ par le GR11 Espagnol pour rallier la frontière Andorrane au niveau du Lac de l’Illa. Après un passage dans la civilisation et ses commerces, le parcours reprend de l’altitude pour emprunter le tracé du Tour de l’Andorre et des passages de crêtes somptueux pour rallier le refuge de Comapedrosa, au pied du sommet Andorran. Il faudra alors rebasculer en Espagne par le difficile Port de Baiou et redescendre le Val Ferrera pour rallier le bivouac en fond de vallée. Technique, rude, tout le tracé est de toute beauté.



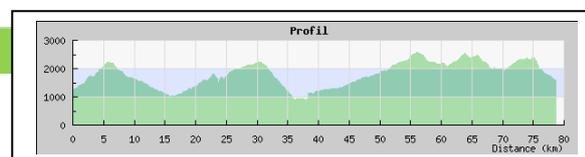
ETAPE 4 / MARDI 27 JUILLET 2010

Areu - Hospital de Vielha

80km – D+5950 – D-5600

“Parc National d’Aigues Tortes : traversée des Encantats”

Intégralement Espagnole par le GR11, cette étape traverse l’un des plus beaux sites des Pyrénées : les Encantats, qui signifie “Les Enchantées”, du fait des centaines de lacs regroupés dans cet univers minéral d’altitude. Avant de parvenir à Espot, porte des Encantats, l’étape traverse le Vall de Cardos et le Vall d’Aneu. Ensuite, loin de toute civilisation, la traversée de ces Encantats sur plus de 30km s’annonce comme un moment privilégié de l’aventure : Mallafré, Port de Ratera, Lac de Colomers, Port de Caldès, passage au pied du Montardo et Port de Rius pour rejoindre le bivouac à la sortie du Tunnel de Vielha. Le site est classé Parc National. Certainement l’étape la plus difficile aussi.



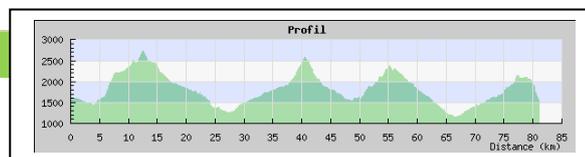
ETAPE 5 / MERCREDI 28 JUILLET 2010

Hospital de Vielha – Cirque de Pineta

82km – D+5260 – D-5300

“Au pied des plus grands Pyrénéens : Posets – Aneto – Mont Perdu et Maladeta”

Dernière étape sur le versant espagnol, mais avec toujours autant de richesse ! Le GR11 traverse cette fois les montagnes au pied des plus hauts sommets des Pyrénées, par le Parc Naturel Posets-Maladeta. Le premier, le point culminant de la chaîne, sera l’Aneto, que l’on approchera au col de Ballibierna (2720) Après la traversée de la Vallée de Benasque, on montera alors au Puerto de Gistain (2610), tout proche du sommet des Posets. Passage par les Vallées de Chistau puis de Bielsa, et il faudra un dernier effort pour monter, face au Mont Perdu, dans le cirque de Pineta. Encore un très gros morceau.



ETAPE 6 / JEUDI 29 JUILLET 2010

Cirque de Pineta - Soques/Vallée d'Ossau

68km – D+5700 – D-5600

“Les Joyaux du Parc National des Pyrénées Françaises”

A partir de cette étape, la traversée retrouve définitivement le territoire français pour rejoindre l'Atlantique. Cette étape est certainement la plus technique, quasi-exclusivement en Haute Montagne, avec très peu de possibilités d'assistance. Mais le détour en vaut la chandelle !! Passage du Cirque de Pineta au Cirque d'Estaubé, puis au Cirque de Gavarnie, pour remonter à la Hourquette d'Oussou et se retrouver face au Massif du Vignemale. Col des Mulets, Col d'Arratille, Refuge Wallon ... et traversée du Massif du Balaitous avant de basculer vers Soques par le passage d'Orteig ! Une étape dantesque certes, mais combien splendide au cœur du Parc National Français.



