

LE GUIDE DE PREMIÈRE
PARTICIPATION

**DEVENEZ UN
COUREUR
HAUTE ROUTE**





Bienvenue à la HAUTE ROUTE

LE CONCEPT

Haute Route crée des événements de plusieurs jours qui permettent aux cyclistes amateurs de découvrir les routes emblématiques du Grand Tour. Conçu pour les coureurs passionnés à la recherche d'une expérience haut de gamme, Haute Route est l'endroit où des destinations cyclistes exceptionnelles rencontrent un service et un soutien inégalés, pour créer des souvenirs inoubliables.

POURQUOI CE GUIDE ?

Nous sommes là pour vous soutenir avant, pendant et après chaque événement et pour faire en sorte que votre voyage se déroule le mieux possible. Découvrez notre guide de Première Participation avec toutes les informations que vous devez connaître, de la logistique aux services. De plus, vous aurez accès au blog Haute Route Nation, à l'équipe d'ambassadeurs Haute Route et à l'équipe de Services aux Athlètes, tous disponibles pour répondre à vos questions et vous aider à atteindre de nouveaux sommets. Rejoignez notre communauté soudée et faites partie de quelque chose de spécial.



Contenu

- 06** Trouver le format idéal
- 08** Haute Route Crans-Montana
- 09** Haute Route Ventoux
- 11** Haute Route Pyrénées
- 13** Haute Route Dolomites
- 15** Haute Route Alpes
- 16** Préparez-vous pour votre première expérience Haute Route
- 17** Rejoignez la communauté
- 18** Nous sommes là pour vous soutenir
- 19** Une expérience personnalisée
- 21** Ce que vous devez prendre avec vous
- 22** Une journée sur la Haute Route
- 23** À retenir
- 24** Ce que nos coureurs en pensent
- 25** Êtes-vous prêts ?

| DÉCOUVREZ LES ÉVÈNEMENTS 2023

3 JOURS  **CRANS-MONTANA**
 3  9-11 Juin

5 JOURS  **PYRÉNÉES**
 5   4-8 Juillet (Andorra - Pau)

7 JOURS  **ALPES**
 7  20-26 Août (Megève - Nice)

5 JOURS  **DOLOMITES**
 5  29 Août - 2 Septembre (Bormio - Cortina d'Ampezzo)

3 JOURS  **VENTOUX**
 3  6-8 Octobre



| Trouvez le format idéal

Haute Route 3 jours

Les événements Haute Route de 3 jours englobent tout ce qui rend nos courses si uniques, comprimées en trois jours épiques sur la route.

L'événement étant entièrement organisé dans une seule ville, la logistique est simple, ce qui vous permet de profiter pleinement de la destination. Le parcours de chaque événement comprend les montées légendaires du Grand Tour, ainsi que des joyaux cachés moins connus, le tout soutenu par les célèbres services Haute Route sur et en dehors du vélo. Les événements comprennent deux étapes de montagne classiques et se terminent par un contre-la-montre le dernier jour, pour faciliter vos déplacements. Que vous veniez pour participer à une compétition, atteindre un objectif personnel ou profiter du paysage avec de nouveaux et d'anciens amis, il n'y a pas de meilleure façon de passer un long week-end sur votre vélo. C'est une aventure inoubliable pour tous les types de cyclistes. C'est l'expérience complète de la Haute Route en un long week-end.

Haute Route 5 jours

Partez à la conquête des meilleures destinations cyclistes du monde avec le soutien total de l'équipe Haute Route.

Les événements Haute Route de 5 jours offrent aux cyclistes la possibilité de rouler d'étape en étape sur des itinéraires de vélo de route sélectionnés par des experts. Grâce à une logistique simplifiée, les cyclistes peuvent vivre une expérience immersive qu'ils n'oublieront jamais. Traversez certaines des destinations les plus typiques du cyclisme aux côtés d'un peloton de cyclistes passionnés et solidaires. La Haute Route 5 jours est l'aventure cycliste ultime. Se déroulant sur une période plus longue, les cyclistes peuvent profiter de l'expérience pour rencontrer d'autres cyclistes et partager leurs journées à vélo. Une fois que vous aurez vécu cette expérience unique, nous vous garantissons que vous créerez des liens comme jamais auparavant.

