



LIVRET COUREUR

GTV10

ANS

72 KM

SOLO 72km • 4 600m D+
RELAIS 37km et 2 250m D+
35km et 2 350m D+

06
juil.
24

TVO

25 KM

SOLO 25km • 1500m D



Le Grand Trail de la Vallée d'Ossau

f @GTVO - GTVO.FR



10 ans !! Que ça passe vite !! on dit souvent ça pour des enfants, un boulot, un mariage, ...

Jamais nous n'aurions pensé que cette aventure sportive dure autant et qu'elle suscite autant de ferveur et d'engouement. Alors cette 10ème édition on aimerait qu'elle soit encore plus festive que toutes les précédentes. Pour cela, depuis des mois les bénévoles travaillent sur tous les fronts afin de vous accueillir ici en Vallée d'Ossau de la meilleure des manières. Vous nous direz, quand on voit le cadre il ne manque pas grand-chose pour être heureux. Leur récompense après ce long chemin parcouru, c'est vous, vous qui allez très vite vous élancer dans ce défi : parcourir en solo ou en relais le parcours du GTVO.



Encore une fois, pour la 10ème, Laruns va se transformer en véritable village Trail. Et cela dès vendredi 05 juillet pour la récupération de vos dossards à la salle Espace 2015. A cet instant, la pression montera un peu pour tous, coureurs comme organisateurs et bénévoles. Et c'est le cœur serré qu'on se retrouvera samedi 06 juillet dès 5h pour donner le grand départ après des mois de préparation.

FRONTALES VISSÉES SUR LES TÊTES VOUS PARTIREZ POUR UNE SACRÉE BOUCLE DE 72KM ET 4600M D+ À PARCOURIR SEUL OU EN RELAIS.

Un peu plus tard dans la matinée à 9h30 exactement s'élancera la 2ème édition du petit frère : le TVO comme Trail de la Vallée d'Ossau. Plus modeste sur sa distance et son dénivelé (25km - 1500m D+) il permet un accès à de superbes panoramas, la traversée de quelques villages de montagne Ossalois pour arriver également sur la place de Laruns une fois le parcours du GTVO retrouvé sur sa partie finale. Une belle façon de partager tous ensemble le goût de l'effort.

Sur le parcours vous serez porté par vos accompagnants, le public, les villageois mais aussi et surtout par les bénévoles que vous croiserez au détour d'un pointage ou d'un ravitaillement. Ces derniers mettent tout en œuvre pour que vous n'ayez qu'à penser à vous et vous réserve le meilleur des accueils pour vous accompagner dans cet effort. Alors d'avance on vous remercie de réserver, à leur égard, autant de bienveillance. Ils sont l'essence même de cette course, sans eux rien n'est possible. Ils vous permettront de vous ravitailler en solide et liquide mais aussi de vous booster pour certains quand la course devient dure...

Tous ensemble faisons que cette 10ème édition soit un formidable souvenir marqué par le partage de moments uniques. Restez avec nous le soir sur la place du village de Laruns pour célébrer tous ensemble nos efforts communs.

Pour les accompagnants, sachez que vous pourrez voir les coureurs en différents points, pour vous aider quelques indications vous sont données en page 4 et 6 de ce livret. Le suivi Live vous aidera pour adapter le timing.

Il est pour finir, important de vous demander de bien vouloir être vigilants et respectueux des règles de circulation et de stationnement afin de garantir la sécurité de tous sur l'ensemble du parcours. C'est une évidence, respectez aussi l'environnement dans lequel nous évoluerons, il est magnifique, précieux mais aussi tellement fragile...

Bonne course à tous



L'ÉQUIPE PAU PYRÉNÉES AVENTURE

Sébastien PICOLLO, directeur de course

François ROCHER, président

Bernard CLAVERIE, trésorier

Frédéric POUY, Secrétaire



Le programme

VENDREDI 05 JUILLET

Laruns, salle Espace 2015

15h00 - 21h00 • Retrait des dossards, village partenaires

GTVO solo/relais et TVO.