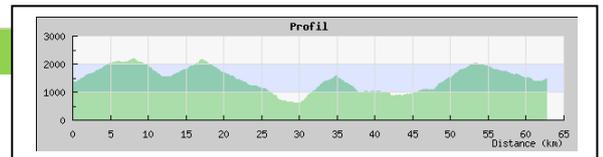
ETAPE 7 / VENDREDI 30 JUILLET 2010

Soques - Refuge de Belagua

64km – D+4260 – D-4160

“Mon Béarn Natal : du Pic du Midi d'Ossau au Pic d'Anie”

On retrouve en grande partie le tracé du GR10 sur cette étape, qui démarre au pied du Pic du Midi d'Ossau, “l'Olympe des Béarnais” si je puis dire ! Passage des Lacs d'Ayous, superbes points de vue sur le Pic, avant de basculer en Vallée d'Aspe. Pour rejoindre Borce, nous emprunterons le spectaculaire Chemin de la Mature, sentier creusé dans la falaise à plusieurs dizaines de mètres de hauteur ! La suite traversera le Cirque de Lescun, et son village typique, avant d'approcher le Pic d'Anie par le Vallon d'Anaye pour en terminer au Refuge de Belagua ... nous quittons la Haute Montagne et approchons du Pays Basque.



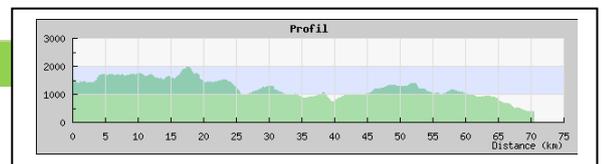
ETAPE 8 / SAMEDI 31 JUILLET 2010

Refuge Belagua - Les Aldudes

71km – D+3500 – D-4600

“Au cœur des Montagnes Basques”

Avant dernier tronçon, au cœur du Pays Basque, aux abords de la frontière franco-espagnole. Le départ de l'étape se fait par les crêtes pour rejoindre le Port de Larrau. De là, une belle ascension pour gravir le dernier sommet à plus de 2000 mètres de tout le périple, le Pic d'Orhy. Sur son versant descendant, nous pourrions admirer la beauté des Crêtes de Zazpigain avant de s'approcher de la forêt d'Iraty. Alternant grandes pistes, passages tout terrain, la fin de l'étape nous amènera au cœur de la Vallée des Aldudes, en passant par Occabe, Urkulu, Orgambide, Ibaneta et Lindus... mais attention à l'orientation !

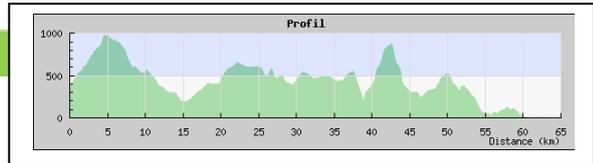


ETAPE 9 / DIMANCHE 1^{er} AOUT 2010

Les Aldudes – Hendaye Plage

63km – D+2800 – D-3160

“Cap sur la rhune et l’Océan Atlantique !!”



Ultime portion de cette traversée, pas la plus montagneuse certes, mais où il faudra obligatoirement passer par le sommet de la Rhune, mon spot d'entraînement depuis plusieurs années désormais, d'où on devrait apercevoir les plages Hendayaises ... encore quelques kilomètres, tous bien connus ceux-là, pour peut être en terminer avec ce périple Pyrénéen, sur la plage d'Hendaye ... avec tous ceux qui auront partagé un morceau de l'aventure !



L'ASSISTANCE ? Tout un programme !

Une aventure dans l'aventure ... un programme copieux pour chaque journée.

-tous les matins : préparation pour le départ vers 5h30 en moyenne selon les étapes. Une fois le départ donné, rangement du bivouac (en gîte, en tente, en camping-car, ce sera selon les étapes là aussi) pour prendre la route avec les 2 véhicules permanents qui serviront de "caravane" à la traversée.

-la journée, certains seront sur le parcours sur un tronçon, à pied ou à VTT, pour accompagner Le Lémurien, prendre des photos, ravitailler, orienter si besoin, et profiter surtout des sites traversés à tour de rôle !