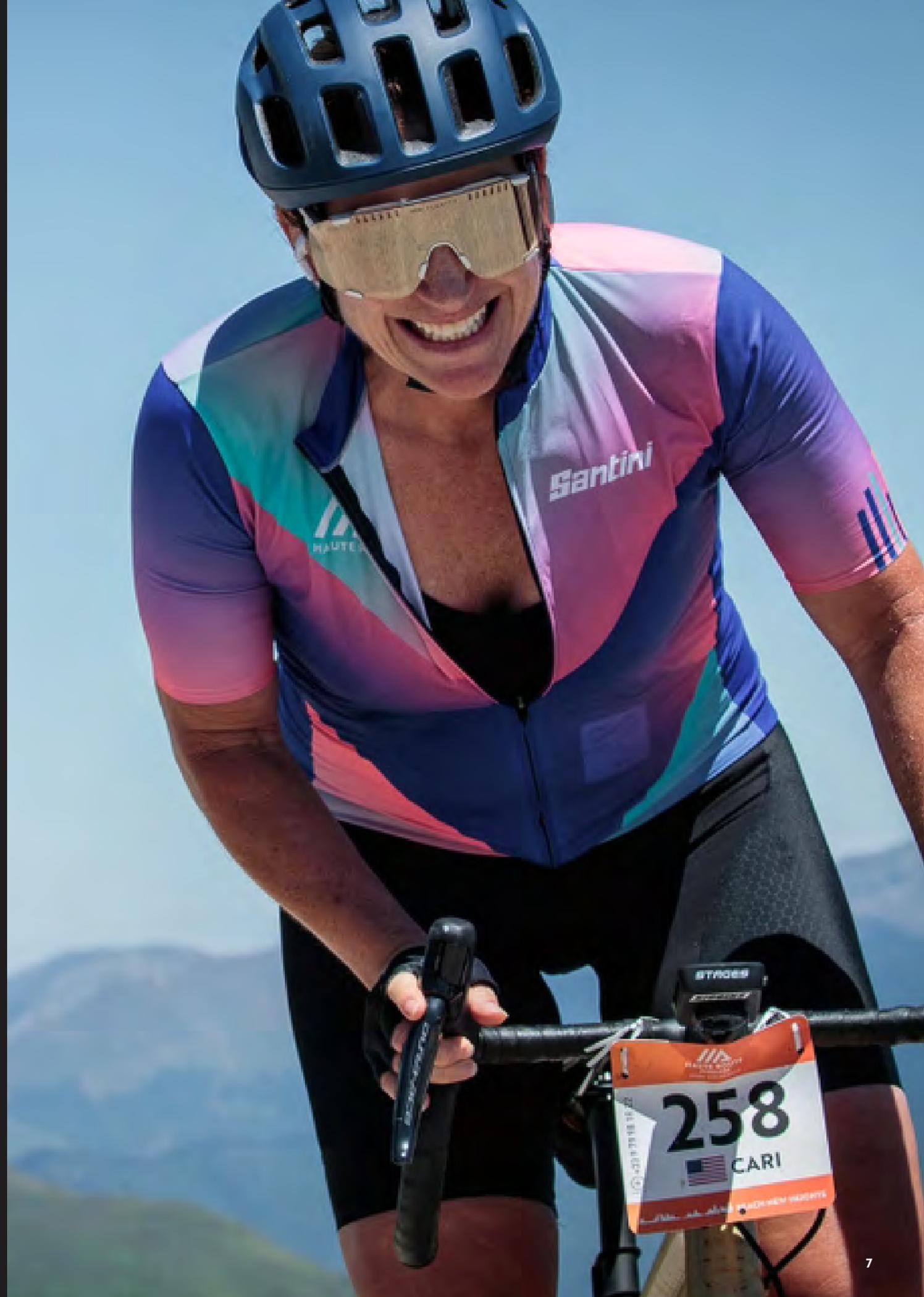
Haute Route Alpes

Événement fondateur du concept Haute Route, la Haute Route Alpes s'est taillée une réputation d'icône dans le monde entier et attirent chaque année des centaines de cyclistes en quête de gloire.

Le joyau du calendrier Haute Route est légendaire : il s'agit de la conquête de certaines des ascensions les plus emblématiques empruntées par les plus grands. Parcourez des étapes palpitantes, de villes en villes, avec un soutien mécanique, nutritionnel, une sécurité et une logistique digne des courses professionnelles. Pendant que vous vous concentrez sur la réalisation de votre rêve cycliste, l'équipe Haute Route s'occupe de tout le reste, y compris l'hébergement, les massages après l'étape et les repas. Une aventure comme aucune autre, cet événement rassemble les cyclistes et crée un lien indéfectible. Faites-vous des amis à travers le monde et soutenez, motivez et développez ensemble ce voyage unique en son genre.