19h30 • Briefing

SAMEDI 06 JUILLET

Laruns, place de la mairie et salle Espace 2015

4h00 • Accueil des coureurs, contrôle des sacs

(solo et 1^{ers} relayeurs) et enregistrement des dossards

5h00 • Départ du Grand Trail et du Relais • **GTVO**

7h30 / 9h30 • Retrait dossards TVO salle Espace 2015

9h30 • Départ du TVO Place Laruns • **TVO**

Vers 12h00 • Arrivée des premiers TVO puis GTVO

Après-midi et Soirée • Arrivée des Finishers des 2 courses

13h00 • Début du service repas d'après-course

19h00 • Remise des récompenses • **TVO**

20h00 • Remise des récompenses • **GTVO**

0h00 / 1h00 • Fin de course

Louvie-Juzon, salle municipale

8h30 • Accueil des coureurs et contrôle des sacs

des 2^{èmes} relayeurs

9h00 • Passage des premiers coureurs à Louvie-Juzon

14h00 / 15h00 • Passage des derniers à Louvie-Juzon

Laruns, Gymnase

13h00 - 1h00 • Douche (uniquement réservé aux coureurs)

ANIMATIONS SUR LE PARCOURS

Plateau du Bénou, chapelle Houndas

7h45 - 11h00 • Passage des coureurs

Louvie-Juzon

9:00 - 15:00 • Passage des coureurs

Café, viennoiseries, rafraîchissement et sandwiches

proposés par Louvie-Juzon

Port de Castet

10h50 - 17h30 • Passage des coureurs

Rafraîchissement et sandwiches

proposés par le Handball Ossalois

Laruns

7h00 - 14h00 • Marché traditionnel

14h00 et toute la journée • Animations musicales, village partenaires,...

13h00 - 1h00 • Repas Ossalois proposé par l'Olympique Ossalois

Laruns (sous les arcades)

Repas d'après course 15€/personne

Un ou plusieurs repas peuvent être ajouté(s) à votre inscription. Le menu est préparé sur place par le Rugby Club Ossalois, avec des produits 100% du terroir.

