



La lettre info Trail Albertville - Avril 2011

Edito

7 ans déjà !

Que de chemin parcouru ensemble. Que de plaisir de vous faire découvrir ce magnifique terrain de jeu aux portes de la cité Olympique et jusqu'aux sommets du massif des Bauges. Un espace naturel exceptionnel où les bénévoles du club alpin français vous convient pour cette journée de course en montagne.

Le trail d'Albertville, un parcours alpin naturellement, LE rendez vous de l'automne !

Jean-François Grandidier le 14 avril 2011



Evénements

La Fête de la Montagne et le Trail D'Albertville :
Dimanche 25 septembre 2011

Et C'est Parti ! Un trail alpin naturellement et un rendez vous incontournable de l'automne !

3 parcours chronométrés :

- **Trail d'Albertville** (32 km / D+ 2500m / D- 2330m). Parcours inscrit au challenge des trails du Parc des Bauges.
- **Balcons de Mercury** (20 km / D+ 1270m / D- 1100m). Parcours inscrit au challenge des trails du Parc des Bauges.
- **Belle Etoile** (9 km - découverte du trail). Départ de Mercury / La Soffaz, ouvert aux mineurs de plus de 15 ans.

Un seul lieu d'arrivée : au plan d'eau de Mercury.

Et des animations pour tous, randonnées pédestres et escalade

**TRAIL
D'ALBERTVILLE**
alpin naturellement

dimanche 25 septembre 2011

**Vous avez aimé en 2010 ?
Vous adorerez en 2011 !**

Deux parcours 100 % nature
'Trail d'Albertville' : 32 km
'Balcons de Mercury' : 20 km
Arrivée conviviale en plein cœur du village de Mercury
Bauges / Savoie

Contact / 06 83 12 40 18 / caf.albertville@online.fr
www.trail-albertville.fr

Inscriptions en ligne, infos de dernière minute, cartes, parcours, horaires, ravitaillements sur www.trail-albertville.fr



**PROGRAMME NUTRITIONNEL
DU TEAM ASICS TRAIL**

LIRE LA SUITE

Avoir une bonne alimentation, c'est optimiser la performance et se prévenir des blessures, des maladies et de la fatigue. Comment procéder ? Toutes les réponses dans la MX3 newsletter :

<http://mx3store.com/content/7-conseil-nutrition-sportive>

gamme nutrition sportive gamme plat lyophilisé

YIM Philippe philippe.yim@mx3.fr www.mx3.fr
communication & web 02.51.32.99.29 / 06.83.06.65.22



Promis, en 2011, on refait la même... sans la neige !

conception myriamormusyaho.fr/photos J.C Buet et B. Juguery

TRAIL D'ALBERTVILLE
alpin naturellement

- Trail d'Albertville
2 500 m de dénivellée positive pour 32 km
- Balcons de Mercury
20 km sur les hauteurs de la cité olympique et face au Mont Blanc (1270 m⁺)
- Montagne en fête
Animations pour tous : course nature de découverte du trail (9 km), escalade, randonnée...

Téléphone / 06 83 12 40 18
Mail / caf.albertville@online.fr

www.trail-albertville.fr