Roulez à votre façon Choisissez de rouler en ÉQUIPE ou en SOLO

Pour tous nos événements, vous avez le choix de relever le défi en solo ou en équipe (3-10 coureurs). Chaque équipe élaborera sa propre stratégie pour que trois de ses coureurs atteignent la ligne d'arrivée le plus rapidement possible. Le classement sera basé sur le cumul des temps des trois membres les plus rapides. Pour les équipes mixtes, il doit inclure les temps d'au moins une femme et un homme sur chaque étape. Chaque coureur de l'équipe figurera également au classement général individuel. Une cérémonie officielle de remise des prix aura lieu à la fin de chaque étape pour célébrer les plus grandes stars de chaque étape.



Haute Route Crans-Montana

Partez à la conquête du meilleur du cyclisme suisse avec les panoramas de Crans-Montana comme toile de fond.

9-11 juin 2023



200km

Distance totale



7 500m+

Dénivelé total



3 100m+

Dénivelé moyen par étape



1 250m+

Dénivelé contre-la-montre

Roulez sur certaines routes du Tour de Suisse

Vivez une aventure débordant de hauts sommets suisses tout en traversant à vélo des vignobles, des villages traditionnels et des gorges, typiques de la Suisse.

Quelques-unes des ascensions les plus réputées de Suisse

Située au cœur du Valais Central, la Haute Route Crans-Montana permettra aux coureurs de vivre des éléments du Grand Tour. Dont le fameux Col du Sanetsch - l'un des plus beaux cols connus en Suisse avec une distance de 26KM et un dénivelé de 1690 - parfois comparé au célèbre Stelvio, le trafic en moins.

Découvrez une destination suisse authentique

De plus, le parcours vous emmènera à travers l'ascension sinueuse du Barrage de Moiry situé au fond du Val d'Anniviers, où les températures à cette période de l'année sont idéales. Le dernier jour, vous partirez de la rampe du contre-la-montre à Sierre, la ville la plus ensoleillée de Suisse, où vous attend l'ascension du Col de Crans-Montana.

Nommée à juste titre «Destination familiale» par l'Office du tourisme suisse, Crans-Montana bénéficie d'un cadre idyllique et d'une infrastructure impressionnante - une destination et un week-end parfaits à partager avec ses proches.

Logistique facile, sans déplacement pendant 3 jours

Le format de 3 jours offre une logistique facilitée, vous permettant de rester dans le même hôtel tout au long du week-end. Prenez le temps d'apprécier cette station de ski suisse authentique après chaque étape et passez du temps avec les autres coureurs, pour vous faire des amis et échanger sur vos journées sur la route.

3-jours

Haute Route Ventoux

Terminez votre saison cycliste en beauté avec la conquête du Géant de Provence - le Mont Ventoux.

6-8 Octobre 2023



220km

Distance totale



6 600m+

Dénivelé total



2 400m+

Dénivelé moyen par étape



1 600m+

Dénivelé contre-la-montre

Un nouveau parcours où les cyclistes peuvent apprécier la belle Provence

La Haute Route Ventoux 2023 proposera un nouveau parcours unique où les coureurs pourront profiter de la beauté de la Provence.

Imprégné de l'histoire du cyclisme, ce lieu renommé a figuré plus de 18 fois au programme du Grand Tour, offrant les mêmes itinéraires que ceux empruntés par certains des plus grands. Cochez les ascensions de votre liste d'objectifs tout en vous immergeant dans l'atmosphère électrique de la Haute Route.

Affrontez l'emblématique géant de Provence, soutenu par nos services

Profitez de l'occasion pour explorer le «Géant de Provence», avec ses vues panoramiques à 360 degrés. Les cyclistes traverseront également cette magnifique région par des routes de campagne tranquilles et sinueuses qui serpentent entre les vignobles et les villes pittoresques.

Pendant ces trois jours de cyclisme mythique, l'équipe Haute Route sera sur place pour vous soutenir. Sur la route, les cyclistes peuvent s'attendre à un soutien exceptionnel en matière de sécurité et, en dehors de la route, vous pourrez profiter de massages après l'étape, de repas chauds et plus encore. Concentrez-vous sur la course, nous nous occupons de tout le reste. De plus, le format de trois jours facilite la logistique, vous permettant de rester dans le même hôtel tout au long du week-end. Prenez le temps, après chaque étape, de passer du temps avec vos compagnons de route, de vous faire des amis et d'échanger des histoires de vos journées sur la route.