Entrée

Melon & jambon

Plat

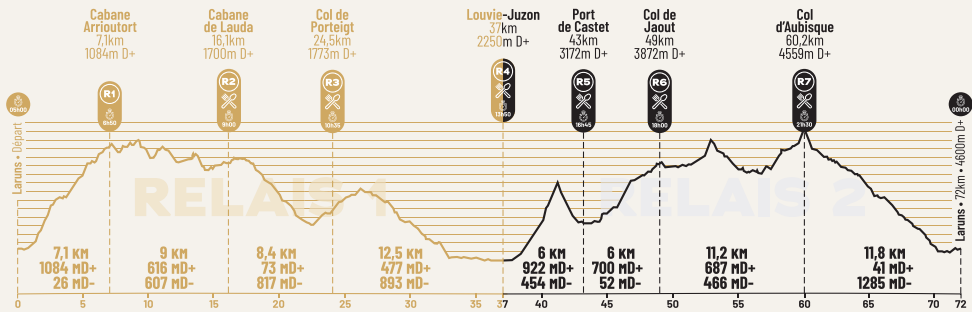
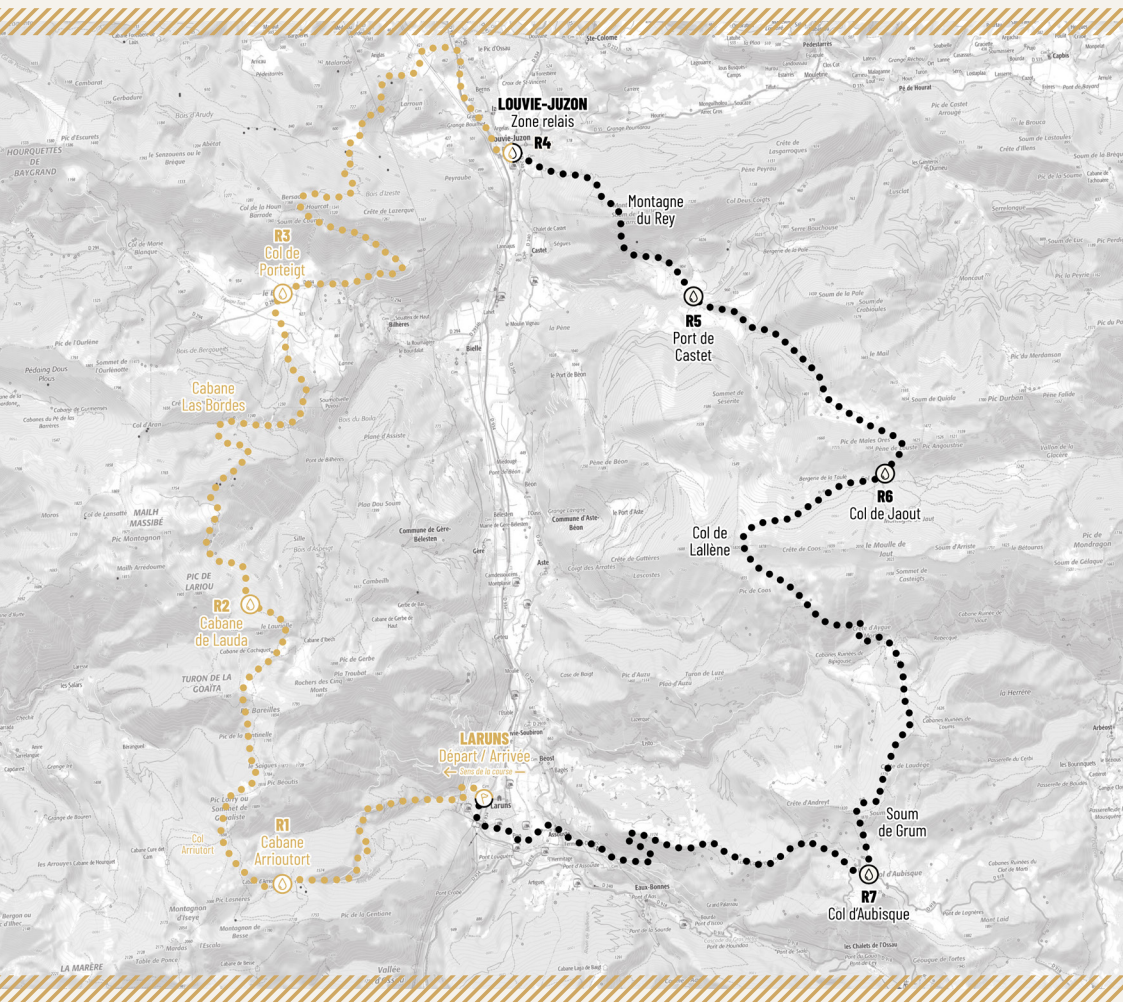
Entrecôte & pommes sautées

Dessert

Fromage de brebis & fruit

Attention, les ventes de repas seront très limitées le Jour-J donc pensez à réserver à l'avance sinon au plus tard le vendredi sur le lieu de retrait du dossard.





Ravitaillements & temps de passage **GTV10** Solo / Relais

////////// DÉPART 5H00

7,1KM	1 084M D+	26M D-
HORAIRE PREMIERS 6h10		BARRIÈRE HORAIRES 6h50

RAVITAILLEMENT 1 • R1

Cabane d'Arriutort (Barrière horaire)

Eau plate

14KM	1 512M D+	440M D-
HORAIRE PREMIERS 6h50		BARRIÈRE HORAIRES 9h00

RAVITAILLEMENT 2 • R2

Cabane de Lauda (Barrière horaire)

Banane, kiwi, raisin sec, saucisse sèche, biscuit salé,
coca, ogeu, eau plate

24,5KM	1 773M D+	1 450M D-
HORAIRE PREMIERS 7h30		BARRIÈRE HORAIRES 10h35

RAVITAILLEMENT 3 • R3

Col de Porteigt (Barrière horaire)

Banane, abricot sec, saucisse sèche, gruyère, biscuit salé,
coca, ogeu, eau plate

