

ANNAPURNA ULTRA MOUNTAIN 2012

(26 octobre – 7 novembre 2012)



Le Camp de Base des Annapurnas (4.130 m) sera le point de départ de l'Annapurna Ultra Mountain, le 3 novembre 2012.

L'édition « zéro » de cette course d'un jour aura lieu le 3 novembre 2012, entre le Camp de Base des Annapurnas (4.130 m) et le Lac Phewa à Pokhara (820 m). Au programme : 85 km (+1.200 m, - 5500 m). L'AUM va s'inscrire dans un séjour de 13 jours au Népal (26 octobre – 7 novembre 2012), période des vacances scolaires de la Toussaint. La course sera précédée d'une marche d'approche et d'acclimatation de cinq étapes (120 km, + 6000 m, - 3000 m) avec un passage à Poon Hill (3.194 m). Cet ultra-mountain se fera en semi-autonomie et avec un portage léger.

Cette nouvelle course himalayenne est à la portée de tous puisque les moins rapides auront la possibilité de fractionner leur effort sur deux jours. Annapurna BC – Dhampus (60 km, + 1000 m, - 4.500 m) et Dhampus – Pokhara (25 km, + 200 m, - 1000 m). Cette accessibilité sur une « course aventure » sera également financière, puisque la totalité des prestations de l'AUM ne va pas excéder un prix à moins de 2000 euros, (vols internationaux inclus).

Il sera également possible de ne prendre que la prestation course (trois jours), comprenant l'inscription à l'épreuve, le salaire du porteur (la personne qui redescendra à Pokhara l'équipement dont vous aurez eu besoin pour monter jusqu'au Camp de Base de l'Annapurna) et la soirée de gala (deux nuits en B/B, dîner et remise des récompenses). Coût estimé pour les trois jours : 400 euros (150 euros pour les coureurs Occidentaux résidents au Népal) pour. L'inscription sera gratuite pour les coureurs Népalais.

Enfin, ceux et celles qui le désirent pourront prolonger leur séjour au Népal, en amont ou en aval, afin de « rentabiliser » leurs billets d'avion. Il serait dommage de ne pas en profiter...

ANNAPURNA ULTRA MOUNTAIN 2012

(26 octobre – 7 novembre 2012)

Programme coureurs et marcheurs

- Day 1 (26-10) : Départ de Paris (50 m) - Departure for the Népal.
Day 2 (27-10) : Arrivée à Kathmandu - Arrival in Kathmandu (1.350 m).
Contrôle médical et des sacs à l'hôtel. Dîner à l'hôtel.
- Day 3 (28-10) : Kathmandu (1.350m) – Pokhara (840 m) by plane (avion).
Pokhara – Birethanti (1.080 m) by bus.
Birethanti – Ghandrung (1.970 m) en marche de liaison (linked stage) (4 h).
- Day 4 (29-10) : Ghandrung (1.970 m) – Tadapani (2.720 m) – Ghorapani (2.775 m) en trek (6 h).
- Day 5 (30-10) : Ghorapani (2.775 m) Poon Hill (3.195 m) - Tadapani (2.720 m) en trek (6 h).
- Day 6 (31-10) : Tadapani (2.720 m) - Chhomrong (2.010 m) - Dobhang (2.540 m) en trek (8 h).
- Day 7 (01-11) : Dobhang (2.540 m) – Machhapuchare Base Camp (3.700 m) : 5 h.
Contrôle médical. Après le déjeuner, montée à l'Annapurna Base Camp pour les marcheurs. Retour au MBC au coucher du soleil...
- Day 8 (03-11) Linked stage : Machhapuchare BC – Annapurna Base Camp (by feet) 1 h 30.
Start Annapurna Ultra-Mountain. Annapurna BC (4.150 m) - Lac Phewa à Pokhara (820 m).
Lever : 3 h. Liaison départ : 3 h 45. Ultra départ : 6 h 30.
Point de contrôle à Dobhang (2.540 m), Chhomrong (2.010 m), New Bridge (1.340 m), Landrung (1.610 m), Dhampus (1.770 m), Phedi (1.110 m), Simpali (1.556 m), Sarangkot (1.592 m), Phewa Tal (770 m), Pokhara Phewa Tal (770 m). L'arrivée se fera en touchant l'eau du lac face au Temple de Varahi.
- Day 9 (04-11). Pokhara. Ou fin de l'Annapurna Ultra-Mountain : Dhampus – Pokhara.
- Day 10 (05-11). Pokhara (840 m) – Kathmandu (1.350 m) by plane. Day in Kathmandu.
Day 11 (06-11). Day in Kathmandu. Soirée remise des prix. Hôtel.
Day 12 (07-11). Departure from Kathmandu.
Arrival in your country. Départ de Kathmandu et arrivée à Paris (50 m).

Pour les marcheurs à partir du Day 8

- Day 8 (03-11) Machhapuchare BC (3.700 m) – Chhomrong (2.010 m) en trek (7 h).
Day 9 (04-11) Chhomrong (2.010 m) – Dhampus (1.770 m) – Phedi (1.110 m) en trek (7 h).
Phedi – Pokhara en bus.
- Day 10 (05-11). Pokhara (840 m) – Kathmandu (1.350 m) by plane. Day in Kathmandu.
Day 11 (06-11). Day in Kathmandu. Soirée remise des prix. Hôtel.
Day 12 (07-11). Departure from Kathmandu.
Arrival in your country. Départ de Kathmandu et arrivée à Paris (50 m).