

5ème édition

CANALATHLON

En Pays Lauragais

5 oct.
2024

SUR LE TERRITOIRE DE LA COMMUNAUTÉ DE
COMMUNES DES TERRES DU LAURAGAIS



FEUILLE DE ROUTE



Bienvenue sur les Terres du Lauragais !

Toute l'équipe du PETR du Pays Lauragais, en partenariat avec les offices de tourisme Lauragais Tourisme, Castelnaudary Tourisme, Aux Sources du canal du Midi, Au Coeur des Collines Cathares ainsi que le Comptoir du Lauragais vous souhaitent la bienvenue sur la 5ème édition du Canalathlon !

Cette année, vous aurez la chance de circuler sur les chemins de la communauté de communes des Terres du Lauragais, en Haute Garonne. Vous découvrirez les paysages de la campagne Lauragaise, les bords du canal du Midi et le village de Montesquieu-Lauragais surplombant les cultures du haut de son château féodal.

Le lac de la Thésauque sera votre camp de base : point de départ et d'arrivée de la course, vous y reviendrez pour profiter d'une fin de journée marquée par de nombreuses festivités !

Alors, à vos marques, prêts, partez ! Et surtout, profitez !

Un événement organisé et financé par le PETR du Pays Lauragais



Avec l'appui financier de



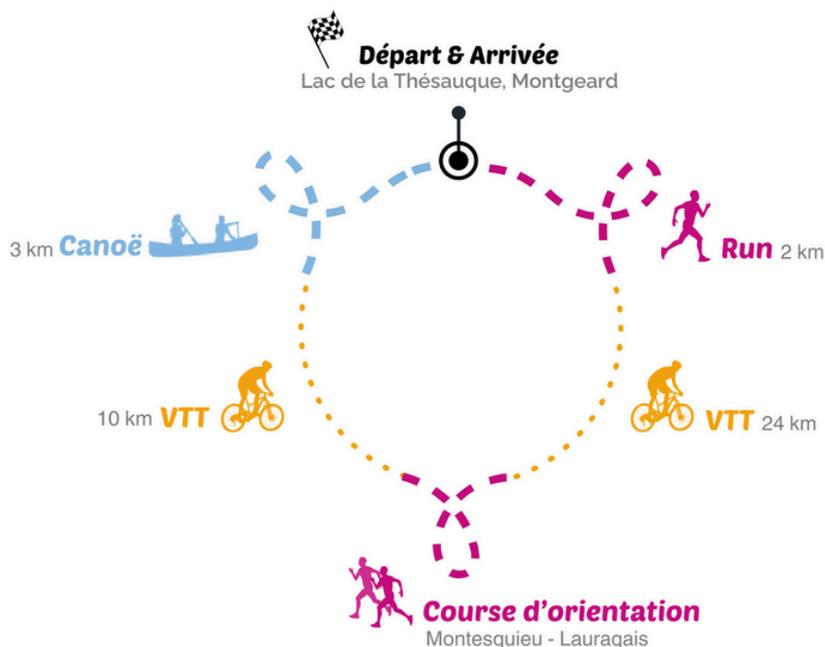
Et l'appui de



Crédit photos : Estelle Vilepsy, Sylvie Forestier
Cartes : OpenStreetMap Contributeurs & IGN.



Découvrez le parcours



Etape 1 : course à pied depuis le lac de la Thésauque

Etape 2 : direction le canal du Midi en VTT

Etape 3 : course d'orientation dans le village de Montesquieu-Lauragais

Etape 4 : retour vers le lac de la Thésauque en VTT

Etape 5 : épreuve mythique de canoë en binôme



En cas de problème, contactez
l'organisateur de la course,
Lionel Villeneuve au **06.17.96.05.14**



Pour découvrir le parcours plus précisément,
rendez-vous sur la carte interactive !

Avant le départ

Départ de la course : 9h



Votre sac

N'oubliez pas : le billet d'inscription, de la crème solaire, de bonnes baskets, un casque de vélo, de l'eau, une collation et de quoi vous changer à l'issue de l'épreuve (des douches seront disponibles).



