

## Des Défis à la Carte ! Des courses pour tous et un format innovant pour les plus affûtés (les Merrell Oxygen Series)

Profitant du formidable terrain de jeu offert par le Massif Cantalien, le Merrell Oxygen Challenge propose 7 épreuves de Trail Running et 7 épreuves de VTT entre le 21 et le 24 mai 2009 (week-end prolongé de l'Ascension)

Le choix des épreuves est totalement à la Carte : à chacun de composer son programme du week-end en fonction de ses envies !

### Epreuves de Trail Running

	<b>JEUDI 21 MAI</b>	<b>VENDREDI 22 MAI</b>	<b>SAMEDI 23 MAI</b>	<b>DIMANCHE 24 MAI</b>
<b>TRAIL</b>	<b>PROLOGUE</b> ● (ascensionnel 6 min)	<b>ENDURO TRAIL</b> ● (27 km / 4 spéciales)	<b>TRAIL 75 km</b> ● (départ de nuit)	
			<b>TRAIL 40 km</b>	<b>COURSES ENFANTS</b> (6 à 12 ans)
			<b>TRAIL 20 km</b>	<b>TRAIL 10 km</b>

● Epreuve comptant pour les Merrell Oxygen Series

### Le Plus Grand des Défis : les Merrell Oxygen Series

Le Merrell Oxygen Challenge propose aux trailers de relever des Défis à la Carte. Mais pour les plus affûtés place aux Merrell Oxygen Series !

Le concept est simple et efficace : enchaîner 3 épreuves de formats très différents en 3 jours.

$$\text{Merrell Oxygen Series Trail} = \text{PROLOGUE (ascensionnel 6 min)} + \text{ENDURO TRAIL (27 km / 4 spéciales)} + \text{TRAIL 75 km (départ de nuit)}$$

Ce concept sportif innovant permet, grâce à un classement combiné, de consacrer les trailers les plus complets : il faudra briller sur chacun des trois formats et sur des terrains différents pour pouvoir l'emporter!

Limité à 300 inscrits

Ouvert aux 20 ans et plus

Electrocardiogramme au repos et certificat médical spécifique sont obligatoires pour participer. Un électrocardiogramme d'effort est outre conseillé pour cette épreuve à forte sollicitation cardio-vasculaire

## **Descriptif des 7 épreuves de Trail Running**

### **Jeudi 21 Mai 2009 (Jeudi de l'Ascension)**

#### **Prologue : Course Ascensionnelle**

Difficile de faire plus simple : En 6 minutes, il faut monter, équipé d'un GPS prêté par notre partenaire Garmin, le plus haut possible ! En courant (si possible !) ou en marchant droit dans une pente à plus de 20% de moyenne.. Ce format de course ludique et original permet de déterminer la puissance de votre « moteur ». Attention à ne pas partir trop vite, 6 minutes c'est très long quand on est à fond...

Durée : 6 minutes

Tarif : 6 € (inclut le prêt du GPS) Ouvert aux 20 ans et plus, limité à 300 inscrits.

Electrocardiogramme au repos et certificat médical spécifique sont obligatoires pour participer. Un électrocardiogramme d'effort est outre conseillé pour cette épreuve à forte sollicitation cardio-vasculaire

### **Vendredi 22 Mai 2009**

#### **Enduro Trail – 27 km – 4 spéciales**

Le Merrell Oxygen Challenge innove en proposant l'Enduro Trail : un parcours de 27 km tracé autour de 4 spéciales chronométrées, reliées entre elles par des liaisons non-chronométrés à réaliser dans un temps maximum. Chaque spéciale est courte, et dynamique (distances variant de 300 à 1500 m), avec des profils variés permettant de valoriser des aptitudes différentes : technique de descente ou de montée, endurance, qualité de la foulée sur le plat...

Le dénivelé positif total de cet Enduro Trail avoisine les 2000 m, avec un dénivelé négatif supérieur puisque le départ est donné au sommet du Plomb du Cantal (1855 m). A noter que la difficulté du parcours a été dosée pour que les participants à cet Enduro Trail puissent enchaîner avec un Trail longue distance le lendemain.

Distance : 27 km / dénivelé positif : 1900 m / dénivelé négatif : 2600 m

4 spéciales chronométrées

Tarif : 25 € Ouvert aux 20 ans et plus. Limité à 500 inscrits

### **Samedi 23 Mai 2009**

#### **Trails de 20, 40 et 75 km**

3 courses de distances et difficultés variées:

### Trail 20 km

C'est un parcours de découverte, accessible à toute personne en bonne condition physique ayant déjà effectué la même distance sur route ou sur chemin. Après une première montée assez sèche dès le départ, on atteint la mi-course par un parcours roulant, suivi d'une montée assez longue, mais aux pourcentages raisonnables, et d'un retour vallonné par des pistes de ski de fond. Les chemins sont dans l'ensemble larges et assez peu techniques. Un coureur de semi-marathon peut y exprimer ses qualités.

Distance : 20 km / dénivelé positif : 1100 m

Tarif : 17 €, ouvert aux 18 ans et plus, limité à 700 inscrits

### Trail 40 km

Un vrai parcours de Trail avec un mélange de parties roulantes, de single tracks et de parties techniques. Nécessitant une pratique conséquente de la course nature pour être apprécié, ce parcours constitue le défi idéal pour les trailers réguliers comme pour les coureurs venant de la route qui désirent s'essayer aux sentiers plus escarpés !

Distance : 40 km / dénivelé positif : 2300 m

Tarif : 32 €, ouvert aux 20 ans et plus, limité à 700 inscrits

### Trail 75 km

Epreuve phare de la semaine, ce tracé de 75 km profite des plus beaux single tracks du Massif Cantalien, en plein cœur du plus grand Volcan d'Europe. Parcours très exigeant en terme de dénivelé, de longueur et de technicité, ce trail fera sans conteste partie des courses les plus difficiles en France. Il se caractérise notamment par la grande variété de terrains rencontrés : nombreuses parties techniques et chemins de crêtes.

Avec un départ de nuit, ce trail est réservé à des pratiquants très entraînés, et préparés pour la circonstance.

Distance : 75 km / dénivelé positif : 4500 m

Tarif : 50 €, ouvert aux 20 ans et plus, limité à 1000 inscrits

## **Dimanche 24 mai 2009**

### **Trail 10 km**

Idéal pour les accompagnateurs, les pratiquants débutants et les plus jeunes, ce parcours de découverte est accessible à toute personne en bonne condition physique. Une première partie très roulante, suivie d'une montée assez importante et d'une redescente dans la station. Les chemins ne nécessitent pas une technique très affirmée mais une expérience de la course sur chemins faciles est recommandée.

Distance : 10 km / dénivelé positif : 600 m

Tarif : 10 €, ouvert aux 16 ans et plus, limité à 500 inscrits

Pour les mineurs, une autorisation signée des parents est obligatoire.

### **Courses Enfants (6-12 ans)**

Après avoir admiré les exploits de leurs parents, les 6-12 ans pourront se lancer sur des parcours et distances spécialement conçus pour eux.

Tarif : Gratuit et Inscriptions sur place.

## Contacts Presse

### **INFOCIMES**

Anne Gery [annegery@infocimes.com](mailto:annegery@infocimes.com) / +33 4 50 47 24 61 / +33 6 12 03 68 95