



La Garoutade 2024

Le 25 février 2024

Ille-sur-Têt / Pyrénées-Orientales





La Garoutade 2024

Nous proposons 2 parcours, un de 66km (descentes techniques et bonne forme physique obligatoire) et un de 33km (3 belles descentes autour d'Ile sur têt).

Vous êtes les bienvenus que vous soyez en musculaire ou en électrique.

Départ de la salle des fêtes « La Catalane » à Ile sur têt.

Le premier départ se fera à 7h30 pour le 66km et à 9h pour le 33km.

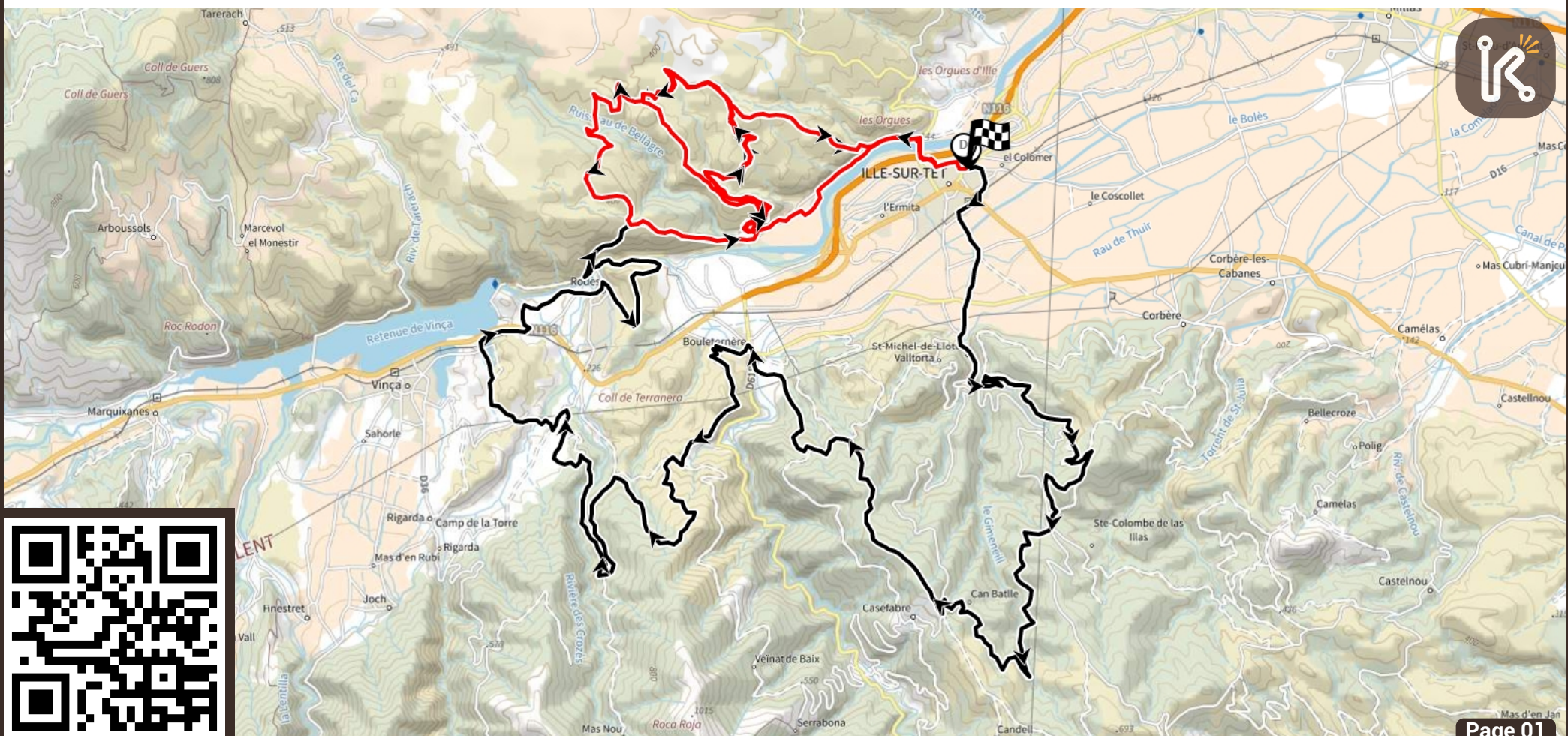
Bonne randonnée à tous !

Le grand Parcours

Le petit Parcours

66 km 2200 dev+

35 km 800 dev+





Distance
66 km



Dénivelé +
2200 dev+



Couleur
Noir

Nous partons dans la plaine pour rejoindre le village de St-Michel-de-Llotes et monter sur piste roulante. Arrivés au dolmen, nous empruntons un sentier avec un final assez raide pour arriver à un autre dolmen et commencer la première descente entre les chênes verts.

