

Inscris toi sur :  
[www.topchrono.biz](http://www.topchrono.biz)



Retrouvez nous sur :



stagiaires@coeurlavande.fr  
04 92 36 15 11

**Merci à tous nos partenaires  
et tous nos bénévoles !**

Ne pas jeter sur la voie publique www.ogode.fr - 06 62 71 29 32

# Courir pour l'autisme ! Le 28 Avril 2019



Autis Cimes trail  
Autiscimes

12km  
700m<sup>+</sup>

22km  
1400m<sup>+</sup>

# Autis Cimes trail 1ère édition



Inscris toi sur :  
[www.topchrono.biz](http://www.topchrono.biz)

Rendez-vous au  
**Palais des Congrès**  
1 place de la République  
04 000 Digne-les-Bains



# Descriptif des parcours

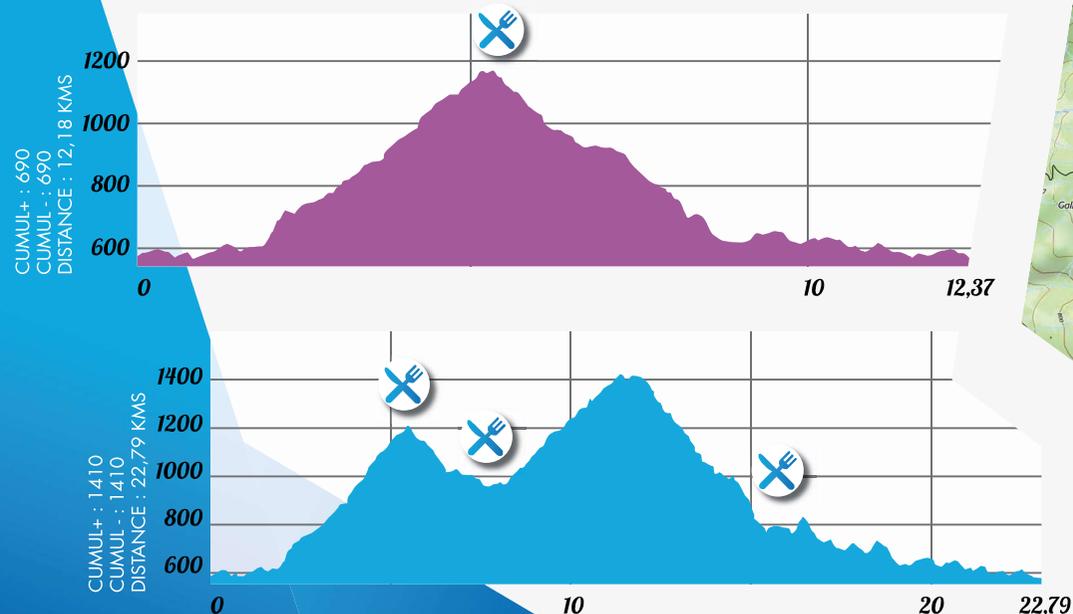
Le parcours de 22 km avec 1400m+ s'élancera à 9h depuis le Palais des Congrès de Digne-les-Bains, le long de la Bléone avant de rejoindre le sentier de Caguerenard. L'ascension débutera par le sentier du GR balisé jusqu'au sommet de l'Andrant où un ravitaillement accueillera les coureurs. S'en suivra une magnifique descente mais néanmoins technique sur le charmant petit village de Courbons où un 2ème ravitaillement sera mis en place. Par la suite, les coureurs s'attaqueront à la 2ème difficulté du parcours pour relier l'antécime de la Bigue. Puis de nouveau une descente technique jusqu'au 3ème et dernier ravitaillement. Une dernière portion vallonnée sera alors empruntée pour rejoindre une nouvelle fois le sentier de Caguerenard afin de relier par la suite la ligne d'arrivée au Palais des Congrès.

En ce qui concerne le parcours de 12Km pour 700m+, il partira à 9h30 et empruntera le même itinéraire que le 22Km jusqu'au sommet de l'Andrant où les coureurs auront également accès au ravitaillement. La descente s'effectuera alors sur la piste d'enduro de VTT jusqu'au sentier de Caguerenard. Le retour jusqu'à la ligne d'arrivée se déroulera de la même manière que sur le 1er parcours.



