

2 SEPTEMBRE 2023

TRIATHLON L



COL DU SOULOR
1474m



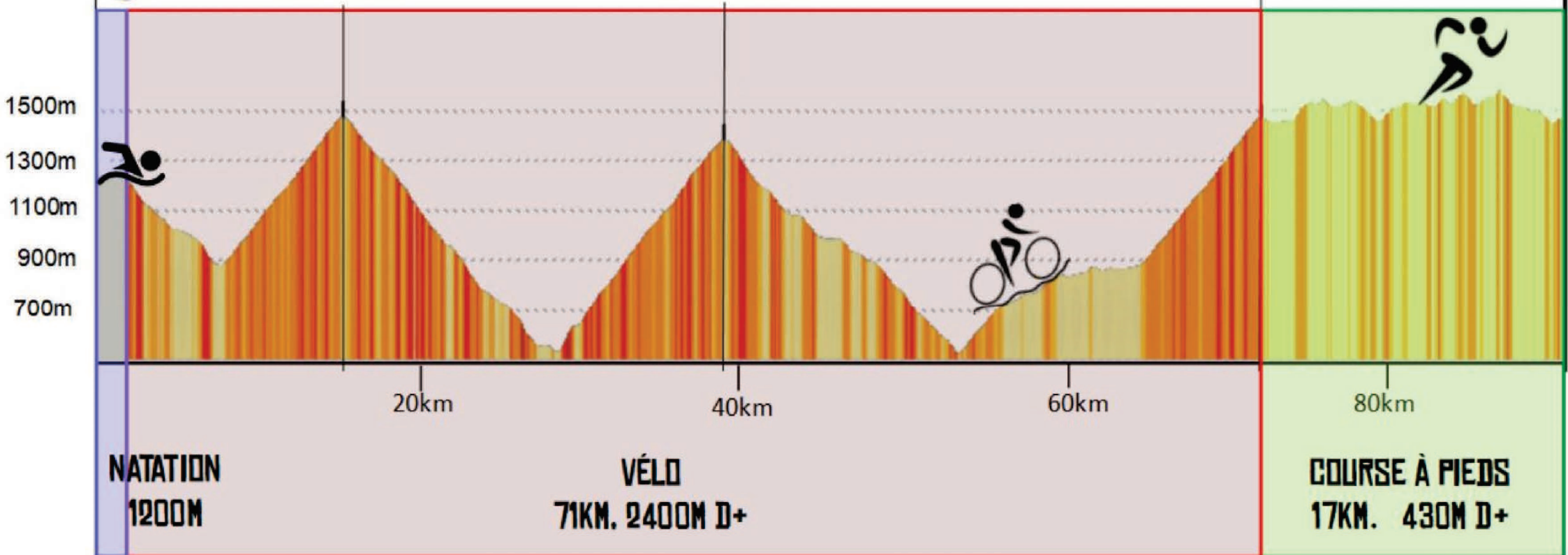
Lac du Tech
1220m



1474m
Col du Soulor
(7km à 8%)

1378 m
Col de Spandelles
(10km à 8,5%)

1474m
Col du Soulor
(7km à 8%)



NATATION
1200M

VÉLO
71KM. 2400M D+

COURSE À PIEDS
17KM. 430M D+

Lac du Tech
1220m



2 SEPTEMBRE 2023 TRIATHLON S



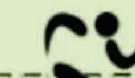
1474m
Col du Soulor
(7km à 8%)