Le col de la Creu marque le début d'une nouvelle montée sur piste jusqu'aux abords du village de Cassefabre. Nous continuons l'ascension sur sentier et lorsque que la pente s'inverse une nouvelle descente technique commence jusqu'au village de Bouternère.

Un petit ravitaillement avant de reprendre une ascension, rapide au début puis beaucoup plus raide. L'effort est enfin récompensé en haut par un beau sentier en balcon. En bas, nous remontons sur piste avec un pourcentage moins élevé jusqu'au Mas de l'Escapa avant de repartir pour une descente sauvage.

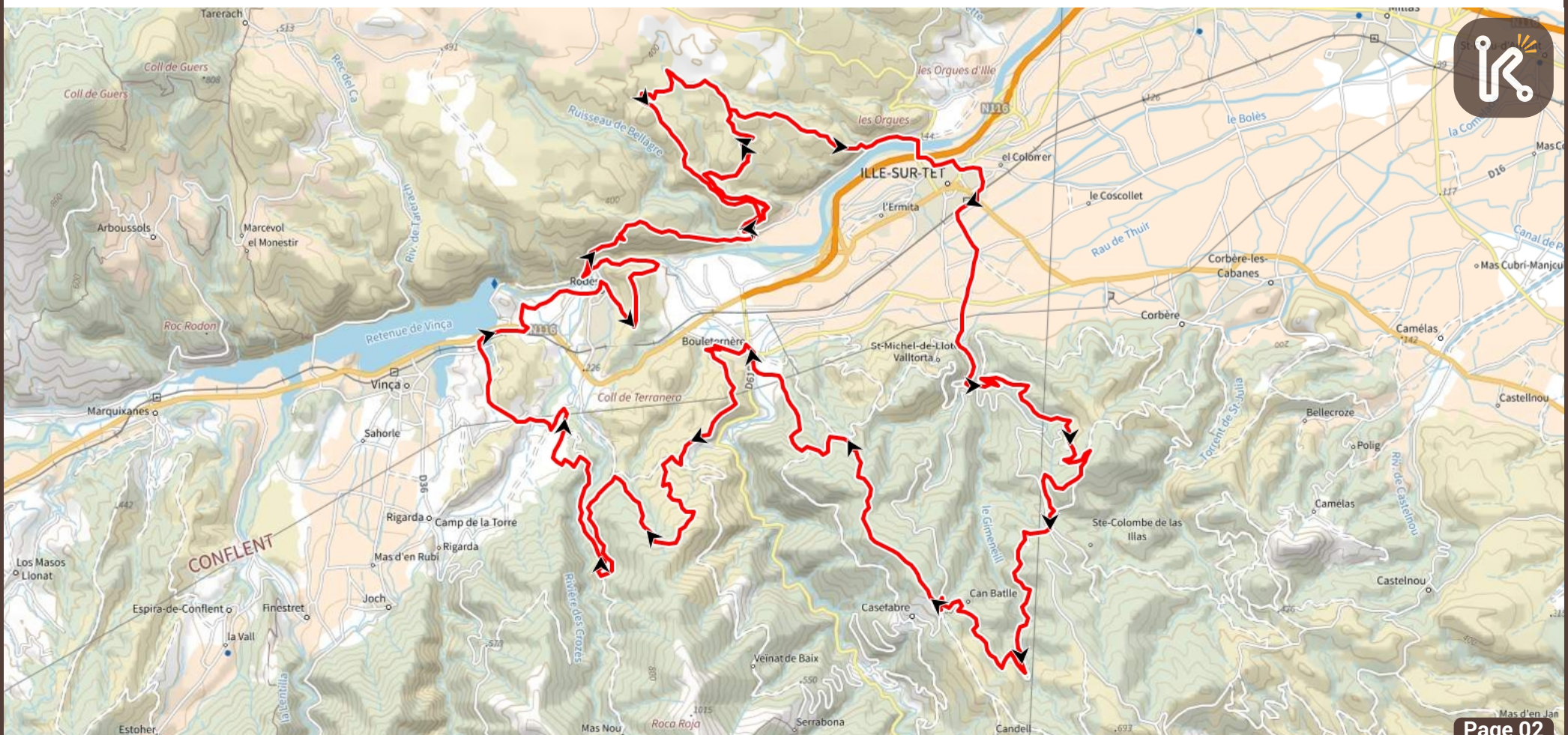
Nous traversons le Ribera pour atteindre l'Ermitage de Domanova. Nous ondulons alors entre pistes et sentiers pour rattraper le lac de Vinça et traverser la RN116. Nous atteignons Rodès et un bon ravitaillement mérité avant de repartir à l'assaut du château et des gorges de la Guillera.

Une nouvelle montée sévère à flanc des gorges se termine par un petit portage avant de redescendre vers la Têt.

