

TRACE PASCALE 2015

20^e anniversaire

Lieu de concentration Pascale à Lurs

Participants: Jean
Nicole
Danièle
Jean Marie
Bruno
Jean Claude

Lurs (400 habitants) c'est une petite commune située dans le département des Alpes de Haute Provence en région Provence Alpes Côte d'Azur à 11 km de Forcalquier. C'est aussi un petit village perché au-dessus de la Durance.

Samedi matin

Départ de Grâne (10 km de Crest) le samedi matin 8 h pour 164 km et 1900 m de dénivelé. Fraîcheur matinale mais la journée s'annonce bonne. Dans la matinée le vent se lève, plus ou moins favorable. Des rafales latérales nous appellent à être vigilants . Nous arrivons à Apt ville étape pour notre neutralisation de nuit, il est 19 h 15 .

Dimanche matin

Départ de Apt pour rejoindre Lurs lieu de la concentration Pascale . Il est 8 h la température affiche 3°. A quelques kilomètres du départ le vent se lève nous accompagnera jusqu'à Lurs où nous arrivons à 10h15 après 53 km et 800 m de dénivelé. La montée au village ne sera pas facile : en moyenne 12 % sur 2 km, de quoi nous donner chaud .

Total 217 km et 2700 m de dénivelé.

Sur la place du village nous retrouvons avec plaisir

Georges et Jeanine venus rouler dans la région, Henri et la seconde équipe de traceurs. Quelques mots échangés, un petit repas frugal, un petit verre et nous voilà repartis direction Laragne Montéglin à 70 km où nous passerons la nuit avant de reprendre la route le lundi matin, pour rejoindre nos voitures à Grâne à 140 km.

Ce qu'il faut retenir de cette trace

- *Une bonne ambiance dans le groupe**
- *De la convivialité et de l'entraide pour se protéger du vent**
- *Une arrivée triomphale en haut du piton rocheux en poussant un OUF !**
- *Pas de pluie**
- *Un fort vent latéral, de face et en rafales : le tout bien épuisant**
- *du soleil mais peu ou pas de chaleur.**

Lundi matin hors parcours trace nous sommes partis de Laragne avec une température de 0°. Ce qui nous fait pour le week-end un total de 478 km et 4470 m de dénivelé !