37KM	2 250M D+	2 343M D-
HORAIRE PREMIERS 8h40		BARRIÈRE HORAIRES 13h50

RAVITAILLEMENT 4 • R4 | RELAIS

Louvie-Juzon (Barrière horaire) | Buvette, café et sandwiches proposés
par Louvie-Juzon

Banane, orange, kiwi, raisin sec, abricot sec, chocolat noir, rillettes, saucisse sèche,
gruyère, ossau, biscuit salé, chips, tuc, pain d'épice, pain de mie, pain, soupe, thé, coca,
ogeu, eau plate

43KM	3 172M D+	2 797M D-
HORAIRE PREMIERS 9h50		BARRIÈRE HORAIRES 16h45

RAVITAILLEMENT 5 • R5

Port de Castet (Barrière horaire) | Buvette, café et sandwiches proposés
par le Handball Ossalois

Banane, abricot sec, saucisse sèche, gruyère, biscuit salé, coca, ogeu, eau plate

49KM	3 872M D+	2 849M D-
HORAIRE PREMIERS 10h30		BARRIÈRE HORAIRES 18h00

RAVITAILLEMENT 6 • R6

Col de Jaout (Barrière horaire)

Banane, raisin sec, rillettes, saucisse sèche, gruyère, ossau, pain de mie, pain, biscuit
salé, chips, coca, ogeu, eau plate

60,2KM	4 546M D+	3 706M D-
HORAIRE PREMIERS 11h50		BARRIÈRE HORAIRES 21h30

RAVITAILLEMENT 7 • R7

Col d'Aubisque (Barrière horaire sortie ravitaillement)

Banane, kiwi, abricot sec, saucisse sèche, ossau, biscuit salé, soupe, thé, coca, ogeu,
eau plate

