

Randonnée VTT La 19^{ème} Lambescaine dans la Chaîne des Côtes et Randonnée pédestre à partir du COSEC le dimanche 1 octobre 2023

VTT : Pour sa 19^{ème} édition, le Cyclo-Club Lambesc offrira aux amateurs de vélo tout-terrain, qu'ils soient en vélo musculaire ou à assistance électrique, un panel de 4 circuits de randonnée dans les contreforts et le massif des Costes, aussi appelé Chaîne des Côtes, sur les communes de Lambesc, La Roque d'Anthéron, Mallemort et Charleval, de niveaux :

- **Vert** Familial pour celui de 12 km et 200 m de dénivelée dans les contreforts et vignobles
- **Bleu** Facile pour celui de 22 km avec 500 m de dénivelées
- **Rouge** Sportif pour celui de 30 km et 1000 m de dénivelée
- **Violet** Engagé pour celui de 44 km et 1300m de dénivelée

Avec ces parcours dérivés de ceux de la 18^{ème} édition et des boucles plus engagées pour les grands sportifs, les participants sillonneront essentiellement des pistes et singles dans un environnement de vignes, garrigues, forêts de chênes et pins avec de magnifiques points de vue sur le Lubéron au nord ainsi que sur des collines viticoles au sud du massif des Costes.

Randonnée pédestre : pour la première fois, un parcours de 11 kilomètres avec 220 m de dénivelée et balisage jaune et rouge sera proposé aux randonneurs pédestres à partir du site du COSEC de Lambesc.

Les prestations

- Un café ou un thé sera offert avec douceur au départ pour tonifier les participants
- Deux ravitaillements situés dans les vignobles de Lambesc et près du canal à Charleval sur les 4 circuits offriront aux participants sandwiches de charcuterie et fromage, aliments sucrés, boissons et fruits.
- A l'arrivée, des saucisettes locales de porc grillées sur barbecue au charbon de bois seront offertes avec assortiments de produits apéritifs et bien sûr accompagnées de vins tricolores rouge, blanc, rosé des Côteaux d'Aix-en-Provence.

Les modalités de participation le jour J :

- Accueil à partir de 7h30 sur les parkings de proximité dont un plan sera joint à l'inscription
- De 7h30 à 9h30 enregistrement des participants au Complexe Sportif COSEC avenue Leo Lagrange avec
 - Mise d'un bracelet fluo attestant de l'inscription sur les parcours et aux ravitaillements
 - Remise du gobelet du CCL pour ceux qui en ont pris l'option
 - Visualisation des parcours sur cartes IGN affichées en grand format
- Accueil à l'arrivée au COSEC de 11h à 13h avec remise des coupes et lots de la tombola du CCL et de ses partenaires, le Crédit Agricole et la Mairie de Lambesc.

Contacts

- Site du Cyclo-Club Lambesc <https://www.cyclo-club-lambesc.net>
- Courriel organisation cclambesc@live.fr ou Portable organisateur 06 85 54 19 37

Partenariats avec

- **Crédit Agricole** Alpes Côte d'Azur Lambesc
- **FFVélo** – VTT, Cyclotourisme et Cyclospor
- **Intermarché** Lambesc - Alimentation
- **Intersport** Salon-de-Provence – magasin tous sports
- **MagNes** Lambesc - Boulangerie
- **Oppidum des Cauvins** Rognes - AOP Côteaux d'Aix et Côtes du Lubéron
- **SportNConnect** Salon-de-Provence – Préinscriptions en ligne

Les modalités d'inscription sont en ligne sur le site du partenaire Sports'NConnect pour optimiser l'organisation et offrir les meilleures prestations aux participants

- Gratuité pour les participants justifiant moins de 18 ans (accompagnement par responsable)
- 8€ pour les randonneurs pédestres
- 10 € pour les vététistes justifiant d'une licence FFVélo, FFC, Ufolep, FSGT ou FF TRI
- 12 € pour les autres vététistes adultes.

INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE SUR
SPORTS'N CONNECT

Pour le respect environnemental, aucun gobelet jetable ne sera fourni par l'organisation qui

- Proposera en option un gobelet de 25 cl aux couleurs du Club pour 1€
- Servira aussi les boissons dans des gobelets que les participants apporteraient



Les inscriptions pourraient être closes à tout moment pour ne pas dépasser un seuil de 1.000 inscrits, au-delà duquel la fluidité de circulation sur les parcours et la qualité des prestations pourraient être compromises.

A noter le code promo **CCL100** qui offre une remise de 1€ aux 100 premiers inscrits