La fin de la saison apporte une atmosphère électrique

Consacrez un week-end au pur plaisir du cyclisme provençal avec un peloton éclectique de cyclistes solidaires, enthousiastes et positifs. Programmée vers la fin de la saison, l'atmosphère sur le Ventoux est souvent plus détendue et décontractée.

Situé dans le sud de la France, ce week-end est idéal pour les familles.

Située au pied du Mont Ventoux, la petite ville de Bédoin accueillera de nouveau le village Haute Route, ce qui en fait le week-end idéal à partager avec ses proches.

3-jours



Haute Route Pyrénées

Plongez dans les Pyrénées sauvages. Un peloton passionné sur route ouverte, rouler en itinérance n'a jamais été aussi facile.



4-8 Juillet 2023



550km
Distance totale



14 500m+
Dénivelé total



2 900m+
Dénivelé moyen par étape

Cols légendaires présents sur le Grand Tour

La Haute Route Pyrénées vous fera traverser le Pays basque, de la belle ville d'Andorre jusqu'à Pau. Ce parcours emblématique offre l'opportunité d'affronter des cols légendaires, dont le puissant Tourmalet, qui ont figuré au programme du Grand Tour et ont été gravi par certains des plus grands cyclistes.

Une destination cycliste historique

Plongez dans l'un des pèlerinages cyclistes ultimes sur la Haute Route Pyrénées. Imprégnée d'histoire du cyclisme, cette destination renommée combine des itinéraires secrets et des légendes des Grands Tours. C'est l'aventure d'une vie.

Un format de 5 jours en itinérance

Plongez dans les Pyrénées sauvages avec un peloton de cyclistes passionnés, où le voyage en itinérance n'a jamais été aussi fluide. Alors que vous vous enfoncez dans les profondeurs de la nature sauvage, traversant des routes étroites inconnues même des courses professionnelles, l'équipe Haute Route sera sur place pour vous soutenir. Sur la route, les coureurs peuvent s'attendre à un soutien exceptionnel en matière de sécurité et, en dehors de la route, vous pourrez profiter de massages après l'étape, de repas chauds et plus encore. Concentrez-vous sur la course, nous nous occupons de tout le reste.

La nature à l'état pure

Rencontrer la nature à l'état pur dans cette région des Pyrénées et explorez la chaîne de sommets sauvages qui en font une destination cycliste historique.

Haute Route Dolomites

Imprégnées de l'histoire du cyclisme, découvrez les spectaculaires Dolomites italiennes, l'une des plus importantes destinations cyclistes au monde.

5-jours

29 Août – 2 Septembre 2023



450km
Distance totale



14 500m+
Dénivelé total



3 250m+
Dénivelé moyen par étape



1 500m+
Dénivelé contre-la-montre

Une destination cycliste historique

Steeped in cycling history, it's no wonder the Dolomites has become one of the world's most important cycling destinations. With legendary climbs tackled by famous cyclists aplenty, take this opportunity to ride the same roads as some of the greats.

Faites l'expérience des ascensions italiennes de la liste d'objectifs à atteindre

En 2023, la Haute Route Dolomites fera trois arrêts dans certaines des plus belles villes que la région a à offrir. L'évènement commencera dans la charmante ville de Bormio. Nichée au cœur du parc national du Stelvio, elle volera votre cœur avec sa superbe vallée baignée de soleil et entourée de géants italiens. Ce circuit épique finira dans l'une des stations les plus célèbres et les plus luxueuses d'Italie, Cortina d'Ampezzo. Les clochers des églises et les grandes places sont le départ d'itinéraires sensationnels vers des parois rocheuses dentelées, des ascensions légendaires et des sommets enneigés qui vous couperont le souffle.

Rouler en itinérance n'a jamais été aussi facile

Il y a quelque chose de très spécial dans le fait de rouler d'un point à un autre par ses propres moyens. La Haute Route Dolomites, c'est avant tout un voyage, qui traverse ce paysage légendaire de Bormio à Cortina d'Ampezzo. Alors que la logistique d'une aventure en itinérance peut s'avérer compliquée par soi-même, nos services premium font en sorte que la seule chose à laquelle vous devez penser soit de rouler. Sur la route, les cyclistes peuvent s'attendre à un soutien exceptionnel en matière de sécurité et, en dehors de la route, vous pouvez profiter de massages après l'étape, de repas chauds et plus encore. Concentrez-vous sur la course, nous nous occupons de tout le reste.