72KM	4 600M D+	4 600M D-
HORAIRE PREMIERS 12h45		00h00

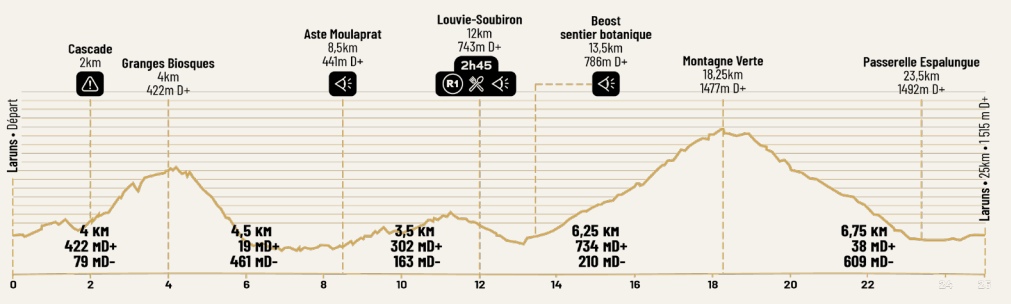
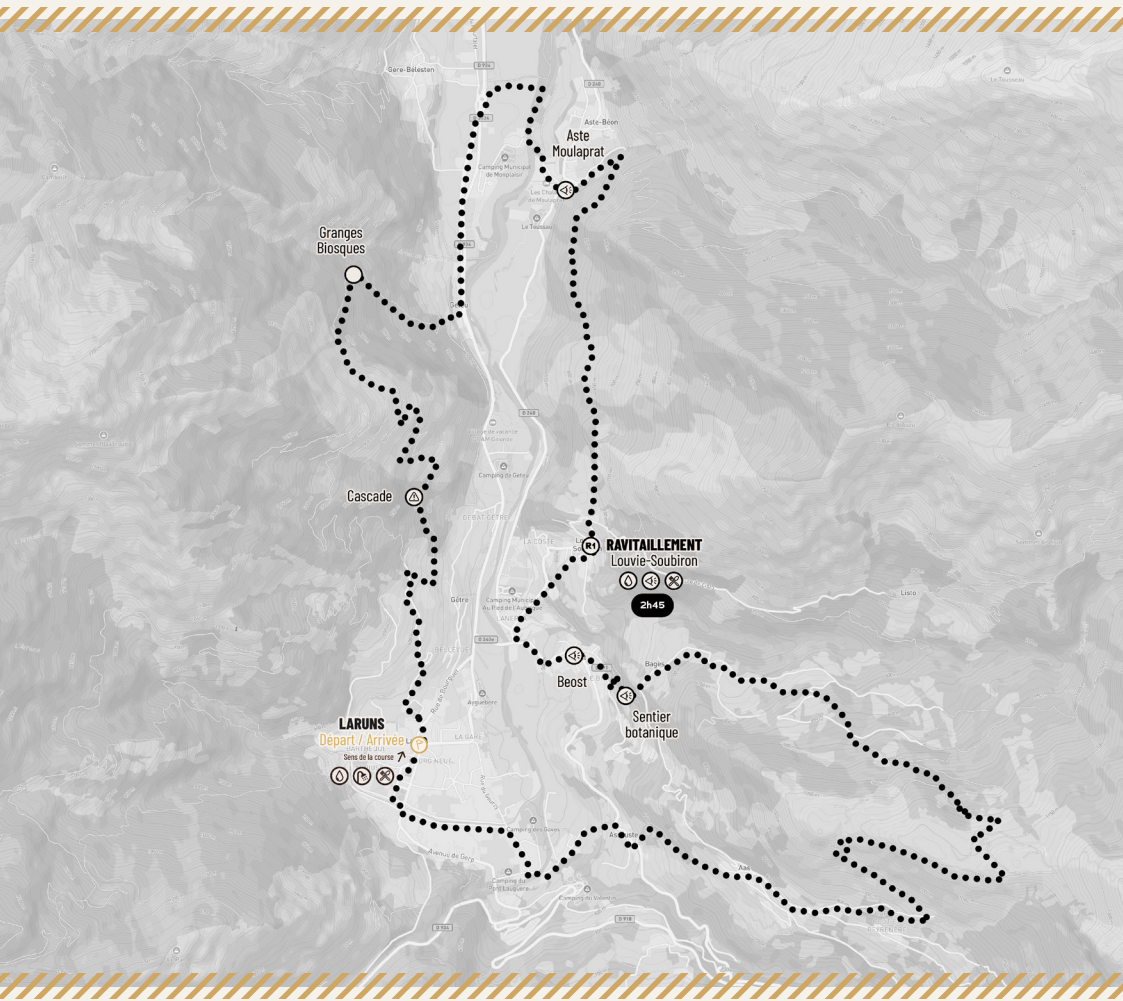
ARRIVÉE • LARUNS

Laruns

Marché, buvette, sandwiches, animation musicale

Repas Ossalois sous les arcades proposé par l'Olympique Ossalois Rugby

TVO • Parours



Ravitaillements & temps de passage **TVO**

////////////////// DÉPART 9H30

8,5KM	441M D+	54M D-
HORAIRE PREMIERS 10h15		

ASTE MOULAPRAT

12,5KM	743M D+	703M D-
HORAIRE PREMIERS 10h40	BARRIÈRE HORAIRES 12h15	

RAVITAILLEMENT • R1

Louvie Soubiron

Banane, kiwi, raisin sec, saucisse sèche, biscuit salé,
coca, ogeu, eau plate

13,5KM	786M D+	794M D-
HORAIRE PREMIERS 10h45		

BEOST

25KM	1 515M D+	1 522M D-
HORAIRE PREMIERS 12h00		

ARRIVÉE • LARUNS

Laruns

Marché, buvette, sandwichs, animation musicale
Repas Ossalois sous les arcades proposé par l'Olympique Ossalois Rugby

Plan de Laruns

Départs & arrivées



LARUNS



LARUNTZ



VALLÉE D'OSSAU
COMPLAINTES CONFIRMES



- Départ GTVO solo / relais
- Départ TVO
- Arrivée GTVO solo / relais & TVO
- 2015 Retrait dossards & PC course



