

## J-15 avant le week-end sportif Argelès Nature Trail

Communiqué de presse  
11 avril 2019

Les 26, 27 et 28 avril, à l'occasion des épreuves sportives organisées dans le cadre de l'événement Argelès Nature Trail, le patrimoine naturel de la destination fera office de terrain de jeu pour les athlètes, curieux et amateurs de sports. Au programme : du trail, plusieurs courses, et des randonnées propices à l'immersion entre mer et montagne, au cœur du territoire d'Argelès-sur-Mer, la naturelle ! Zoom sur le programme de trois jours d'activités.



À l'initiative de l'association **Course de la Massane**, plusieurs épreuves sportives s'enchaîneront pendant trois jours (du 26 au 28 avril), et traverseront les lieux emblématiques qui caractérisent Argelès-sur-Mer. Les parcours prévus correspondent à des profils de coureurs variés, allant du sportif du dimanche au trailer passionné:

### Vendredi 26 avril

- **AlbéraDuo : 10KM en duo**

À **20h**, les festivités commenceront par une nouvelle épreuve de **10KM / 400d+** : l'AlbéraDuo. Il s'agit d'une course nocturne en duo, au départ de Valmy. Toutes les 20 secondes, les participants s'élanceront vers les étapes du Bassin et de la Chapelle Saint Laurent, avant de boucler la boucle en regagnant Valmy.

**8€** | Plus d'informations sur le parc de Valmy : <https://bit.ly/2YMFmH5>

## Samedi 27 avril

- **Massane Express !**

À **9h30**, direction la **tour de la Massane**. Avec des départs échelonnés toutes les 20 secondes, l'épreuve repose sur une montée sèche du parc de Valmy jusqu'à la Tour de la Massane sur **5km / 700d+**. Au passage : quelques sentiers accidentés et pentes à fort dénivelé !

**6€** | Plus d'informations sur la tour de la Massane : <https://bit.ly/2VgcWTK>

- **Courses Enfants**

L'après-midi, ce sera au tour des petits d'entrer en piste avec un parcours adapté aux enfants. Dès **14h30** les mini coureurs de catégories Baby Athlé et minimes s'élanceront seuls, ou accompagnés de leurs parents pour arpenter les paysages sauvages d'Argelès-sur-Mer.

**2€** | Plus d'informations sur les modalités de participation : <https://bit.ly/2HQNO33>

- **5KM**

À **17h**, une course de **5km** débutera pour une traversée des vignes et des bois, ponctuée de courtes montées. Sa difficulté est à la portée de tous, avec une initiation au trail d'1,5km sur les sentiers.

**5€** | Visualiser le parcours : <https://bit.ly/2le6Oro>

- **10KM**

Avec un coup d'envoi à **17h15**, l'épreuve – sans grande difficultés – empruntera les chemins de la **Cerigue, des forêts de chênes et des vieux mas en pierre, ainsi que la Chapelle Saint Laurent**. Avec 450km de dénivelé, le parcours est plaisant, plus particulièrement lorsqu'il est pratiqué à plusieurs !

**10€** | Aperçu du dénivelé : <https://bit.ly/2K2xqyt>

## Dimanche 28 avril

- **T2T (Trail des 2 Tours)**

Le T2T donne rendez-vous aux lève-tôt pour un **départ à 8h** et un trail de **36km / 2000d+**. Ce parcours est sauvage et donne accès à de superbes paysages entre mer et montagne. De toutes, l'épreuve du T2T est celle qui nécessite le plus d'entraînement, en raison de la grande variété des terrains et de la zone sensible imposant de suivre le balisage avec attention !

**32€** | Aperçu du dénivelé : <https://bit.ly/2uJ8wco>

- **Trail de la Massane**

Cette course traverse [les Albères](#), la route des mas, la chapelle Saint Laurent, les dolmens et sans surprise, la tour de la Massane. Elle est au cœur de la manifestation Argelès Nature Trail, et convient tant aux amateurs de trails et courses en montagne qu'aux coureurs sur route. Les **20km** 1000d+ du trail de la Massane se bouclent entre 1h30 et 4h, selon la forme des participants.

**Départ à 9h | 18€**

- **Randonnée de 10km**

À 9h30, une randonnée de 10km viendra conclure ce week-end Argelès Nature Trail. Par nature, cette épreuve invite tous types de participants à s'aventurer au cœur des paysages qui font l'identité d'Argelès-sur-Mer.

Pour s'inscrire\* et participer aux épreuves Argelès nature trail : <https://bit.ly/2uLhu8Z>  
Plus d'informations sur Argelès Nature Trail: <https://bit.ly/2CbiCqN>

\*Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 24 avril à minuit sur le site Internet [www.ardelesnaturetrail.com/courses](http://www.ardelesnaturetrail.com/courses)

Lien vers une sélection de visuels : <https://bit.ly/2G5UQgW>

---

**A propos d'Argelès-sur-Mer** | 1ère station touristique du département des Pyrénées-Orientales, située entre mer et montagne à 25 km au sud de Perpignan, au pied du Massif des Albères, la commune d'Argelès-sur-Mer s'étend sur près de 6 000 hectares et 10km de plage, un village traditionnel et les deux réserves naturelles du Mas Larrieu et de la forêt de la Massane. L'Office Municipal de Tourisme d'Argelès-sur-Mer a pour mission de fédérer l'ensemble des acteurs de la station en vue de promouvoir et valoriser le territoire aux niveaux national et international.  
[www.ardeles-sur-mer.com](http://www.ardeles-sur-mer.com) - Facebook, Twitter, Instagram

**GroupExpression – Contacts presse, blogueurs et influenceurs**

Géraldine Charollais - [geraldine@groupeexpression.fr](mailto:geraldine@groupeexpression.fr) | Sarah Ayad - [sarah@groupeexpression.fr](mailto:sarah@groupeexpression.fr)  
Tel. 01 58 01 01 30