

LA BALADE DES GENS HEUREUX

Comme le dit l'adage local, de ce côté-ci de la Montagne de Lure « Nous sommes heureux chez nous, vous le serez aussi ». Mais qu'est-ce qui rend les gens si heureux dans ce bout de Haute Provence, niché entre le Luberon, le Ventoux et la Durance ?

Texte THP Photos Caméros et THP

Bien sûr, il y a le cadre de vie, le patrimoine culturel et bâti où la pierre sèche se décline en chapelles, murs et calades (rues empierrées en pente). Mais il y a aussi le cœur du territoire qui bat au rythme des marchés et des animations et activités proposées par les multiples associations locales... Et puis, il y a ces paysages qui accompagneront chacune de vos sorties trails, avec ces reliefs et ce ciel si bleu, qui sont l'écrin de nombreuses activités de pleine nature.

ENFILEZ VOS RUNNINGS ET SUIVEZ-NOUS DANS CETTE AVENTURE PROVENÇALE...

Les différents parcours de l'édition 2015 du Trail de Haute Provence traversent des paysages variés : champs de lavandes, vergers, oliveraies, combes et plateaux. Et c'est la pierre qui jalonne les tracés... Aux portes de Forcalquier, les sentiers slaloment entre de drôles de rochers qui se dressent telles des figures étranges dans un paysage lunaire préservé. Ces formations géologiques des Mourres sont des édifices calcaires originaux qui ont inspiré de nombreuses légendes. Ils abritent également une faune et une

flore très particulières et adaptées à des conditions d'environnement difficiles. Plus qu'un paysage géologique unique, le site des Mourres est un patrimoine remarquable que les habitants de Forcalquier et les visiteurs aiment à (par)courir tout au long de l'année. La commune a d'ailleurs engagé tout un programme pour aménager et protéger cet espace fragile.

LE TRAIL DE HAUTE PROVENCE, UN ÉVÉNEMENT ÉCO-RESPONSABLE

Les 23 et 24 mai prochains, ce sera la 2ème édition du Trail de Haute Provence, et déjà l'épreuve jouit d'une certaine notoriété dans la région, et bien au-delà. C'est un trail 100% nature au cœur de Pays de Forcalquier - Montagne de Lure. Les tracés de l'Ultra et du Marathon de Lure traversant des zones sensibles, habitat

naturel de la vipère d'Orsini ainsi que du tétралyre, les organisateurs ont abordé le THP avec une approche éco-responsable dès sa première édition. En effet, soucieux du patrimoine qui est à disposition, ils veulent le faire découvrir tout en le respectant. Pour cela, ils travaillent en étroite collaboration avec l'équipe de Natura 2000, afin d'être certains que le site qui leur est cher ne soit pas détérioré. Natura 2000 est le réseau européen des sites naturels identifiés pour la rareté et la fragilité des espèces animales ou végétales et de leurs habitats naturels. Sa mission est de maintenir la diversité biologique des milieux, en tenant compte des exigences économiques, sociales, culturelles et régionales qui s'y attachent.

Aux portes de Forcalquier, les sentiers slaloment entre de drôles de rochers qui se dressent telles des figures étranges dans un paysage lunaire préservé.



LA MONTAGNE DE LURE, PETITE SŒUR DU MONT VENTOUX

L'Ultra et le Marathon de Lure vont permettre à chacun des participants de parcourir les lignes de crête de la Montagne de Lure jusqu'à son sommet et pouvoir profiter ainsi d'un panorama à 360° à couper le souffle. Culminant à 1851m d'altitude, la Montagne de Lure est le sommet emblématique de la Haute Provence, repère de tout un territoire. Ses crêtes calcaires lui donnent un aspect enneigé toute l'année. Pour l'anecdote, elle est appelée la petite sœur du Mont Ventoux pour son faciès rocheux et ses pentes. Les cyclistes viennent d'ailleurs s'y essayer avant d'attaquer le célèbre sommet du Vaucluse. Elle abrite aujourd'hui encore sur ses pentes, une petite station familiale avec deux remontées mécaniques. En hiver, c'est un site pour les activités nordiques. Et le reste de l'année, son relief s'offre aux randonneurs, trailers, vététistes et autres amoureux de la nature. Parmi eux, les amateurs d'astronomie viennent admirer ici, l'un des ciels les plus purs d'Europe. Avec son refuge La Sauvagine, c'est un lieu idéal pour les venir encourager tous les trailers du THP, qui à ce moment de la course seront heureux d'être soutenus.

UN PATRIMOINE NATUREL EXCEPTIONNEL

Lure conjugue un patrimoine naturel exceptionnel et remarquable avec sa grande diversité de paysages, d'espèces végétales (Ancolie de Bertolini) et d'espèces animales (vipère d'Orsini, papillons). Divers programmes en attestent : Natura 2 000, Life (protection vipère d'Orsini), l'Espace Naturel Sensible porté par le Conseil général des Alpes de Haute Provence, valorisant les crêtes de Lure. Une partie de territoire est situé dans le Parc Naturel Régional Luberon et la réserve de biosphère Luberon-Lure. La commune de communes Pays de Forcalquier-Montagne de Lure s'est engagée dans un programme de développement des activités de pleine nature et de valorisation de ce site de Lure. Elle est l'un des partenaires du Trail de Haute Provence.



DES PARCOURS 100% NATURE

Au programme de cette 2ème édition, 5 magnifiques parcours adultes, techniques, rapides et exigeants, 3 parcours enfants, des animations des spectacles. Des distances variées pour permettre à tous et à toutes, en famille ou en entre amis de découvrir le pays de Forcalquier – Montagne de Lure dans un esprit convivial, insufflé par 150 bénévoles heureux de partager les richesses de leur territoire. Ici le plaisir de courir se mêle aux paysages changeants, aux panoramas variés aux odeurs provençales.

