

Bruges
Pyrénées Atlantiques

BRUGES est situé entre les vallées d'Ossau et de l'Ouzom à 28 km au sud de Pau (par D937 et D35) et 25 km à l'ouest de Lourdes (par D937 et D35)
La bastide béarnaise de Bruges a été fondée en 1357 par Gaston Febus qui la baptisa ainsi en souvenir d'une campagne dans les Flandres.
Depuis 1972, la commune de Bruges est associée aux communes voisines de Capbis et Mifaget pour former la commune de Bruges

HÉBERGEMENT

Office de tourisme : Pau (05 59 27 27 08), Laruns (05 59 05 31 41), Nay (05 59 13 94 99), Lourdes (05 62 42 77 40)

DONS DU SANG ET D'ORGANES

Le jour de l'épreuve, l'Association pour le don du sang bénévole de Pau et Béarn et l'Association pour le Don d'Organes et de Tissus humains (ADOT 64) fourniront toutes informations utiles sur les dons de sang et d'organes
<http://www.federation-dondesang.org> <http://www.france-adot.org>

EXTRAITS DU RÈGLEMENT DE L'IMMORTELE 2010

Chaque participant doit :

- être âgé de plus de 18 ans le jour de la manifestation
- respecter le code de la route
- porter un casque rigide sur la totalité du parcours
- porter un éclairage et un gilet conformes à la réglementation pour rouler de nuit
- fixer à son guidon la plaque de l'Immortelle
- respecter l'environnement
- faire valider sa carte de contrôle au départ, aux sommets des cols gravis et à l'arrivée
- respecter les consignes données par les organisateurs

Chaque participant choisit son parcours sous sa propre responsabilité, en fonction de ses capacités et de sa motivation et gravit les cols à son propre rythme.

Le contrat d'assurance de l'organisateur ne couvre pas les dommages matériels en cas de chute ou de vol. La souscription d'une assurance complémentaire des dommages corporels et matériels pouvant survenir durant la randonnée est conseillée et chaque participant en fait son affaire personnelle.

INSCRIPTIONS par courrier jusqu'au 28 mai 2010 (bulletin ci-dessous)
INSCRIPTIONS sur place possible mais le nombre de participants est limité

BULLETIN D'INSCRIPTION VALANT ACCEPTATION DU RÈGLEMENT CI-DESSUS
à renvoyer à Association Bien Vivre à Bruges Capbis Mifaget
Philippe CAUSSE 14, Route de Capbis 64800 BRUGES CAPBIS MIFAGET

NOM : _____ **Prénom :** _____
Date de naissance : _____
Adresse : _____
Code Postal : _____ **Ville :** _____ **Pays :** _____
Téléphone : _____ **Email :** _____
Licence: **UFOLEP** **FFCT** **FFC** **FSGT** **Non licencié (entourer)**
Club: _____

MONTANT DE LA PARTICIPATION (5 € par participant seront reversés à l'ADOT 64)

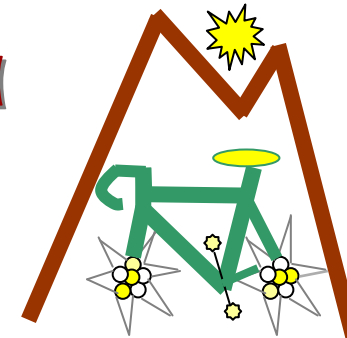
- ♥ **Epreuve :** 13 € jusqu'au 28 mai 2010 (inscription par courrier)
15 € sur place - **Attention: le nombre de participants est limité**
- ♥ **Repas :** 15 € Inscription par courrier uniquement jusqu'au 28 mai 2010
- ♥ **Nombre de repas supplémentaires :** _____
- Total :** € à régler par chèque à l'ordre de Association Bien Vivre à Bruges Capbis Mifaget
- ♥ **Don complémentaire facultatif à l'ordre de FRANCE ADOT (déduction fiscale)**



SAMEDI

5 juin

2010



BRUGES

**64 PYRENEES
ATLANTIQUES
FRANCE**

Défi Cycliste

En faveur des dons du sang et d'organes



Parcours au choix

80 à 230 km

1700 à 6000 m de dénivelé



www.immortelle-cyclo.com

06 23 93 12 07



L'Immortelle (l'edelweiss en béarnais) est une randonnée cycliste sans classement ni chronométrage destinée à promouvoir les dons du sang et d'organes par la réalisation de défis personnels consistant à gravir plusieurs cols dans la journée.
L'Immortelle est organisée par l'UFOLEP 64 avec l'association Bien Vivre à Bruges-Capbis-Mifaget en faveur de l'association pour le don du sang bénévole de Pau et Béarn et de l'ADOT 64 qui recevra 5 euros par participant.