1532m
Lac de Soum

COL DU SOULOR
1474m



1600m
1400m
1200m
1000m



5km

10km

15km

20km

NATATION
600M

VÉLO
14KM. 600M D+

COURSE À PIEDS
7KM. 160M D+

Natation VautourMan

S : 1 tour : 600m

L : 2 tours : 1200m

barrage

Gave d'Arrens

Lac du Tech

D105

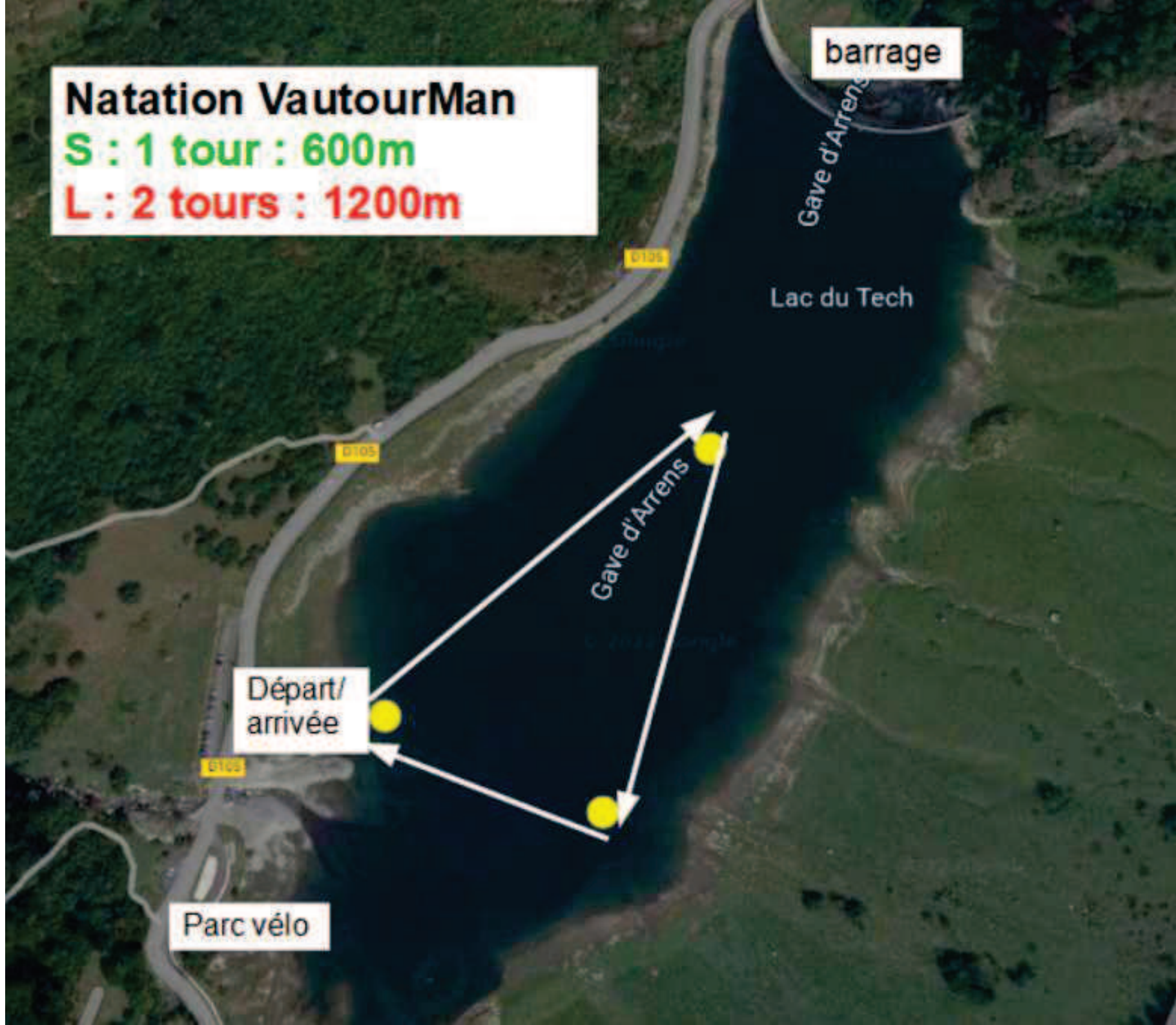
D105

Gave d'Arrens

Départ/
arrivée

D105

Parc vélo

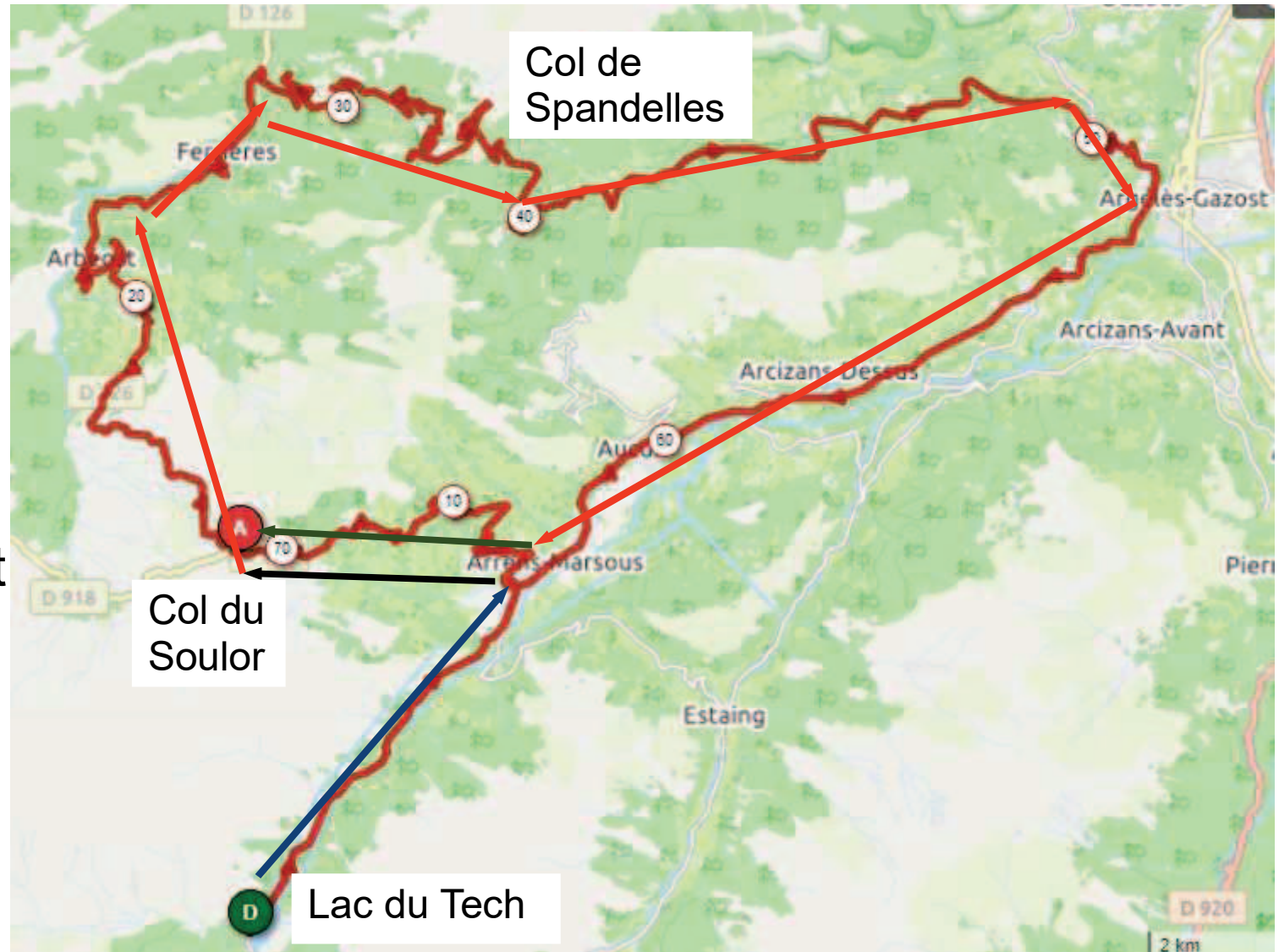




Zone départ/arrivée (et sortie australienne pour le L)

Parcours vélo L

1. descente du Lac du Tech
2. 1^{ère} montée au Soulor
3. Boucle via Ferrières / Spandelles / Argelès-Gazost
4. 2^{nde} montée au Soulor



Parcours vélo S



1. descente du lac de Tech vers Arrens-Marsous

2. Montée du Soulor

Parcours vélo

Sur la course L :

- On descend le Lac du Tech
- En bas à Arrens-Marsous, on tourne à gauche sur la D918 direction le Soulor
- Au col du Soulor, on bascule vers Arbéost et Ferrières sur la D126
- Après fin descente Soulor, à Ferrières, on tourne à droite vers le col de Spandelles RD602
- Au col de Spandelles, on bascule de l'autre coté vers Argelès.
- En bas de la descente, à Argelès, on tourne à droite sur la D918 vers Arrens-Marsous, via Arras-en-Lavedan et Aucun.
- On remonte au Soulor, fin de la partie vélo

Sur la course S : les cyclistes s'arrêtent au premier passage au Soulor

Sécurité / Dangers

Routes ouvertes, attention aux voitures !