Faire partie de cette communauté unie

Le cadre décontracté de l'Italie est l'occasion idéale de rencontrer d'autres coureurs après chaque étape. Faites connaissance avec de nouveaux et d'anciens amis, échangez les histoires de vos journées sur la route et sentez que vous faites partie de la communauté très soudée de la Haute Route.





7 jours

Haute Route Alpes

Venez vous confronter à la Haute Route Alpes, l'épreuve la plus haute et la plus difficile de la série.

20 - 26 Août 2023



725km
Distance totale



19 500m+
Dénivelé total



3 000m+
Dénivelé moyen par étape

Le défi ultime sur plusieurs jours

Venez vous confronter à la Haute Route Alpes, l'évènement le plus haut et le plus difficile de la série. La Haute Route Alpes, qui en est à sa onzième édition, s'est taillée un nom en tant que course cycliste amateur la plus difficile au monde. Testez votre endurance sur l'épreuve phare de la Haute Route.

Une destination emblématique

Saisissez l'occasion de découvrir les cols les plus célèbres du monde dans une course de 7 jours en itinérance. Ce parcours légendaire, qui comprend des ascensions mythiques rendues célèbres par le Grand Tour, ainsi que des cols à plus de 2 000 mètres d'altitude, vous offre l'occasion rare de parcourir les ascensions iconiques du monde du cyclisme ainsi que de longues étapes en itinérance.

Des services premium à la hauteur du défi

La Haute Route Alpes n'est certainement pas une mince affaire, et nous comprenons donc que nos coureurs méritent un soutien infallible, à la fois sur et en dehors du vélo, digne des Tours professionnels. Sur la route, profitez de l'assistance de mécaniciens professionnels et d'escortes en moto de la gendarmerie française. Détendez-vous entre les étapes avec un repas après la course et des massages quotidiens.

Créer des amitiés et une communauté comme nulle part ailleurs

Cette aventure unique vous permettra de tisser des liens indéfectibles d'entraide et d'amitié avec une communauté incroyable et un immense sentiment de fierté et d'accomplissement.

Préparez-vous pour votre première Haute Route

En vous inscrivant à une Haute Route, vous recevrez un programme d'entraînement gratuit spécifique au format de votre événement.

Profitez d'un essai gratuit de 30 jours et économisez 50% sur votre abonnement annuel avec Fulgaz lorsque vous vous inscrivez à un événement de la Haute Route. La plateforme d'entraînement virtuelle vous aidera à vous entraîner efficacement depuis chez vous sur des terrains réels, avec une liste des ascensions qui figureront sur les épreuves de la Haute Route 2023.

FULGAZ



Rejoignez la communauté

Vous ne serez jamais seul avant, pendant et après l'évènement !

À la Haute Route, notre communauté est au cœur de tout ce que nous faisons. Chaque coureur est considéré comme un membre de la famille, tout au long de l'année - nous faisons tout notre possible pour vous informer au mieux avant, pendant et après chaque événement. Nous vous garantissons que vous rencontrerez de nouveaux coéquipiers et des amis lorsque vous rejoindrez la famille Haute Route.

01 Avant l'évènement

Une fois que vous vous êtes inscrit, nous vous recommandons de rejoindre la page Facebook de l'évènement auquel vous participez afin de faire connaissance avec [les autres coureurs](#), de partager des conseils et de rester au courant des dernières informations concernant les jours de course.

Notre communauté d'ambassadeurs Haute Route rassemble des cyclistes du monde entier. L'équipe connaît la Haute Route et est toujours là pour les coureurs avant, pendant et après nos événements. Que vous ayez besoin de conseils d'entraînement, d'informations sur les courses ou que vous souhaitiez participer à l'un de leurs social ride, nos ambassadeurs sont vos interlocuteurs privilégiés pour tout ce que vous devez savoir.

Si vous cherchez à rencontrer d'autres coureurs avant l'évènement, pourquoi ne pas rejoindre notre communauté : Haute Route Nation. Plus qu'un simple club, il s'agit d'une communauté mondiale de cyclistes passionnés, réunis par l'envie d'atteindre de nouveaux sommets. Vous pouvez bénéficier de services spéciaux, de conseils d'entraînement et d'offres exclusives.