Secours

SENS DE LA COURSE >

Podium

DÉPART >

ARCHES BM

DÉPART

HÔTEL DE VILLE

CONTRÔLE SACS X6
ENTRÉE SAS DÉPART



Secours

SENS DE
LA COURSE

Podium

DÉPART >

ARCHES BM

DÉPART

HOTEL DE VILLE

CONTRÔLE SACS X6
ENTRÉE SAS DÉPART



Secours

LARUNS - PLACE DE LA MAIRIE

LARUNS - PLACE DE LA MAIRIE

VILLAGE
ARRIVÉE

HOTEL DE VILLE

ARRIVÉE
GTVO &
TVO

ARCHES BM

BUVETTE

REPAS
D'APRÈS COURSE
sous les gradins
de la mairie

TENTE
RAVITAILLEMENT

Bâche
finisher

Lots
Finishers

Podium

SORTIE >

Stand

Stand

Stand

Stand

Stand

Stand

CONTRÔLE ANTIDOPAGE
2^{ème} étage de l'office du tourisme

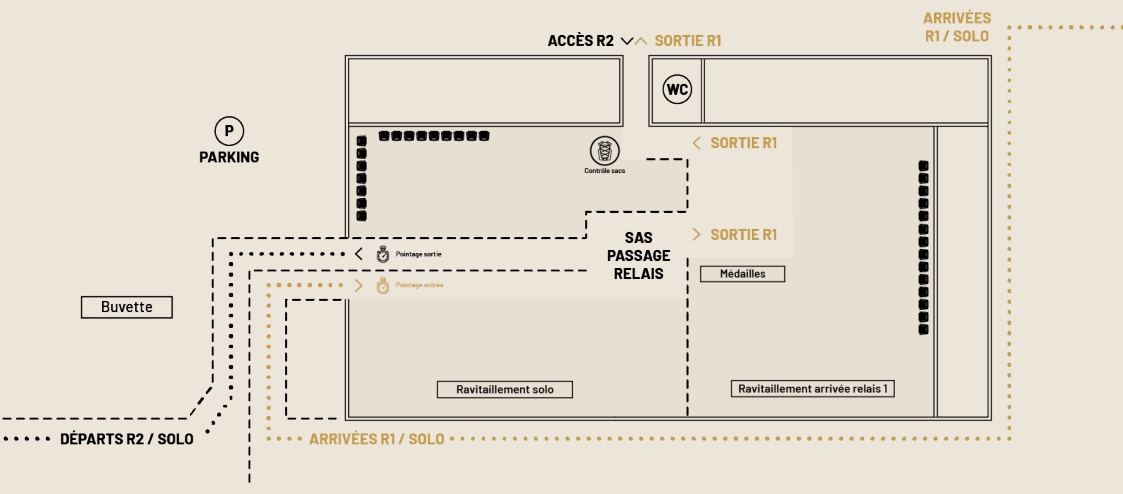
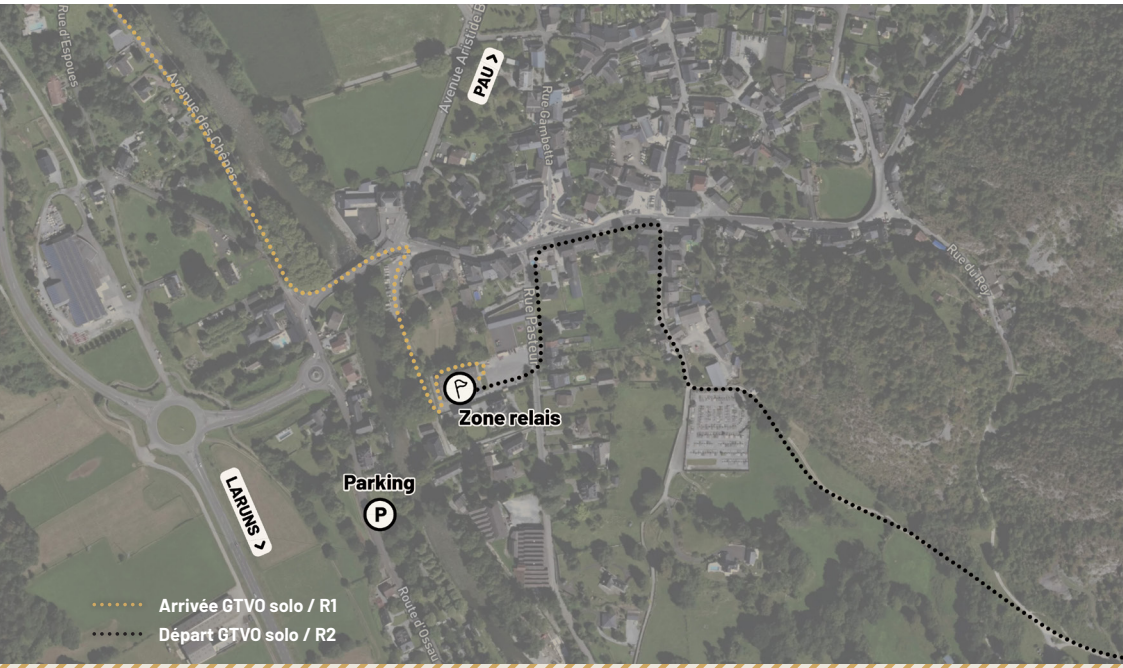
ARRIVÉES GTVO
SOLO / RELAIS
& TVO