- respect du code de la route
- Interdiction de couper les virages ou dépasser la ligne blanche

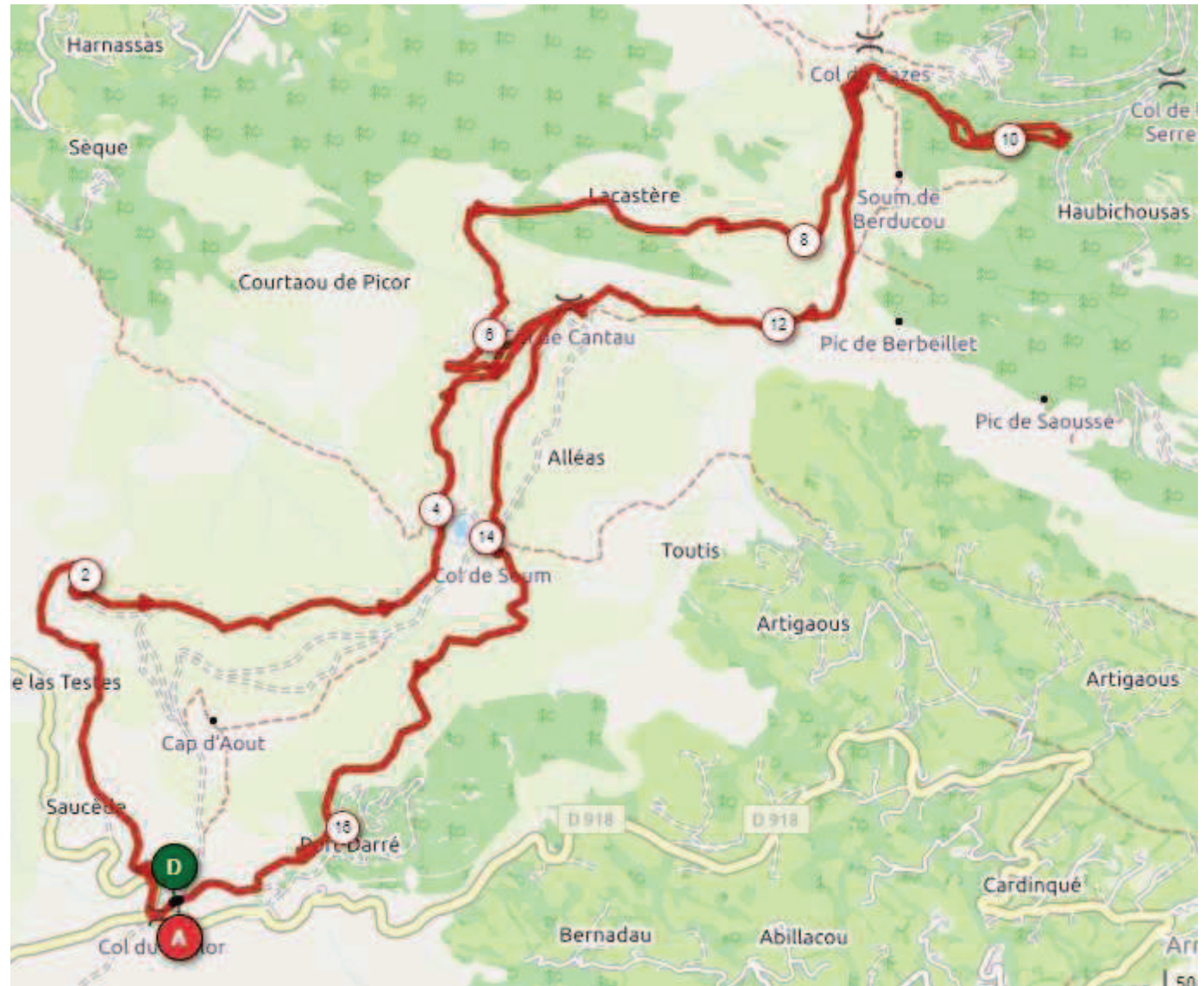
Prudence dans les descentes de cols

- Certains virages traitres, « ferment » brusquement !
- Bouses de vaches glissantes sur la route
- Quelques affaissements de route (marqués par peinture orange)

Zone pastorale, animaux en liberté pouvant être sur la route (vaches, moutons, chevaux, etc...)