[En savoir plus](#)

Groupes Facebook des événements

[Haute Route Crans-Montana](#)

[Haute Route Pyrenees](#)

[Haute Route Alps](#)

[Haute Route Dolomites](#)

[Haute Route Ventoux](#)

02 Pendant l'évènement

Nous aurons du personnel dédié tout au long de votre expérience pour nous assurer que vous avez tout ce dont vous avez besoin pendant l'évènement, y compris :

- Une ligne d'assistance téléphonique dédiée pour toute question ;
- Numéro d'urgence disponible 24/7 ;
- Assistance mécanique au village, sur la ligne de départ et sur la route ;
- Un pre-event ride le jour du retrait des dossards pour vous échauffer avec les ambassadeurs Haute Route ;
- 120 membres du personnel sur place pour garantir votre sécurité et votre confort.

03 Après l'évènement

Il est important pour nous de garder la communauté soudée après les événements. Veillez donc à rejoindre nos groupes Facebook dédiés pour partager vos commentaires, vos photos et vos souvenirs préférés pour rester en contact avec les nouveaux amis et les coureurs que vous avez rencontrés pendant le voyage

Site internet & Réseaux Sociaux

hauteroute.org



| Nous sommes là pour vous soutenir

Concentrez-vous sur la course, nous nous occupons du reste.

Le niveau d'assistance et de services inégalé - sur et en dehors du vélo - distingue la Haute Route des autres événements cyclistes et incite les coureurs à revenir année après année.

Nous comprenons que chaque athlète est différent, et que chaque événement est unique. Alors que les services de base sont inclus pour tous les coureurs et tous les événements, des services supplémentaires sont disponibles pour compléter votre expérience



Pack coureurs

En plus des newsletters coureurs envoyées en amont de l'événement et des groupes Facebook en ligne, tous les coureurs reçoivent un dossier complet le jour de l'inscription. Vous pouvez également trouver tout ce que vous devez savoir sur chaque événement sur notre page "Informations pratiques" [ici](#).



Plaque de cadre spécifique

Recevez une plaque de cadre spécifique et un dossard d'une couleur unique pour que vous soyez facilement reconnaissable et encouragé par les autres coureurs.



Sur la route

Roulez en toute confiance en vous sachant soutenu par des mécaniciens mobiles, des véhicules de sécurité, des bénévoles présents à chaque intersection, des postes de ravitaillement réguliers et une équipe médicale.



Après l'étape

Préparez-vous pour le jour suivant avec un repas après chaque étape, un massage quotidien, un briefing coureurs et un soutien logistique complet.



Une expérience personnalisée

Personnalisez votre expérience Haute Route avec nos services additionnels.



SERVICES ADDITIONNELS

Personnalisez votre expérience grâce à des services additionnels de qualité, spécifiques à chaque événement :
Un massage supplémentaire avec une pré-réservation sur place.

Transfert des bagages entre les hébergements pour les coureurs qui ont choisi un forfait hébergement Haute Route sur les épreuves de 5 et 7 jours.

Race Bag : des membres de l'équipe dédiés apporteront votre sac à dos à des postes de ravitaillement choisis pendant votre parcours.

Nous proposons un service de navettes pour nos événements de 5 et 7 jours, qui vous permettront de retourner au point de départ pour récupérer votre voiture, vos affaires et vous transférer à l'aéroport. Transfert des effets personnels et des bagages pour les coureurs participant à la Double Crown (Haute Route Alpes suivie de la Haute Route Dolomites).



HÉBERGEMENT

Nous proposons plusieurs formules d'hébergement en fonction de l'événement que vous choisissez. Tous les packs comprennent un petit-déjeuner sportif matinal, un départ tardif et une option de stockage sécurisé des vélos pour la nuit. Pour les événements Haute Route de 5 et 7 jours, vous recevrez également le sac de voyage officiel de la Haute Route qui sera transféré entre les hôtels. Il ne vous reste plus qu'à vous enregistrer.



TRANSFERT DEPUIS L'AÉROPORT

Des navettes de l'aéroport sont disponibles pour vous conduire au village de la Haute Route. Pour plus d'informations, veuillez vous référer à la section des services additionnels sur la page d'inscription de votre événement. Si vous préférez, nous disposons également d'un service de voitures privées pour les transferts, sur certains événements seulement.