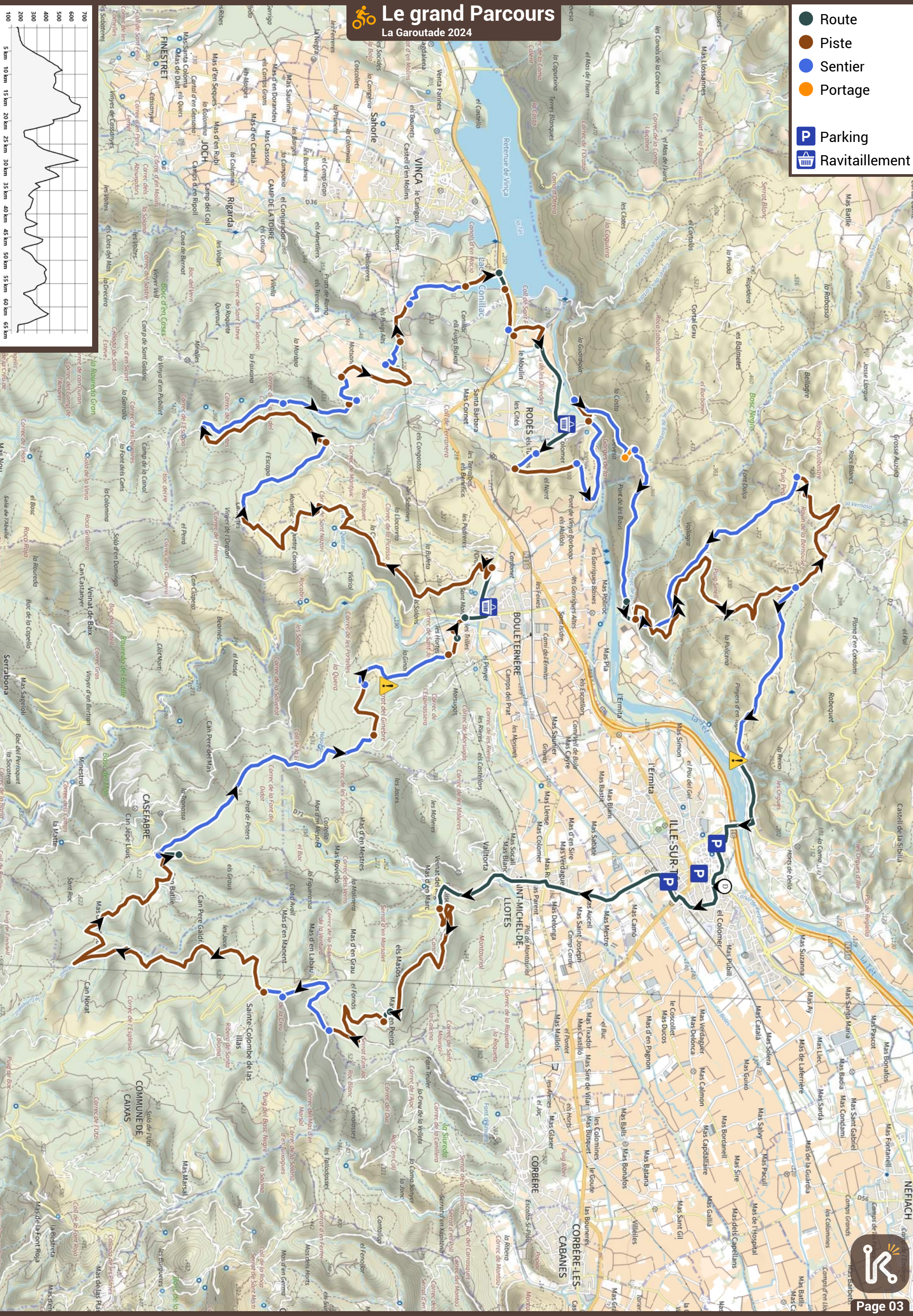
Une montée sur piste nous permet d'atteindre le pied du Puig Pedros. De là, nous empruntons une belle descente sur sentier qui nous ramène sur la piste principale.

Nous montons une dernière fois pour arriver au point culminant et redescendre par un beau sentier comprenant quelques passages techniques pour retrouver les bords de la Têt.

Nous rejoignons facilement l'arrivée à Ille-sur-Têt pour un peu de repos amplement mérité !



-  Route
-  Piste
-  Sentier
-  Portage
-  Parking
-  Ravitaillement





Distance
35 km



Dénivelé +
800 dev+



Couleur
Rouge

Nous longeons la Têt pour rejoindre le début de la piste que nous remonterons trois fois au cours de ce circuit.

Cette piste roulante nous permet de contourner le Puig Pedros et de trouver un chemin large pour une première courte descente.