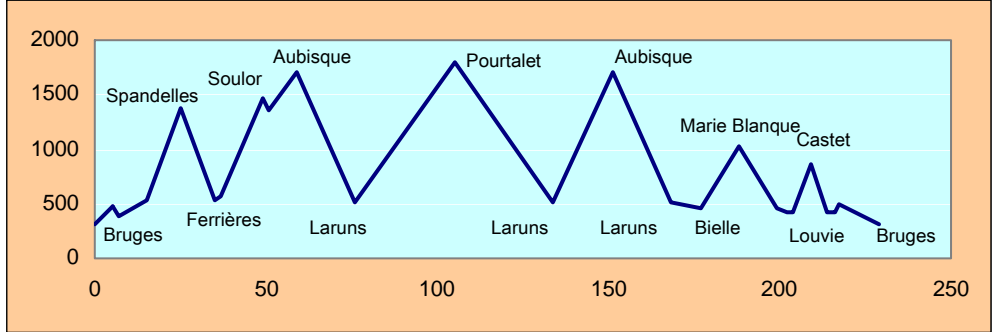
UN PARCOURS MODULABLE

- un circuit obligatoire de 82 km empruntant la sauvage vallée de l'Ouzom, les cols mythiques du Soulor et d'Aubisque et la superbe vallée d'Ossau
 - des ascensions optionnelles de cinq cols en aller-retour (Spandelles, Pourtalet, Aubisque, Marie-Blanche et Castet)
- Les randonnées possibles vont de 82 à 229 km et de 1700 à 6100 mètres de dénivelé.



Effort
Convivialité
Générosité

	Voie	Distance	Alti-	Dénivelé		
		part	cumul	tude	part	cumul
Circuit commun						
Bruges	CV		0	310		
Col de Tisné	CV	5	5	490	240	240
Arthez d'Asson	D126	2	7	378		240
Etchartes	D126	10	17	525	147	387
Option 1 : Spandelles						
Ferrières	D126	1	18	570	45	432
Col du Soulor	D918	12	30	1 474	904	1 336
Cirque du Litor	D918	2	32	1 358		1 336
Col d'Aubisque	D918	8	40	1 709	351	1 687
Laruns	D934	17	57	520		1 687
Option 2: Pourtalet						
Option 3: Aubisque						
Bielle	D934	9	66	450		1 687
Option 4: M. Blanche						
Louvie Juzon	D35	3	69	415		1 687
Option 5: Castet						
Côte de Louvie	D35	1	70	501	86	1 773
Bruges	D35	12	82	310		1 773
Options						
1. Col de Spandelles	RP	20	20	1378	853	853
2. Col du Pourtalet	D934	58	58	1794	1274	1274
3. Col d'Aubisque	D918	34	34	1709	1189	1189
4. Col Marie Blanche	D294	22	22	1035	585	585
5. Col de Castet	RP	13	13	868	453	453
Total avec les 5 options			229			6127



COLS OBLIGATOIRES

- Col du Soulor (nord) : 12 km à 7,6%
- Col d'Aubisque (est) : 6 km à 5,6%

COLS OPTIONNELS EN ALLER-RETOUR

1. Col de Spandelles (ouest) : 10 km à 8,5%
2. Col du Pourtalet (nord) : 29 km à 4,5%
3. Col d'Aubisque (ouest) : 17 km à 7,2%
4. Col de Marie Blanche (est) : 11 km à 5,3%
5. Port de Castet (ouest) : 5 km à 9%

DIPLÔMES ET RÉCOMPENSES

Un diplôme d' Ami de l'Immortelle mentionnant les cols gravis sera remis à chaque participant.
Des trophées seront remis au club le plus nombreux, au club le plus éloigné, aux participants les plus âgés et aux participants les plus méritants.



PROGRAMME

Vendredi 4 juin 2010

Inscriptions: 16h - 20h - salle des sports à Bruges

Samedi 5 juin 2010

Inscriptions: 4h45 - 12h - salle des sports à Bruges

- Contrôle Départ : 5h00 - 12h00
 - Contrôle Spandelles : 6h30 - 13h00
 - Contrôle Soulor : 7h00 - 15h00
 - Contrôle Aubisque : 7h30 - 17h00
 - Contrôle Pourtalet : 9h30 - 15h00
 - Contrôle Marie Blanche : 10h00 - 18h30
 - Contrôle Castet : 10h00 - 19h30
- Fermeture du contrôle d'arrivée à 20h30

Remise des trophées à 20h30

PRESTATIONS

- Café et gâteaux au départ
- Ravitaillements à Ferrières, et Laruns et au sommet des cols
- Douches à l'arrivée
- T shirt de l'Immortelle pour chaque participant

Respectez l'environnement. Ne jetez pas !

