

Cap Nore, le rendez-vous VTT de l'année

Publié le 19/06/2010 à 10:40

Randonnées. Aujourd'hui et demain.



L'effort total puis la récompense avec le passage au pied du Pic de Nore. Photo DDM, J.-L.B.

Il n'y a pas que le foot et la calamiteuse équipe de France, il n'y a pas que le rugby et la sublimissime Union sportive carcassonnaise.

Ce week-end il y a aussi le vélo, plus exactement le VTT avec le raid Cap Nore organisé par l'Atac (Association Terre d'Aragon en Cabardès).

Cap Nore, vitrine d'un club qui compte parmi les plus dynamiques de l'Hexagone, presque 300 licenciés (2e rang national), une formation pour les jeunes absolument remarquable et un centre VTT à Aragon qui fait l'admiration de tous les spécialistes avec ses 530 km de circuits balisés. Cap Nore Aude Pays cathare 2010 est la 14e édition de la rando-raid désormais incontournable pour tous les amateurs, labellisée « Rando d'or » par les instances fédérales pour la qualité de

l'organisation et la beauté des parcours sans cesse renouvelés. Bruno Ajdnick, Alain Marty, Bernard Dumur, Daniel Foussat, Laurent Maurel et toute une kyrielle de bénévoles font de cette épreuve un modèle d'organisation, tant sur le plan du sport que de la convivialité.

Cette 14e édition de Cap Nore débutera samedi par une affaire de spécialistes, Déval Nore, cette descente vertigineuse entre le pic de Nore et Villegly avec ses 1 100 m de dénivelé négatif sur 80 % des 28 km. Elle se poursuivra dimanche avec les quatre circuits raid, 100, 80, 60 et 40 km au départ de Villegly puis à travers le grand territoire constitué du Minervois, du Cabardès et du Piémont de la Montagne Noire avec ce passage aussi dur que majestueux au pied du fameux pic de Nore pour les concurrents des trois épreuves les plus longues.

Soixante-deux départements étaient représentés lors de la 13e édition, pour 1 541 participants au total sur les deux jours. Le record va-t-il une nouvelle fois tomber ? Les inscriptions vont bon train, notamment pour Déval Nore qui va une nouvelle fois atteindre le total de 300 participants. Une chose est sûre, tous les passionnés qui vont se frotter à la redoutable épreuve repartiront avec de sublimes images dans la tête.

Les parcours

Raid VTT 100 km : Dénivelé positif 3 510 m.

Raid VTT 80 km : Dénivelé positif 2 718 m.

Raid VTT 60 km : Dénivelé positif 2 505 m.

Raid VTT 40 km : Dénivelé positif 1 100 m.

Déval Nore : Dénivelé négatif de 1 100 m sur une distance de 28 km entre le pic de Nore et Villegly.

Ravitaillements à Sallèles, Villeneuve, Castan-Viel, Citou, Castans, Pradelles et Limousis, soit sept postes sur le circuit des 100km.

Le programme

Samedi 19 juin : Deval'Nore. Pic de Nore-Villegly, 1 100 m de dénivelé négatif sur 80 % du parcours. Inscriptions limitées à 400

dossards.

À 11 heures, chargement des vélos ; à 13 heures, départ des cars pour le sommet ; à 20 heures, paella géante.

Dimanche 20 juin : Cap Nore. Accueil à partir de 6 heures ; départs libres de 6 h 30 à 8 h 30 pour les 60, 80, 100 km ; de 7 heures à 9 heures pour le 40 km.

Repas de 12 heures à 18 heures,.

Remise des prix à 16 h 30.

Nombreuses animations à Villegly, démonstration VTT trial, découverte quad VTT.

Cap Nore est animé par Éric Davaine, speaker officiel du VTT.

La Dépêche du Midi