Après avoir remonté la piste, nous enchaînons rapidement sur un sentier ondulant avant de plonger plus rapidement au fond du vallon.

Un court portage nous permet de sortir de la combe et de dévaler un sentier joueur jusqu'à la Têt.

C'est reparti pour une nouvelle montée, arrivés au Puig Pedros nous le longeons pour repartir dans une belle descente à flanc de colline.

Nous grimpons une dernière fois la piste pour atteindre le point culminant et redescendre par un sentier comprenant quelques passages techniques, retrouvant ainsi les bords de la Têt.

Nous rejoignons facilement l'arrivée à Ille-sur-Têt par la route.

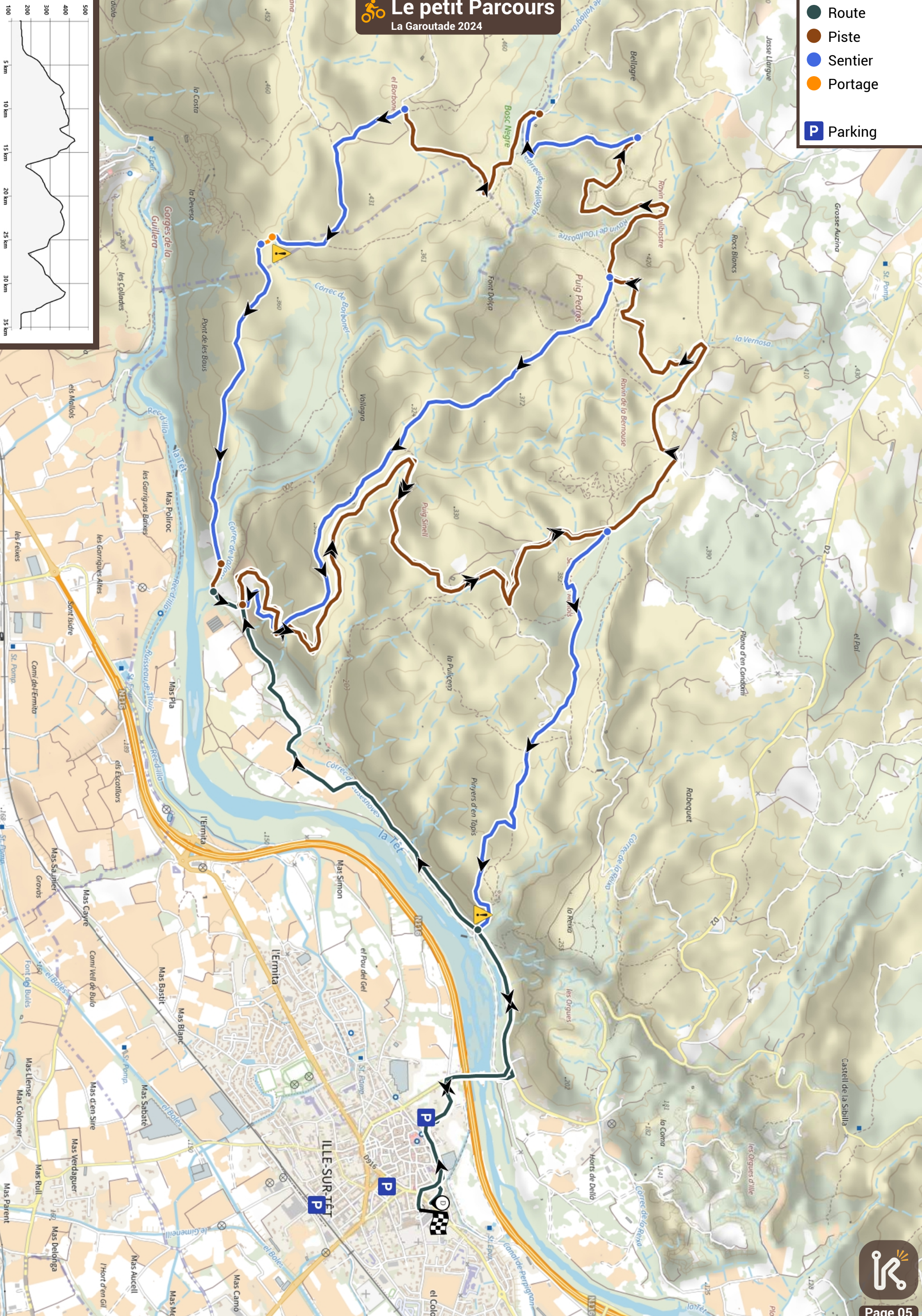
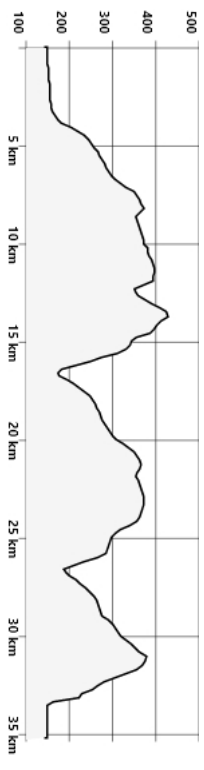




Le petit Parcours

La Garoutade 2024

- Route
- Piste
- Sentier
- Portage
- Parking





Organisation

Le retrait des dossard ainsi qu'une présentation du parcours s'effectuera la veille à La Fabrica vélo 25 rue de la neige à Ille sur Têt de 15h à 19H.

