

Annapurna Mandala Trail 2005

(4 au 21 novembre 2005)

Edition 6 en 2005 : Vendredi 4 au lundi 21 novembre 2005 – Friday 4 to Monday 21 novembre 2005. **Distance :** Compétition : 320 kilomètres en 8 étapes ; liaison : 100 km en 3 étapes – Compétition : 320 kilometers in 8 stages étapes ; linked stage: 100 km in 3 stages. **Départ (Start) :** Annapurna Base Camp (4.150 m). **Arrivée (Arrival) :** Besi Sahar (820 m). **Dénivelé :** 12.500 mètres en positif, 15.830 mètres en négatif – 12.500 mètres ascension, 15.830 meters descent. **Point le plus haut (summit of the race) :** Thorong Pass (Nissang La) à 5.416 mètres. **Températures :** Entre +30 et -27 degrés en 2003 et +40 et -15 degrés en 2004. **Déroulement de chaque étape :** Elle s'effectue en autonomie complète durant la course et en lecture de carte avec un point de départ, un point d'arrivée et un ou plusieurs points de contrôle. **During the stage :** Competitors are solely responsible (complete autonomy) for beginning each stage, using a card marked with the departure point and arrival point. Between these points, the competitor will choose its route by respecting the instructions of the director of the race, the points of control or obliged passage.

Coût de l'inscription (Cost of registration) : 2.350 euros (billets d'avion inclus, transports au Népal, organisation de la course, hôtel à Kathmandu, hébergement et restauration durant la course sont compris dans le prix. Seul le repas du midi (2 à 3 euros) est à votre charge. Dossier complet disponible sur demande. **Included in the registration fee :** flight Paris – Kathmandu – Paris, nights bed and breakfast in Kathmandu, all nights full board lodgings during the race, camping and cooking equipment, the Mandala race assistance staff (40 paid employees), medical check-up, travel and transfers in Nepal. **Cost of registration without international flight :** 1.350 euros.

Concurrents (Runners) : Nombre limité à 40 coureurs. Date limite d'inscription : 30 août 2005.

Organisation : Jérôme Edou, Base Camp Expéditions à Kathmandu, Népal. E-mail : info@basecamp trek.com.

Directeur de course (Race director) : Tanka Tamang (Népal). **Coordination :** Gilles Greffier (France).

Correspondant et preneur d'ordre pour la France : Bruno Poirier, 19 rue des Douettes. 85130 Saint-Aubin-des-Ormeaux. France. Tel : 02.51.65.69.97. Port : 06.81.82.08.01. E-mail : bruno.poirier@ouest-france.fr

Programme de l'Annapurna Mandala Trail 2005 - The programm and the stages

Jour 1 : Départ de Paris (le vendredi soir). **Jour 2 :** Arrivée à Kathmandu. Hôtel. **Jour 3 :** Kathmandu – Pokhara en avion et Pokhara – Birethanti en bus, *Liaison 1*, Birethanti – Ghandrung. **Jour 4 :** *Liaison 2*, Ghandrung – Dobang. **Jour 5 :** *Liaison 3*, Dobang – Machhapuchhre Base Camp.

Jour 6 *Liaison 4 :* Macchapauchare BC – Annapurna BC. **Etape 1 :** Annapurna BC – Tadapani.

Jour 7 **Etape 2 :** Tadapani – Poon Hill – Dana.

Jour 8 **Etape 3 :** Dana – Marpha.

Jour 9 **Etape 4 :** Marpha – Kagbeni – Muktinath.

Jour 10 Jour de repos et d'acclimatation à Muktinath

Jour 11 **Etape 5 :** Muktinath – Thorong Pass – Khangsar.

Jour 12 **Etape 6 :** Khangsar – Tilicho Lake – Manang.

Jour 13 **Etape 7 :** Manang – Pisang – Dharapani.

Jour 14 **Etape 8 :** Dharapani – Besi Sahar.

Jour 15 : Besi Sahar – Kathmandu en bus. **Jour 16 :** Kathmandu. **Jour 17 :** Départ de Kathmandu. Arrivée à Paris.

Les autres courses Base Camp Trek & Expéditions en Himalaya (2006 et 2007)

→ **Ladakh'n'Trail (14 au 31 juillet 2006).** Cette nouvelle course a lieu au Ladakh, le « Petit Tibet », dans l'Himalaya indien. Un programme coureurs et marcheurs sont prévus. Limité à 32 coureurs et 10 marcheurs. L'épreuve est longue de 260 km (+5450 et -5150) et comporte 8 étapes, dont 4 marathons. Elle se déroulera entre 3200 et 4900 mètres. Le parcours a été reconnu par Pascal Beaury Sherpa en juillet 2004. Contrairement à l'Annapurna Mandala Trail et l'Everest Sky Race, les coureurs ne portent pas leur équipement durant la course. Les affaires personnelles des coureurs sont transférées de camp en camp par véhicule. Reste que chaque étape est en autonomie totale. Le coût – en cours de négociation – devrait se situer entre 2700 et 2900 euros. Il comprend les vols internationaux et nationaux, l'hébergement, la logistique durant toute la course (tentes, nourriture, eau minérale, cartes), les véhicules de transports et d'assistance, l'équipe technique (chronométrateurs, contrôleurs et juges arrivée), le dîner de gala et les hôtels en B/B à Delhi et Leh. Une première information est disponible sur demande.

→ **Everest Sky Race (novembre 2006).** Même si les quatre vallées du Khumbu (Chhukhung, Kala Pattar, Gokyo et Thame) seront le cadre de la troisième édition de l'Everest Sky Race, un nouveau parcours est à l'étude. **L'Everest Sky Race 2006** se déroulera toujours sur une période de 17 jours (Paris/Paris) avec une période de 11 jours dans le Khumbu, région de l'Everest. Une extension d'une semaine sera possible avec l'ascension d'un sommet de plus de 6.000 m. Les dossiers d'inscriptions seront disponibles en septembre 2005. A noter qu'un DVD retraçant l'édition 2003 (film de 23') et avec un clip sur l'édition 2005 (8') sera (est) disponible avec le prochain numéro (juillet 2005) de VO2 magazine.

→ **Himal Race – Kathmandu – Dolpo (Novembre 2007).** Une nouvelle formule est en cours d'élaboration. Une consultation a été lancée auprès des personnes intéressées et de celles qui pourraient l'être. L'idée d'une auto-gestion de la course par les coureurs a été retenue. Un document circule entre les gens qui seraient capables de faire cette course : 1000 km, +40.000 m, en 20 étapes (31 jours Paris/Paris). Cette épreuve, dont l'édition sera unique, est limitée à 30 coureurs. Une première information est disponible sur demande, mais elle est uniquement envoyée aux coureurs qui ont le niveau (physique et mental) et l'extrême volonté de participer à **Himal Race – Kathmandu – Dolpo**.

Correspondant et preneur d'ordre pour la France pour Base Camp : Bruno Poirier, 19 rue des Douettes. 85130 Saint-Aubin-des-Ormeaux. France. Tel : 02.51.65.69.97. Port : 06.81.82.08.01. E-mail : bruno.poirier@ouest-france.fr