DÉPARTS GTVO
SOLO & RELAIS

DÉPART TVO

Plan de Louvie-Juzon

Zone relais



VAINQUEURS PRÉCÉDENTS

ÉDITION	SOLO		RELAIS		
	FEMME	HOMME	FÉMININ	MIXTE	MASCULIN
2014	Laurence NOGUET	Pierre MOULUQUET	Claire LOUSTAU & Sylvie BERRIEIX	Alain AUBRION & Géraldine AUBRION	Willy BUCHMANN & Grégory KIENE
2015	Jocelyne PAULY	Jérôme MIRASSOU	Laeticia ESTANGUET & Sophie BARRERE	Cyril MORILLO & Géraldine AUBRION	Patrick ETCHEVERRY & Hervé GOALARD
2016	Sarah DINCLAUX	Jérôme MIRASSOU	Laeticia ESTANGUET & Sophie BARRERE	Anne-Laure LAFAILLE & Denis LAFAILLE	Frédéric COTTIN & Pierre-A. LAFaix
2017	Jocelyne PAULY	Maxime CAZAJOUS	Isabelle DARRIBERE & Lisa DUPIN	Thibault MANAUT & Charlotte LONGIS	Guillaume DUCASSE & Jérôme MIRASSOU
2018	Pauline BERNIS	Guillaume PORCHE	Carine LABERDESQUE & Sophie BARRERE	Baptiste LACAZE & Marie VINET	Michael CANTON & Maxime CAZAJOUX
2019	Jocelyne PAULY	Pantxo ST MARTIN	Audrey CARRERE dit COUSTIE & Sylvie BERRIEIX	Baptiste LACAZE & Marie VINET	Julien HOEKSEMA & Alexis STOUFFS
2021	Maryam BERTHAULT	Jérôme MIRASSOU	Sophie BARRERE & Laëtitia GRENIER	Charlotte LONGIS & Thibaut MANAUT	Hugo BUCCIARELLI & Romain LACASTE
2022	Jocelyne PAULY	Ben Dhiman	Audrey CARRERE dit COUSTIE & Laura VIGNOT	Mickaël SANS & Pauline SANS	Hugo BUCCIARELLI & Romain LACASTE
2023	Melanie LOUSPLAAS	Pierre pagnoux	Armelle D'ESQUERRE & Eve Le Floch	Joffrey SANCHEZ & Chloe GUITTARD	Anthony PIPITONE & Ben Dhiman

RECORDS

	SOLO		RELAIS		
	FEMME	HOMME	FÉMININ	MIXTE	MASCULIN
ATHLÈTES	Jocelyne PAULY	Maxime CAZAJOUX	Audrey CARRERE dit COUSTIE & Laura VIGNOT	Baptiste LACAZE & Marie VINET	Anthony PIPITONE & Ben DHIMAN
TEMPS	09:43:34	8:10:09	10:18:50	09:07:18	07:41:11
ÉDITION	2022	2017	2022	2018	2023