Un briefing obligatoire sera fait 10 minutes avant le Départ de chaque parcours.

Les parcours ne seront pas balisés, ils s'effectueront intégralement avec suivi gps ou audio-guidage avec KaminoGuide.

Au retour un bon repas chaud et local vous attendra, ainsi qu'une bière brassé par la Fabrica vélo pour sera offerte. Nous sommes également passionné de musique c'est pour cela qu'un groupe de rock local sera présent pour chauffer la place.

Le Grand parcours de 66km

Départ à 7H30 de la Catalane d'Ille sur têt.

Deux portes horaires seront mises en places afin de rentrer avant la nuit).

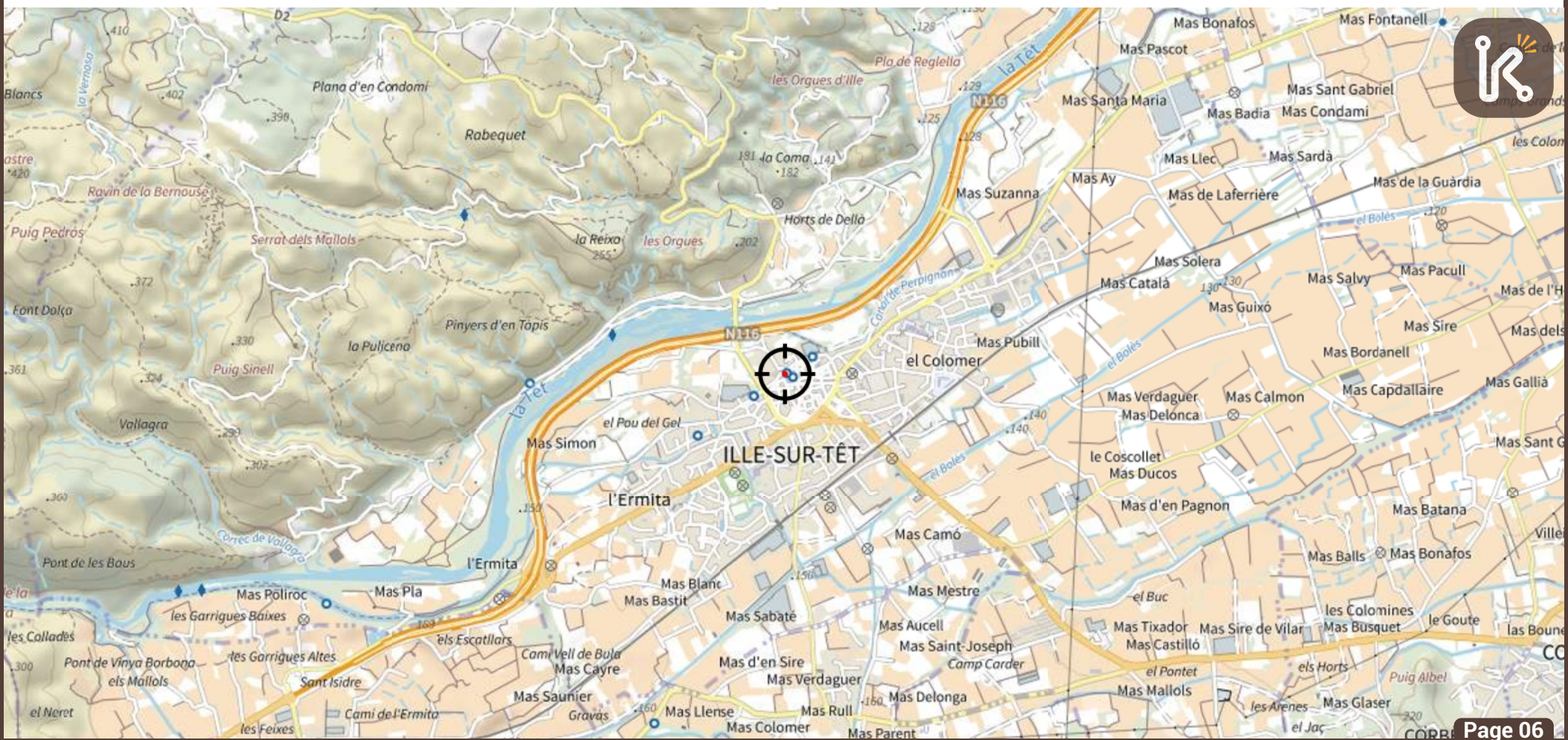
Deux ravitaillements seront prévus, un à Bouleternere (à 23km) et un à Rodes (40km).

