

**TRAIL DU BALCON EST DU VERCORS  
21 JUIN 2009**

**PARCOURS**

Quatre parcours différents « Le Trail », « la découverte », « La Palenchoune », « La Pit'choune ».

Les 4 parcours se déroulent entre 1000 et 1600 m d'altitude dans un cadre grandiose au pied du Gerbier et des Deux Soeurs sur un terrain varié alternant forêts, route forestière, sentier escarpé de montagne (sentier du périmètre) au pied du Gerbier.

Les courses à pied se dérouleront le matin avec des départs échelonnés entre 9h et 12h. Le dernier départ sera la course enfant à 12h.

En fonction du niveau, les distances et les difficultés seront variables :

**Le TRAIL : 20 KMS**

**Parcours en forêt, puis aérien sur le sentier du périmètre au pied des falaises du Gerbier, interdit aux – 18 ans**

**Un ravitaillement, deux points d'eau**

**Départ à 950 m**

**Dénivelé : 1250 m + (pt culminant 1600m)**

**La DECOUVERTE : 10 KMS**

**Raide au départ, puis du plat (route forestière) pour finir en descente.**

**Un ravitaillement, un point d'eau**

**Départ à 950 m**

**Dénivelé : 500 m + (point culminant 1200 m)**

**La PALENCHOUNE : 2 KMS**

**Facile pour enfants, dans le village.**

**Départ à 950 m**

**Dénivelé : 70 mètres +**

**La PIT'CHOUNE : 650m**

**Interdite aux grands et très grands !**

**Départ à 950 m**

**Dénivelé : 25 mètres**