-pour les autres, il s'agira de réaliser les liaisons pour mettre en place les points d'assistance. Sur chaque étape, il y aura entre 2 et 4 points d'assistance en plus du départ et de l'arrivée. Des arrêts "furtifs", pour ravitailler et changer le matériel si besoin, et une halte quotidienne un peu plus longue pour se restaurer, se reposer et recharger les "accus" pour la fin de l'étape. Sur chaque assistance il y aura donc un travail de logistique, de préparation et de rangement ... un vrai team de F1 !

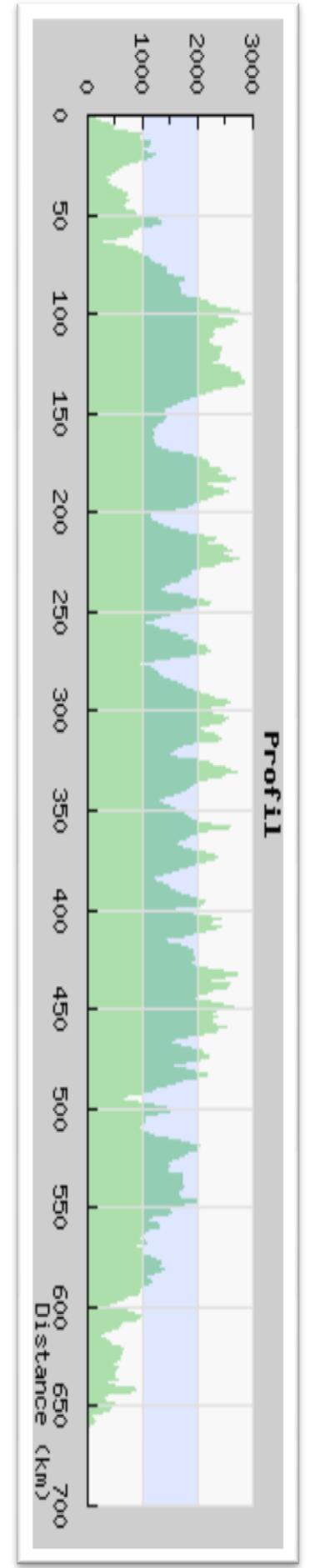
-pour le soir, entre 20h et 23h environ, la priorité sera à la récupération, que ce soit au niveau de l'alimentation, de la réparation des petits bobos, de la récupération musculaire, du sommeil. Pour boucler la journée, selon les zones, il y aura une mise à jour quotidienne de l'aventure sur le blog avec photos et commentaires ... et il faudra ensuite préparer déjà la journée du lendemain !!

Ce ne sera pas de tout repos c'est certain !

VUE D'ENSEMBLE DU PROJET



Prévisionnel du découpage de la Traversée



PLUS D'INFOS

TOUT SERA EN LIGNE

Sur le Blog du lémurien Nicolas Darmaillacq

www.nikoverdosedetrail.blog4ever.com

AVANT

- *Les topos détaillés de chaque étape, avec le profil, les cartes, des photos, des commentaires, des liens internet ...*
- *Les traces gps téléchargeables et les fichiers Google earth*
- *Le programme de l'assistance, le découpage des étapes*
- *Les lieux de bivouac*
- *Le Road Book détaillé qui servira à la progression*
- *Des interviews des protagonistes éventuellement et tout autre reportage pour rentrer petit à petit dans l'aventure.*

PENDANT

- *En direct tous les jours, grâce à la technologie SPOT, un suivi de la progression toutes les 10' sur internet sur la carte satellite.*
- *Tous les jours, mises à jour régulières avec des photos, des vidéos, des interviews pour faire vivre les étapes "de l'intérieur".*

Tout ceci sera toutefois dépendant des conditions de connexion bien entendu

APRES

- *Toutes les photos, les vidéos de l'aventure.*
- *Les comptes rendus et anecdotes de chaque participant : coureur, accompagnateur, assistance, ...*
- *Les bilans chiffrés, les traces GPS relevées sur le terrain, ... tous les renseignements utiles pour ceux qui seraient intéressés par tout ou partie de ces étapes.*

Et aussi sur le Blog de Pilou Pierre Horeau bien entendu !

www.piloumontagne.blog4ever.com