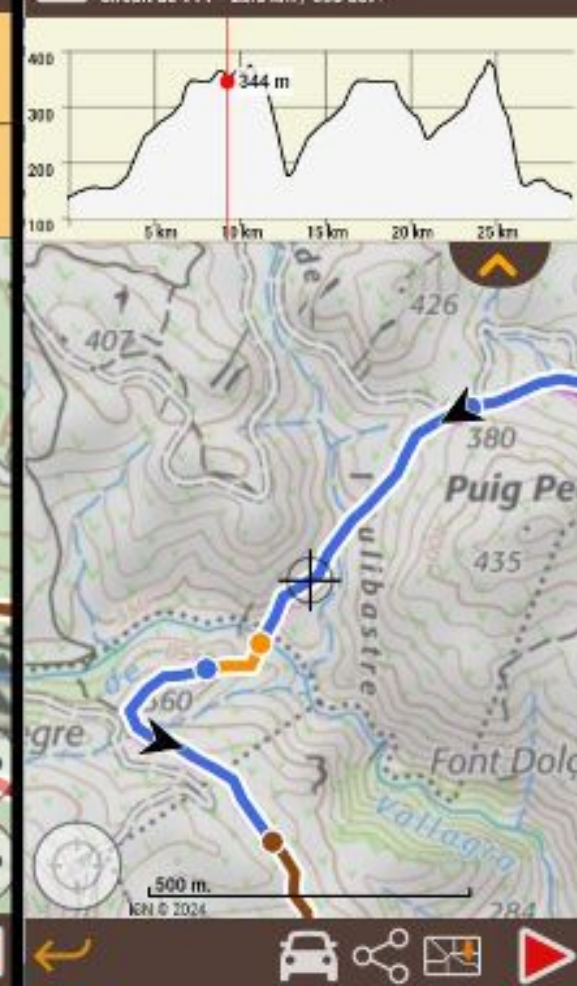
Le Petit parcours de 33km

Départ 9H de La Catalane d'Ille sur têt.

Pas de ravitaillement

Bonne randonnée !





Pourquoi utiliser l'audio-guidage avec KaminoGuide ?

Le système d'audio-navigation multi-langues offre des indications précises tout au long du parcours, permettant d'éviter une interaction constante de l'utilisateur avec l'écran (le principal consommateur d'énergie).

Bien sûr, vous pouvez utiliser votre propre GPS en exportant la trace GPX à partir de KaminoGuide.

Les règles d'audio-guidage avec KaminoGuide

Pour faciliter le suivi du parcours et réduire les messages vocaux, la navigation utilise 4 types de voies :

- La Route : Voie bitumée permettant le passage d'un ou deux véhicules,
- La Piste : Voie large permettant le passage d'un 4x4 ou piste cyclable,
- Le Sentier : Voie étroite adaptée aux piétons,
- La zone non adaptée pour le type d'activité (par exemple : portage pour le VTT).

Ces informations sont données suivant les règles suivantes :

- Pas d'information si pas de changement de voirie,
- Pas d'information si changement de direction sans croisement,
- Informations dans tous les autres cas.

Quelques exemples :

- Le parcours suit une route en lacets avec des traversées de pistes et de sentiers : Aucune information,
- La route du parcours se transforme en piste ou sentier : Information de navigation,
- La route croise une autre route : Information de navigation.

Comment utiliser l'audio-guidage avec KaminoGuide

Nous vous présentons différentes possibilités pour utiliser au mieux l'audio-guidage vocale des parcours avec uniquement votre smartphone.

Commençons par le support de téléphone pour vélo qui est sans doute la meilleure solution pour ce type d'activité. Si le support n'est pas un étui, cette solution offrira dans la plupart des cas une bonne écoute des messages de navigation. Si c'est un étui étanche, le son risque d'être très atténué. La meilleure solution reste le téléphone étanche de base et renforcé avec un support direct sans coque sur le vélo (cf XCall).