L'Ultra de Lure, 75km/3400mD

Au départ de Forcalquier, direction la Montagne de Lure par le barrage de la Laye et la montée des Ybourgues. Panoramas splendides sur le plateau du Rocher d'Ongles avant d'atteindre les champs de lavande de Lardières. Vous arrivez au pied de la Montagne de Lure direction les crêtes... jusqu'au cairn 2000. La vue à 360° est époustouflante, le Ventoux, les massifs du Devoluy et des écrins, le Verdon et la Sainte Victoire. La descente à travers la forêt jusqu'à Saint-Etienne-les-Orgues est un délice. A ce moment, il reste 2 bosses à enchaîner : la montée

vers Fontienne et celle des Mourres. Au cœur des champignons de pierre, la citadelle s'offre à vous... droit devant. Il reste 4 km de descente avant de rejoindre le couvent des cordeliers où l'arche d'arrivée vous attend.

Le Marathon de Lure, 45km/2400mD

Au départ de Saint-Etienne-les-Orgues, le tracé rejoint celui de l'Ultra de Lure à la bergerie du Gros Chêne.

Le Trail des Bories, 27km/1350mD

Nouveau cette année, le début du parcours est commun avec celui de l'Ultra de Lure. Puis après le ravitaillement au cœur du village de Limans, il faudra traverser la Laye pour rejoindre le Clos de Melly et le tracé du Trail des Mourres jusqu'à Forcalquier.

Le Trail des Mourres, 16km/600mD

Départ du centre de Forcalquier en direction du château d'eau puis à travers la garrigue avec la descente vers le barrage de Douroux. Après le 1er ravitaillement dans les Mourres, vous prenez la direction de Fontienne par des sentiers en

sous-bois. A Fontienne, vous plongez dans le ravin de l'Eau Salée jusqu'au hameau des Truques et son décor de western. Après le magnifique passage sur la ligne des crêtes, vous attaquez la dernière montée en direction des Mourres. Là-haut, vous êtes au milieu des champignons de pierre. Le retour vers Forcalquier vous offre un dernier panorama avant de passer la ligne d'arrivée au couvent des cordeliers.

Le Trail Femina Tour®, 8km/250mD

Cette épreuve de découverte du trail, ouverte exclusivement aux féminines et aux hommes déguisés, clôture ce grand week-end de la course nature. C'est une course plaisir sur sentiers et monotraces, pour soutenir la lutte contre le cancer, où vous pouvez courir ou marcher, voire les deux.

Les courses enfants

Comme l'an dernier, le THP propose le samedi, 3 parcours enfants de 3km, 1,5 km et 0,5 km dont les tracés permettent de découvrir la ville de Forcalquier. C'est une formidable opportunité pour les enfants de participer à cette grande fête.



LE BARRAGE DE DOUROUX, UN OUVRAGE UNIQUE EN SON GENRE

Situé dans le Parc Naturel Régional du Luberon, aux abords de Forcalquier, ce barrage en pierres sèches est probablement une construction unique en son genre. Il fut débuté en 1978 pour occuper la pause méridienne de 4 compères. Gérard Douroux a placé, déplacé 98% des pierres et 77% des remblais et il a tenu à s'occuper personnellement de la touche finale de l'étanchéité. Au pied du barrage, le sous-bois a également été nettoyé. Sur le site, une plaque a été placée en hommage à Gérard Douroux aujourd'hui décédé. C'est un site magnifique accessible uniquement à pied où l'on peut venir se rafraîchir quand le soleil bat son plein. Vous aurez la possibilité de traverser le barrage sur les deux parcours du dimanche, le Trail des Mourres et le Trail Femina Tour®.



L'ASSOCIATION RANDONNÉE EN HAUTE PROVENCE, UN VIVIER DE PASSIONNÉS, DES BÉNÉVOLES PRÉCIEUX

Cette association a vu le jour il y a plus de 20 ans. Elle a été créée au départ pour organiser la Fête de la Randonnée du Printemps qui a 25 ans cette année. Cette année la 25ème édition aura lieu des 25 et 26 avril 2015. Depuis 6 ans, elle a créé une section « Randonnées hebdomadaires », 2 randonnées pédestres sont organisées les mercredis et dimanches par des bénévoles. Aujourd'hui, cette association affiliée à la Fédération Française de Randonnée compte 130 adhérents qui parcourent hebdomadairement les sentiers de Haute Provence. Quoi de plus naturel pour le THP de se rapprocher d'eux pour échanger sur les tracés et les sites à découvrir. C'est aussi un gisement précieux de bénévoles qui connaissent tous les sentiers et permettent d'assurer un très bon soutien auprès de nos amis trailers.

UN SITE TRAIL EN DEVENIR POUR TOUS LES NIVEAUX

Le territoire offre de multiples possibilités de circuits trail, en empruntant les sentiers balisés pour la randonnée pédestre ou VTT, ou en s'aventurant sur les petits chemins parcourus par les bergers et animaux. Tous les coureurs trouveront leur bonheur ici, de la pratique découverte ou loisir, à la compétition. Le trail se développe sur le territoire, boosté par l'organisation en 2014 de la première édition du Trail de Haute Provence. Il n'est pas rare de voir, le dimanche matin, des coureurs se rassembler sur la place du Bourguet à Forcalquier, qu'il pleuve/neige (pas souvent), qu'il vente ou qu'il fasse grand beau, et partir vers les collines et la montagne de Lure.

Il y aurait encore tant à dire sur ce territoire, que la plus belle invitation que peut vous faire Esprit Trail est de venir fouler à votre rythme cette Haute Provence.