Votre route

Depuis Castelnaudary :

- Depuis l'A61, prendre sortie 20 direction Villefranche-de-Lauragais
- Suivre D622 et traverser Gardouch
- Au croisement, prendre à gauche, D622, direction Nailloux/Auterive
- Tourner à gauche, direction Montgeard/Lac de la Thésauque

Depuis Toulouse :

- Suivez l'A61 jusqu'à l'échangeur vers l'A66 direction Foix/Pamiers/Andorre
- Sortie 1 - Direction Auterive - D19
- Premier rond-point, 2nd sortie, à droite, direction Nailloux/Villefranche-de-Lauragais/Auterive
- Suivre D19
- Prendre à gauche sur D622 (panneaux vers A61 (Péage)/Garouch/Villefranche de L.)
- Tourner à droite vers Montgeard/Lac de la Thésauque

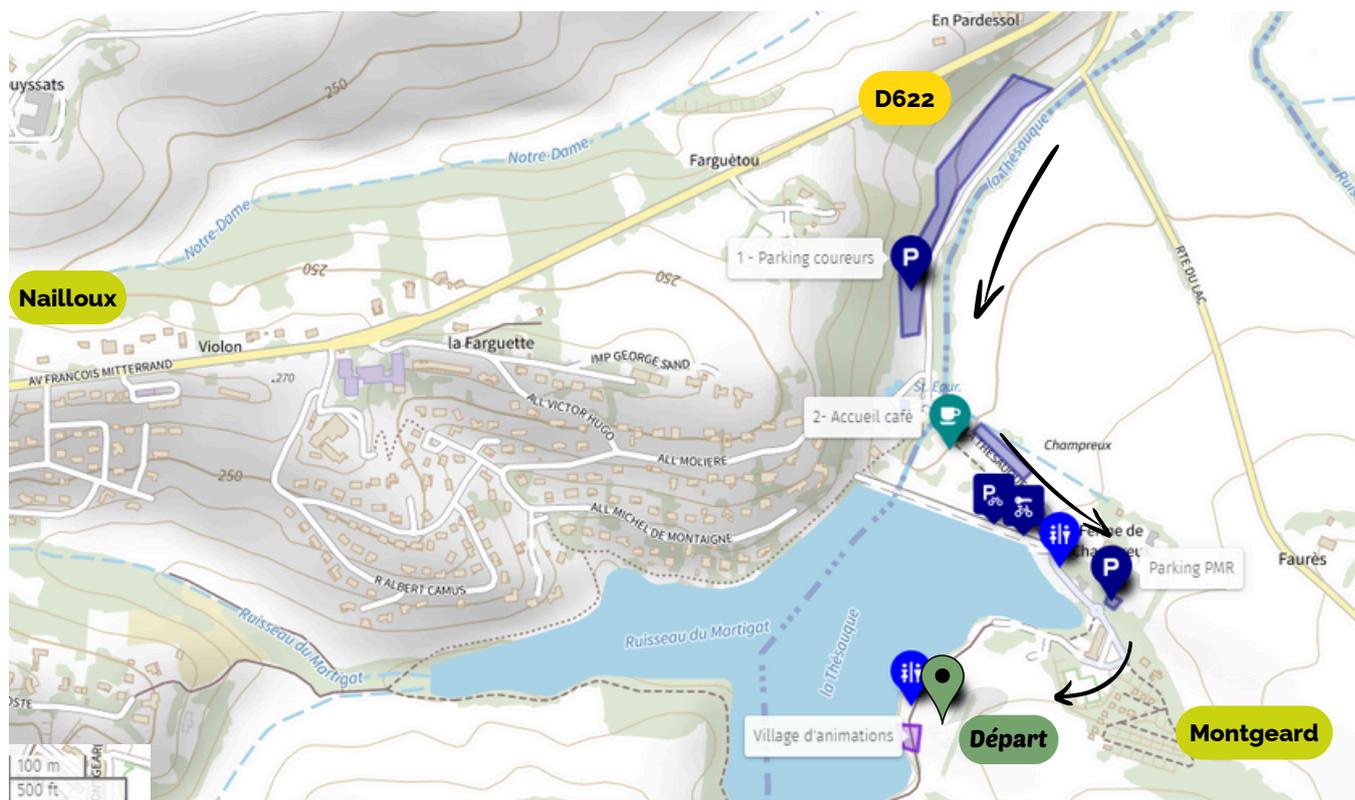


A votre arrivée

Un accueil-café vous sera proposé à partir de **8h**.

Vous pourrez vous garer sur le parking réservé se situant à votre droite à l'entrée du chemin.* Dirigez-vous ensuite avec votre VTT vers le stand d'accueil situé derrière le barrage, pour récupérer votre dossard, profiter d'une collation. Poursuivez ensuite votre chemin vers la zone de départ de la course et l'inscription au concours de déguisements.

* un parking réservé PMR se situe plus proche, à l'entrée du camping



Etape 1



Course à pied



Lac de la Thésauque



Distance : 1.2 km



Temps estimé : 10 minutes

C'est parti !

Le coup d'envoi de cette 5ème édition est donné à **9h** ! Ne tardez pas trop !

Pour la première épreuve, nous vous avons réservé un petit échauffement : une course à pied. Pour cela, vous longez les bords du lac.