Parcours CAP – L

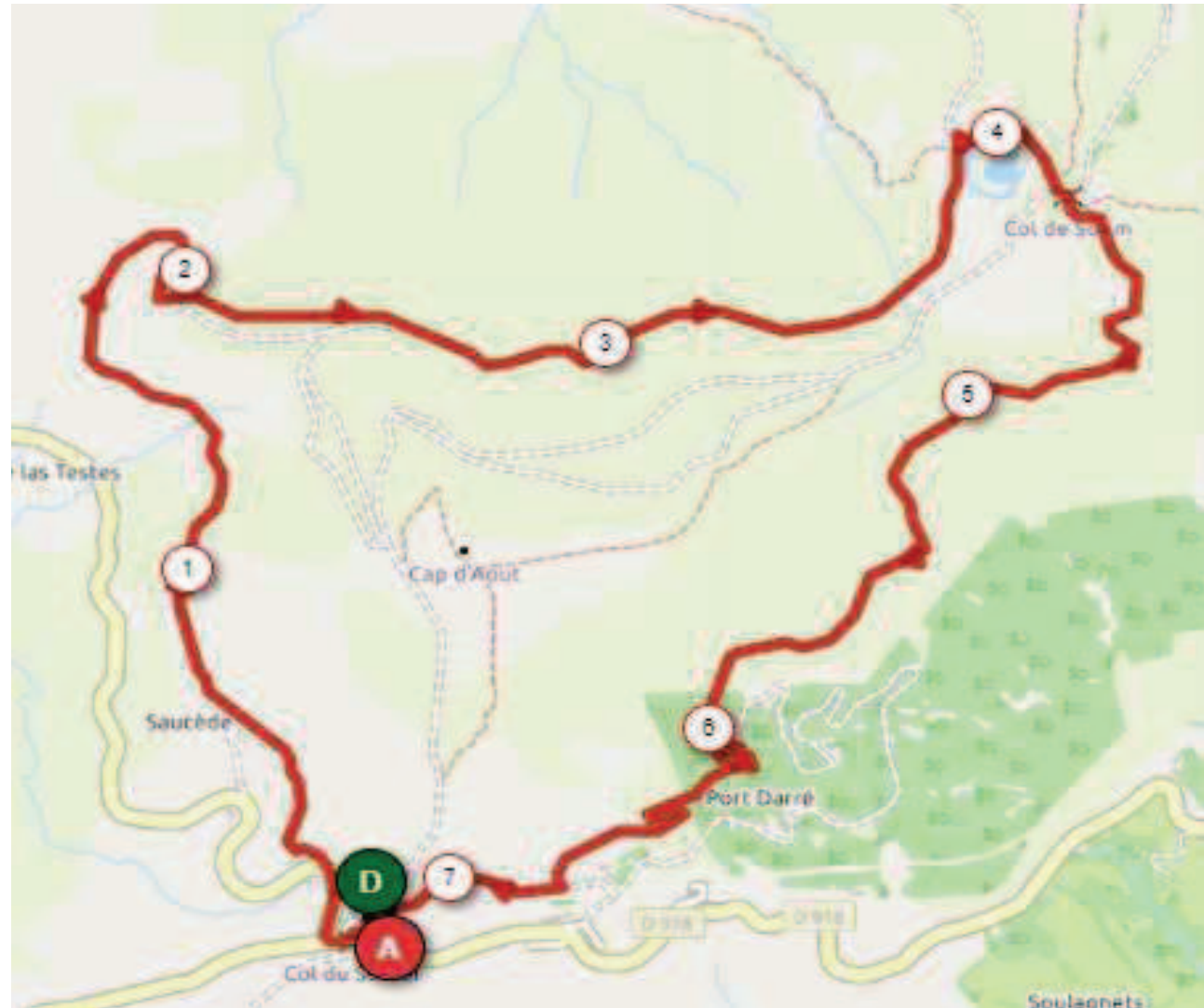
1. aller vers Col de Bazes via pistes
2. Petite boucle au col de Bazes
3. Retour au lac de Soum via GR
4. Retour au Soulor via piste



Parcours CAP – S

Passage par les sentiers de ski de fond

Boucle via lac de Soum



Parcours CAP
Vue lac de Soum
Environ 4km du début

Début parcours L

Fin parcours L

Parcours S

Lac de Soum

Col de Soum

Google