Retrouvez les parcours sur

[www.movescount.com](http://www.movescount.com) ou sur [www.tracedetrail.fr](http://www.tracedetrail.fr)



Nous sommes très heureux de vous présenter le 1er « autis'cimes trail » organisé par trois étudiants en Biologie de Digne-les-Bains en partenariat avec notre association. Ce trail constitue un véritable challenge à relever dans le cadre de leurs études mais aussi du côté personnel en tant qu'expérience bénévole. Nous espérons qu'il apportera à la ville de Digne-les-bains une vitalité sportive.

Les bénéficiaires de ce trail serviront au futur projet d'ouverture d'un lieu occupationnel pour les enfants autistes et handicapés, mais également pour le pôle parental qui sera attaché au projet. L'autisme en France a du retard et cela se ressent dans le 04, où pour certains parents, il est quasiment impossible de scolariser leur enfant ou de trouver une place dans un établissement spécialisé.

Si vous participez à ce trail ou si vous nous aidez sur la cagnotte en ligne sur notre site [www.coeurlavande.fr](http://www.coeurlavande.fr), vous contribuerez à la construction de ce projet.

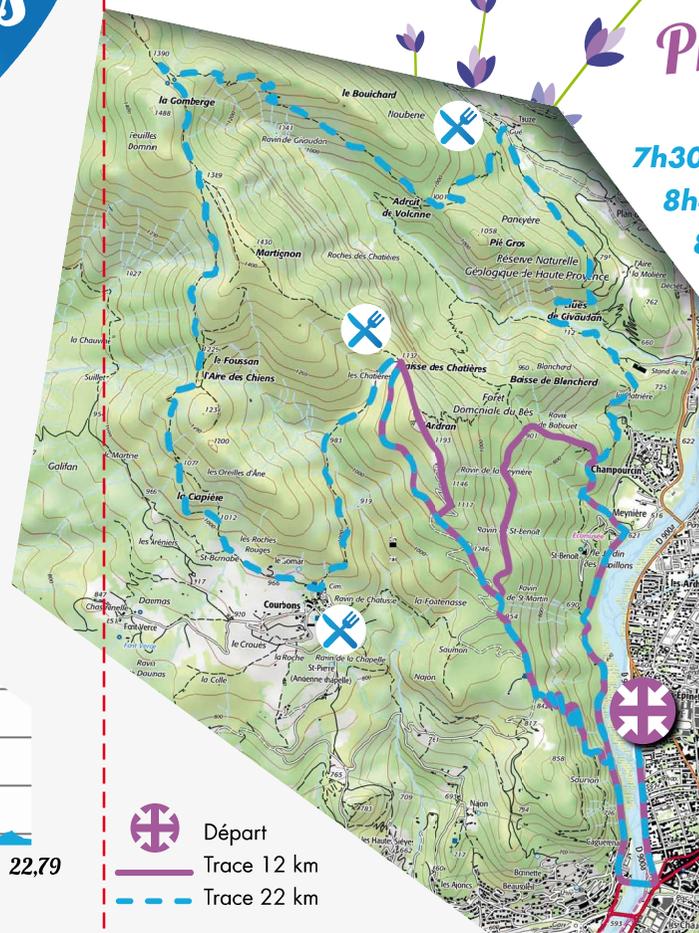
Je compte sur vous et surtout que le meilleur gagne.

Jean TRIPODI

Président de l'association Départementale « Cœur Lavande »  
 et l'équipe de l'Autis'Cimes Trail

## Programme de la journée :

- 7h30 :** Début de retrait des dossards
- 8h45 :** Clôture des inscriptions sur place
- 8h50 :** Briefing **OBLIGATOIRE** des courses
- 9h00 :** Départ 22 km depuis le Palais des Congrès (25€)
- 9h15 :** Départ parcours Handisport depuis le Palais des Congrès
- 9h30 :** Départ 12 kms depuis le Palais des Congrès (15€)
- 10h30 :** Arrivée des premiers coureurs du 12km
- 11h00 :** Arrivée des premiers coureurs du 22km
- 11h30 :** Début de la restauration
- 12h00 :** Stands et animations
- 13h30 :** Arrivée des derniers coureurs
- 14h00 :** Remise des prix
- 15h30 :** Début du loto organisé par l'association Cœur Lavande



Départ  
 Trace 12 km  
 Trace 22 km