LOCATION DE VÉLOS AVEC FBR

Ne vous embêtez pas à voyager avec votre vélo. Réservez plutôt un vélo de location et apportez simplement vos pédales et vos chaussures ! Lors de certains événements, vous pouvez également réserver un service de conciergerie pour garder votre vélo en parfait état du début à la fin.



FAMILLES ET AMIS

Nos événements sont un excellent moyen de voyager avec vos amis et votre famille. Ils peuvent vous suivre pendant votre course - physiquement et digitalement - et vous rejoindre pour le déjeuner chaque jour. Nous proposons également des forfaits d'hébergement pour eux et ils recevront leur propre briefing du directeur de course. Des tickets sont disponibles au village Haute Route s'ils souhaitent assister à la soirée d'ouverture et à la cérémonie de clôture.

Ce que vous devez prendre avec vous

Bien que chaque coureur ait ses propres préférences, voici une liste de ce qu'il faut emporter sur le vélo et dans son sac à dos (déposé au départ et récupéré à la fin de chaque étape).



SUR LE VÉLO

Un coupe-vent/gilet
Des bouteilles d'eau/boisson Barres de céréales, fruits secs, gels énergétiques
Lunettes de soleil
Un téléphone portable dans une pochette étanche
Chambres à air de rechange ou mastic pour pneu tubeless
Démonte-pneus
Une pompe ou un bidon de CO2
Un outil multi-fonction+dérive chaîne



HORS-VÉLO

Carte d'identité Haute Route
Vêtements confortables Chaussures
Chargeurs
Trousse de toilette
Serviette Chaussettes de compression
Housse à vélo



KIT

Casque de vélo	Casquette de cycliste
Jersey	Bonnet
Shorts	Lunettes de soleil
Couches de base	Chaque-bras
Couvre-chaussures	Protège-jambes
Veste	Genouillères
Veste thermique	Chaussures
Gants x2	Chaussettes
Gilet	Buff



NUTRITION

Barres
Gels
Tablettes d'électrolytes
Boissons de Récupération



PROTECTION

Crème solaire

*Équipement obligatoire à présenter lors du retrait des dossards

Une journée sur la Haute Route

Nous sommes là pour vous aider à vous organiser et faire en sorte que votre expérience soit aussi fluide que possible.

LE PRÉPARATION EST ESSENTIELLE

- Après votre inscription, assurez-vous de réserver votre hébergement et les autres services additionnels dont vous pourriez avoir besoin.
- Assurez-vous d'organiser votre voyage bien à l'avance.
- 3 mois avant l'événement, vous commencerez à recevoir la newsletter coureurs Haute Route pour vous donner toutes les informations dont vous pourriez avoir besoin.
- Juste avant l'événement, n'oubliez pas de préparer votre vélo !
- Le jour de l'inscription, tous les coureurs recevront un pack coureur complet et un accès à l'application de l'événement où vous aurez toutes les informations dont vous avez besoin.

L'ORGANISATION

La journée d'inscription a lieu la veille de la première étape. Lorsque vous arrivez le jour de l'inscription, récupérez votre dossard et votre dossier d'inscription et enregistrez-vous à l'hôtel. Nous organisons également une Pasta Party pour tous les coureurs à la suite du premier briefing coureurs. En général, chaque journée de course commence par un café avec tous les coureurs avant de prendre le départ pour votre défi du jour. N'oubliez pas de récupérer avec un bon massage et de déguster une bière après la course. Recevez un récap de la journée grâce à la newsletter quotidienne et partagez vos souvenirs, vos vidéos et vos photos avec votre famille et vos amis. Vous aurez également la chance de vivre un contre-la-montre digne de courses professionnelles lors de la dernière étape (Haute Route 3 jours et Compact) ou en milieu de semaine (Haute Route 5 jours et Haute Route Alpes). Enfin, fêtez votre exploit avec les autres finishers et commencez à préparer vos bagages pour prendre le chemin du retour.

GARDER LE CONTACT

Une fois que vous aurez relevé le défi, vous pourrez télécharger acheter des photos de l'événement. Et n'oubliez pas de regarder et de partager les vidéos de l'événement pour pouvoir revivre ces souvenirs encore et encore. Nous espérons vous revoir sur d'autres courses !

