

Inscrivez-vous pour l'Arrats Trail du 16 juin



Inscrivez-vous pour l'Arrats Trail du 16 juin

L'Arrats Trail est fait pour tous !

- **Les clubs** : 42 km/20 km/10 km Trail - Marche Nordique: il y en aura pour tout le monde, toutes les distances et à chacun à son allure.
- **Les gourmands** : la réputation des ravitaillements n'est plus à faire, pâtisseries de grandes qualités sur la course et à l'arrivée (macaron, financiers, cookies....), le salé aussi n'est pas en reste avec des buffets généreux et de qualité...
- **Les familles** : coureurs et accompagnateurs : Randonnée – Course enfants
- **Les débutants** : 10 km et 20 km à faire à allure modéré, pas de dénivelés délirants, des parcours nature et remplis de verdure.
- **Les confirmés** : la distance mythique 42 km , 20 km et 10 km, pas de montagnes mais les coteaux du Gers, venez travailler vitesse, relance et endurance à haute intensité. Ici, le Trail ça se court aussi.
- **Les amoureux de parcours variés** : vous allez suivre les monotraces forestières des blaireaux et autres sangliers, vous longerez le « ruisseau de la mort », vous passerez par les peupleraies, les zones marécageuses et les « laquettes ». Vous découvrirez la fameuse « Forêt de Sherwood » qui devrait vous mettre les cuisses en fusion, mais aussi des demeures ancestrales faites de pierres, vous traverserez des ponts étroits et vous devrez gravir les marches des Terrasses du Château: vos jambes seront laminées mais l'arrivée sera proche et le réconfort aussi.
- **Les amateurs de dotations,**
 - Trail 42 km : T-shirt/Ecocup/Bière ou vin blanc offert.
 - Trail 20 km/10 km : Sac à chaussures/Ecocup/Bière ou verre de vin blanc offert.
 - Marche Nordique 20 km/10 km : Sac à chaussures/Ecocup/Bière ou verre de vin blanc offert.
 - Rando 10 km : Ecocup/Bière ou verre de vin blanc offert
 - Courses enfants : tous les enfants repartent avec au moins une médaille et d'autres surprises.

Inscription pour les différentes courses : ici

- Tarif : 28 € par coureur pour le trail de 42 km
- Tarif : 16 € par coureur pour le trail de 20 km
- Tarif : 10 € par coureur pour le trail de 10 km
- Tarif : 16 € par coureur pour la marche nordique de 20 km
- Tarif : 10 € par coureur pour la marche nordique de 10 km

Tous les renseignements sur <http://arrats-trail.com/>

L'Arrats TRAIL
Country Trail

Nouveaux Parcours

- TRAIL 20KM 250 D+
- TRAIL 42KM 800 D+
- TRAIL 10KM 150 D+
- MARCHE NORDIGLE 20KM
- MARCHE NORDIGLE 10KM
- RANDO 10KM
- COURSES ENFANTS

MAUVEZIN GERS
16 JUN 2019

www.arrats-trail.com

Light & Studio Création Photo NAU - 06 12 53 39 42
highlightstudio32@gmail.com