



EXCEPTIONNEL !!!
SUR 55 ET 85 KM,
1,5 KM DE PARCOURS
SOUTERRAIN, PENSEZ À VOUS
MUNIR D'UNE LAMPE...



Association VTT COLLECTOR.

(Soutient technique et logistique aux organisations qui satisfont des critères de qualité et de respect de l'environnement.)

LA JARLANDINE 27 MAI 2012

LES TRANS-PIADES 10 JUIN 2012

LES TERRES NOIRES 17 JUIN 2012

VERDON DES COLLINES 11 NOVEMBRE 2012

La Provence



DOMAINE DE CHÂTEAU LAVAL



PROVENCE - GRÉOUX-LES-BAINS
 Hôtel club et résidence locative
 intégrée

Renseignements & réservations
 04 92 70 23 00
 chateaulaval@vacancesbleues.com



Pour venir à notre Rando
 d'Or, pensez au
 covoiturage.
 Rendez-vous sur le site :
<http://vtt.covoiturage.fr>

12ème RANDO VERDON DES COLLINES VTT

OUVERT À TOUS

11
 novembre
 2011

GRÉOUX-LES-BAINS



"Randos d'Or"
 Label FFC des randonnées VTT 2011

5 PARCOURS
 10 - 20 - 35 - 55 - 85 kms

Création PIGMENT-NOIR.FR 04 92 32 44 39 - Photos : ASBV - Emulsion - Imprimerie ARC EN CIEL 04 92 31 21 25

"Randos d'Or"

Label FFC des randonnées VTT 2011



> **PARCOURS 10 - 20 - 35 - 55 - 85 kms**

LIEU : GRÉOUX LES BAINS (04)

DATE : VENDREDI 11 NOV. 2011

COMMENT VENIR ?

Depuis Aix en Provence, prendre l'A51 direction Sisteron, sortie St Paul-les-Durance, puis direction Vinon sur Verdon et Gréoux. 40mn.

Depuis Avignon, suivre Cavaillon puis direction Pertuis. A Cadenet tourner à droite en direction de Peyrolles-en-Provence puis A51 direction Sisteron.

Sortie St Paul-les-Durance, puis direction Vinon sur Verdon et Gréoux. 1H20.

Depuis Grenoble suivre Lus La Croix Haute, Sisteron, Manosque, A51 sortie Gréoux, 2H00.

LES CINQ PARCOURS :

10km : sans grande difficultés, accessible aux débutants.

20km : peu de dénivelé et peu de difficultés techniques. 400mètres de dénivelé positif.

35km : parcours pour tous avec quelques passages techniques accessibles si l'on a un peu de pratique. 550 mètres de dénivelé positif.

55km : parcours physique présentant de nombreux passages techniques. Tracé autour des basses gorges du Verdon, il présente un dénivelé conséquent avec un passage souterrain de plus d'1km, lampe indispensable. 1250mètres de dénivelé positif.

85km : le parcours reprend en grande partie les tracés du 55 et du 35 km. A réserver aux pratiquants aguerris. Ce parcours s'effectue avec départ à 8H00. Au Km 50, barrière horaire : 13h30. Au delà, retour direct vers l'arrivée.

RAVITAILLEMENTS :

A l'arrivée pour tous les parcours, 1 sur le 35km, 2 sur le 55km et 3 sur le 85km.

Solide : Fruits secs et frais, gâteaux, fromage, pâté, saucisson...

Liquide : Eau, boisson énergétique, vin, et jus de fruits.

LES RÉCOMPENSES

Cadeau aux 1000 premiers inscrits.

INFORMATIONS :

06 15 41 69 99

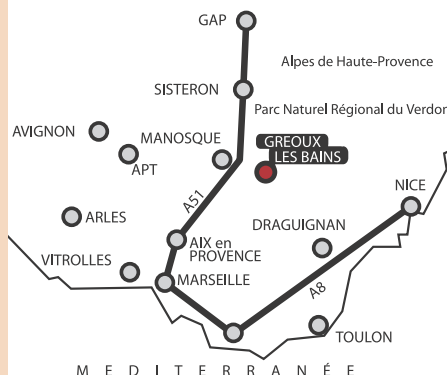
vttverdon@gmail.com
stephanedantin@gmail.com
www.greouxlesbains.com

INSCRIPTION EN LIGNE :

www.kms.fr
www.velo101.com

HÉBERGEMENT :

Office de Tourisme 04 92 78 01 08
www.greoux-les-bains.com



DÉNIVELÉS

10 kms : 200 m

20 kms : 400 m

35 kms : 550 m

55 kms : 1250 m

85 kms : 1800 m



ORGANISATION :



Départ RAID 85 kms

8h00

Départ 35 et 55 kms libre

de 8h30 à 10h30

Départ 10 & 20 kms libre

de 9h30 à 12h30

RÈGLEMENT

Port du casque : "coque rigide" attaché sur la tête obligatoire. Chaque participant doit avoir sa propre assurance accident et respecter scrupuleusement le code de la route sur l'ensemble des parcours. Aucun accompagnateur motorisé n'est admis sur les randonnées balisées. La courtoisie, le respect de la propriété privée et de l'environnement sont des règles à respecter.

Tout mineur de moins de 16 ans doit être accompagné d'un adulte participant. L'inscription à la randonnée implique, de fait, l'application des consignes données par l'organisateur et l'utilisation de votre image à des fins de promotion. L'organisateur ne pourra être tenu responsable de tout manquement aux règles de sécurité.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Par courrier :

Bulletin et règlement à adresser à :

TEAM GREOUX BIKE - OFFICE DE TOURISME

7, PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE - 04800 GREOUX LES BAINS



NOM / PRÉNOM.....

ADRESSE :

VILLE :CODE POSTAL :

E-mail :

DATE DE NAISSANCE :

CLUB : N°LICENCE :

TARIFS

**INSCRIPTIONS : AVANT LE 01/11
PAR COURRIER OU INTERNET**

**Avec repas chaud + cadeau +
plaque personnalisée**

- de 10 ans : 12 €

autres : 14 €

**Sans repas ni cadeau mais plaque
personnalisée**

-10 ans : 5 €

autres : 8 €

**INSCRIPTION EN LIGNE :
JUSQU'AU 09/11**

**Sans repas avec cadeau dans la limite
des stocks (1000 premiers inscrits)**

-10 ans : 10 €

autres : 12 €

**SUR PLACE : LE 11//11
SANS CADEAU NI REPAS**

-10 ans : 13 €

autres : 15 €

PARCOURS

10^{KMS} Familial 20^{KMS} Débutants 35^{KMS} Pour tous

55^{KMS} randonneurs confirmés 85^{KMS} Raid (pratiquants aguerris)

Je reconnais ne pas présenter de contre indications médicales à la pratique du vtt.
Je déclare avoir lu et approuvé le règlement, disposer d'un vélo en bon état, emprunter et respecter les circuits proposés sous mon entière responsabilité.

Fait à : Le :

Signature :