À retenir

01 Nous sommes là pour vous

L'équipe Haute Route a une dizaine d'années d'expérience en matière d'événements cyclistes. Nous vous garantissons que vous êtes entre les meilleures mains.

02 Choisissez parmi des courses de 3, 5 et 7 jours

Nos directeurs de course créent des itinéraires stimulants et pittoresques qui varient entre 3, 5 et 7 jours, afin que vous puissiez vraiment découvrir des destinations cyclistes emblématiques.

03 Choisissez un itinéraire qui vous convient

Vous souhaitez un format plus facile pour votre première expérience sur la Haute Route ? La Haute Route Compact est disponible sur certains événements de 3 jours qui proposent des parcours 30% plus courts que le parcours original.

04 C'est une compétition (si vous le voulez !)

Chaque étape est chronométrée et un classement général est établi après chaque étape. Nous encourageons tout le monde à s'investir, que leur objectif soit simplement de terminer l'épreuve ou de se mesurer à d'autres coureurs.

05 Seuls certains segments sont chronométrés...

Nous ne chronométrons pas l'étape entièrement, pour des raisons sportives et de sécurité. Le temps pris en compte est le temps combiné des différents segments chronométrés. Cela signifie que vous pouvez vous détendre, manger, retrouver les membres de votre groupe et vous arrêter pour prendre des photos entre les segments.

06 ...et il n'y a pas que des montées !

Certains segments sont des montées, d'autres des colines ou des zones plus plates où le travail d'équipe est un avantage !

Votre sécurité est notre priorité. Où que vous soyez, nous ne sommes qu'à quelques minutes. Nous disposons des véhicules des forces de l'ordre, de motos de sécurité, de mécaniciens mobiles, de bénévoles et de voitures balais, etc.

07 Nous sommes derrière vous jusqu'au bout

Faites le plein d'énergie et partagez vos histoires autour d'un déjeuner après l'étape, puis programmez votre massage de l'après-midi. Restez informés grâce aux briefings coureurs et à l'apéritif du soir. Besoin d'un médecin ? Nous avons même une équipe médicale disponible 24H/24.

08 Vous faites partie de la famille Haute Route !

Vous ne choisissez pas seulement de participer à un événement Haute Route, mais vous entrez également dans une nouvelle communauté de cyclistes du monde entier et faites désormais partie de cette famille. À partir de maintenant, vous trouverez toujours quelqu'un avec qui rouler et partager des expériences, d'autres coureurs qui partagent votre passion pour ces moments particuliers que l'on peut vivre en montagne.

09 Atteignez de nouveaux sommets

Vivez l'expérience d'une vie et créez des souvenirs uniques dont vous vous rappellerez toujours. L'équipe et la communauté Haute Route sont là pour vous aider à atteindre vos objectifs et à repousser vos limites physiques et mentales comme jamais auparavant.

| Ce que nos coureurs en pensent

Consultez les témoignages de nos coureurs

"Il y a tellement de coureurs venus du monde entier - États-Unis, Mexique, Russie - c'est très cool ! On vit tous l'expérience ensemble, on souffre ensemble, on fait la fête ensemble. Sur chaque étape Haute Route, on commence à connaître tous ceux avec qui on roule, on crée cette ambiance de groupe et on se lie d'amitié avec tant de coureurs."

"Sur un événement Haute Route, vous avez une équipe à chaque coin de rue, des voitures de course et des escortes de sécurité, une équipe chargée de dégager les routes de tout obstacle et bien plus encore... vous pouvez pratiquement fermer les yeux pendant que vous roulez en sachant que tout sera pris en charge - et c'est un sentiment plutôt agréable !".

"Je reviens année après année parce que l'organisation est formidable, il y a une équipe complète autour de nous pour nous aider à être dans les meilleures conditions possibles."



| Êtes-vous prêts à atteindre de nouveaux sommets ?

Inscrivez-vous dès aujourd'hui sur notre site web et un membre de notre équipe vous communiquera toutes les informations nécessaires pour votre voyage.

[Inscrivez-vous maintenant](#)

| Équipe Services aux Athlètes

Notre équipe est là pour vous aider à chaque étape, du processus d'inscription aux demandes de logistique, en passant par l'hébergement, les informations sur la course et plus encore. FAQ : Nous avons répondu à toutes les questions des coureurs dans notre section FAQ [ici](#).

Comment nous contacter : Si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas à envoyer un formulaire de demande de contact [ici](#) et nous vous répondrons dès que possible.



HAUTEROUTE.ORG