La poche ventrale

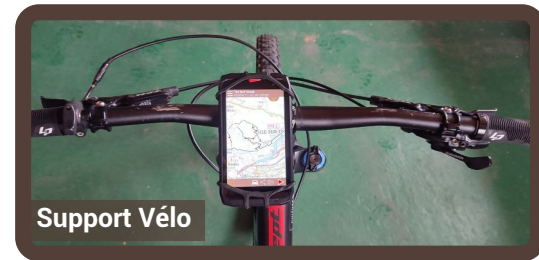
- Confort : moins pratique en trail ou vélo, elle est bonne en randonnée
- Écoute : Moyenne si la poche est épaisse
- Interactivité : Assez rapide en randonnée mais peu pratique en vélo ou trail

La poche de poitrine

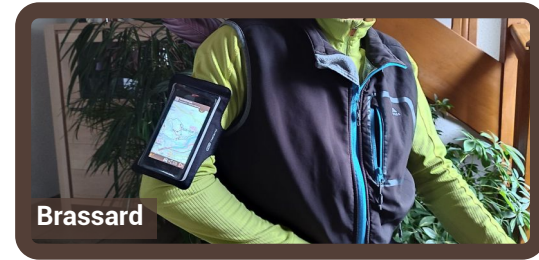
- Confort : Pratique dans tous les sports
- Écoute : Étant plus proche de l'oreille, elle offre une bonne écoute
- Interactivité : Assez rapide en randonnée et légèrement plus pratique en vélo ou trail

Le brassard

- Confort : Pratique dans tous les sports
- Écoute : Meilleur que la poche ventrale mais moins bon que la poche poitrine
- Interactivité : Un peu plus pratique si le brassard possède une fenêtre tactile



Support Vélo



Brassard



Poche de poitrine



Poche ventrale



Sécurité et règlement de la randonnée VTT

1. LA GAROUTADE est une randonnée organisée par l'association Ride in Catalunya. Aucun classement ne sera établi. Le participant certifie pratiquer régulièrement une activité sportive et être totalement aptes médicalement à participer à cette épreuve et en assumer pleinement les contraintes et les risques. Il engage sa seule responsabilité dans le cas contraire.
2. Le port du casque est obligatoire, tout participant sans casque sera exclu sans pouvoir prétendre au remboursement de son droit d'inscription.
3. Pour les mineurs âgés de 7 à 13 ans, accompagnement obligatoire par un adulte majeur responsable, également inscrit à « La Garoutade » sur la même randonnée. Le nom de l'accompagnateur sera porté sur le bulletin d'inscription avec la signature du représentant légal valant autorisation de participer et acceptation de l'accompagnateur désigné. L'accompagnateur accepte cette responsabilité.
4. Pour les mineurs âgés de 14 à 18 ans et non accompagnés, l'autorisation du responsable légal devra être validée par sa signature sur le bulletin d'inscription.
5. Les organisateurs ont souscrit une assurance responsabilité civile. Chaque participant devra être couvert par son assurance personnelle.
6. Le participant devra emprunter les itinéraires balisés sous son entière responsabilité.
7. Les heures de fermeture des parcours seront définies par l'organisation qui dégage toute responsabilité après la fermeture des parcours.
8. Le participant s'engage à respecter le code de la route. Il sera responsable des accidents dont il pourrait être l'auteur.
9. Le participant s'engage à respecter les sites traversés et à rester sur les circuits balisés par l'organisation.
10. Le participant s'engage à ne pas quitter le parcours, sauf en cas d'abandon, qu'il devra alors signaler aux organisateurs en appelant le n° de téléphone de secours de la randonnée : 06 48 12 02 33.
11. Le participant qui quitte le parcours, le fait sous son entière responsabilité, sans recours possible ultérieur contre les organisateurs.
12. Toute personne est responsable de son matériel. En cas de vol, accident ou perte, la responsabilité de « La Garoutade » ne pourra pas être engagée.
13. En cas d'annulation de votre part, aucun remboursement ne sera effectué.
14. L'organisation se réserve le droit de modifier les parcours et les horaires en cas de mauvais temps, d'évènement majeur ou de contraintes d'organisation.
15. Le poste de secours de la course peut-être contacté à chaque instant au n° 06 48 12 02 33.

LE NON-RESPECT DE CE RÈGLEMENT ENTRAÎNE L'EXCLUSION DE LA RANDONNÉE.

Règlement intérieur

1. Tout membre s'engage à participer bénévolement aux différentes organisations mises en place par Ride in Catalunya.
2. Tous frais d'inscription et de participation aux différentes épreuves sportives restent à la charge de l'intéressé. Toutefois, le conseil d'administration se réserve le droit de prendre en charge, pour ses membres, les différents frais occasionnés pour la participation à une manifestation.
3. Tout membre s'engage à ne pas poursuivre les responsables de l'association en cas d'accident ou d'incident lors des sorties organisées.

Le président : M. Oton Damien
Le secrétaire : M. Kerveno Yann
La trésorière : Mme. Fuentes Laurie

Charte de l'environnement du pratiquant pour la randonnée VTT et pédestre

Soucieux du respect de l'environnement, d'une cohabitation harmonieuse avec les autres usagers, des espaces naturels, l'association « Ride in Catalunya » édite une charte destinée à rappeler les principes de base à suivre avant de s'élancer sur les chemins et sentiers.

- Je respecte la nature, son environnement et les propriétés privées.
- Je roule ou marche impérativement sur les sentiers balisés et ouverts au public.
- Je m'interdis de pénétrer en sous-bois et dans les parcelles de régénération.
- Je ne dérange pas la faune si j'en croise sur mon parcours.
- Je reste courtois avec les autres usagers.
- Je respecte le code de la route en tous lieux et toutes circonstances.
- Je maîtrise ma vitesse et ne prends aucun risque inutile.
- Je porte toujours un casque en VTT.
- Je prends connaissance à l'avance des difficultés, de la distance, du trajet choisi.
- J'autorise la diffusion de toute image ou vidéo de ma personne, en tout ou en partie, individuellement ou avec d'autres images ou vidéos sur les réseaux sociaux de « La Garoutade » et sur d'autres sites officiels, ainsi qu'à des fins médiatiques, y compris lors de présentations promotionnelles et de campagnes de publicité.
- J'autorise l'association « Ride in Catalunya » à me contacter, par email, courrier, sms.

Le président : M. Oton Damien
Le secrétaire : M. Kerveno Yann
La trésorière : Mme. Fuentes Laurie

Les Partenaires

Site Naturel



La Grotte des Grandes Canalettes

Sous terre....un autre monde !
Elle regroupe toutes les concrétions existantes sous terre.



Téléphone : 0033468052020



Bar



La Fabrica VELO

La Fabrica VELO est lieu des alternatives ou l'on peut se restaurer et boire un coup : En terrasse ou à l'intérieur.



Téléphone : 0642117521



Hébergement

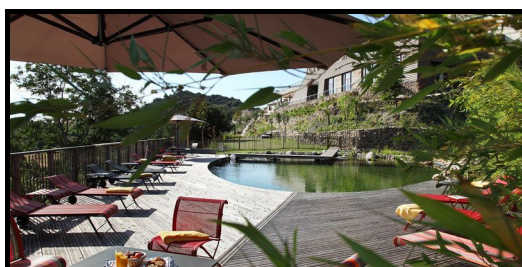


Mas Del Capella

Chambres d'hôtes, table d'hôtes, camping chez l'habitant, dortoir
8 personnes.

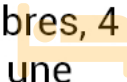
Location VTTAE

Téléphone : 0468612755



Domaine Riberach

Le Domaine Riberach vous propose un séjour d'exception dans
une ancienne cave coopérative. Nous possédons 18 chambres, 4
gîtes, un SPA et 3 restaurant donc un gastronomique avec une



Téléphone : 0468503010



Mas Tramontane

"Mas Tramontane " chambres d'hôtes et meublés de tourisme
classés

Situé entre mer et montagne au pied d'El Canigó.

Téléphone : 0670517786

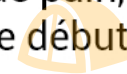


Camping



Camping le Canigou

Camping *** avec 92 emplacements et 23 locatifs. Dépôt de pain,
machines à laver et à sécher le linge, restauration le soir de début
juin à fin aout.



Téléphone : 0468058540



Camping La Garenne

Camping Familial ** avec location hébergements et
emplacements.

Restauration ouverte à partir du mois de mai.

Téléphone : 0468571576





Le Colomer

Camping traditionnel, familial et nature près de toutes commodités



Téléphone : 0468567967



Parc à thème et de loisir



Le Parc Animalier des Angles

Le Parc Animalier des Angles vous présente les animaux sauvages des Pyrénées dans leur espace naturel montagnard, depuis plus de 25 ans.



Téléphone : 04 68 04 17 20



Réparation



Atelier Joffre

ATELIER-BOUTIQUE CYCLE DANS LE 66
ENTRETIEN - RÉPARATION - VENTE
E-BIKE SERVICE / BOSCH - SHIMANO
Téléphone : 06 84 56 52 34



NeoWheels

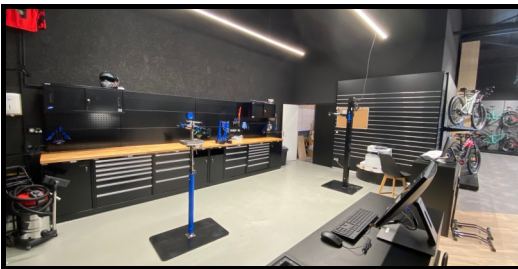
Monteur de roues à la carte pour VTT, E-bike, Gravel, Route



Téléphone : 06 27 52 05 92



Magasin de Location-Vente



Mondovélo Perpignan

Mondovélo Perpignan :
Le magasin des mordus de vélos à Perpignan



Téléphone : 0468689966



Caminade

Fabrication de cadres de vélos (VTT, Gravel, vélo de route) sur mesure en titane



Téléphone : 0642117521