Que faire de son VTT durant la course ?

Vous déposez vos vélos au parking dédié sur le barrage du lac. Celui-ci est surveillé par notre équipe et vous pouvez récupérer rapidement votre monture pour la deuxième étape !



Une roue à remonter ? Un pneu dégonflé ?

Un stand de réparation de vélos est proposé par l'association La Roue qui Tourne à côté du parc à vélos.



Etape 2



VTT



Lac de la Thésauque



Distance : 24 km



Temps estimé : 1 heure

Pour la deuxième étape de notre épreuve sportive, vous partez à l'assaut des chemins du Lauragais.

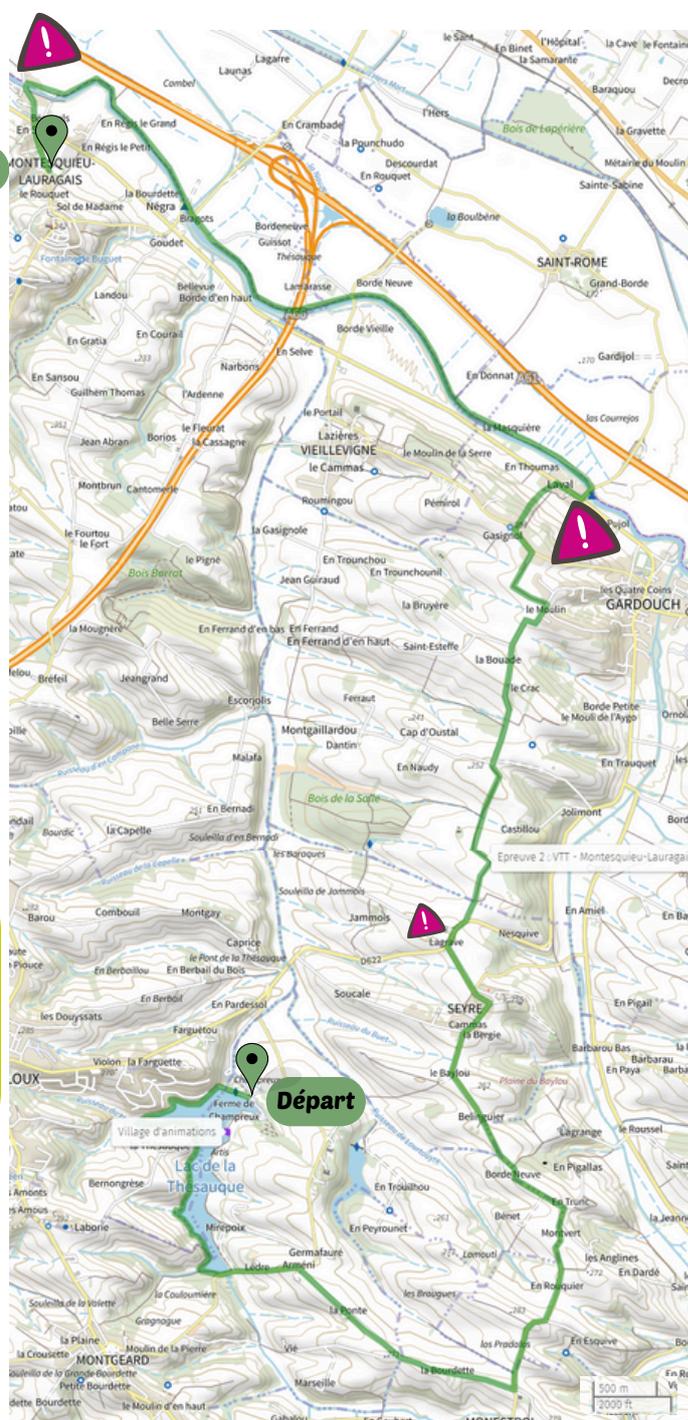
Après avoir récupéré vos VTT, vous longez le lac jusqu'à son extrémité sud. Le chemin vous emmène ensuite à travers champs vers les villages de Montgeard, Seyre, Lagarde, Gardouch et Vieillevigne.

Après avoir longé le canal du Midi, vous grimpez jusqu'au village de Montesquieu-Lauragais.

Arrivée

Sur le parcours, attention aux traversées des départementales !

- D622 reliant Nailloux à Seyre
- D16 en sortant de Gardouch, en direction du canal du Midi
- D16 en direction de Montesquieu-L.



Etape 3



Course d'orientation



Montesquieu - Lauragais



Distance : ça dépend de vous !



Temps estimé : 30 minutes

Vous arrivez à Montesquieu-Lauragais. Pour la troisième épreuve, nous vous proposons une course d'orientation !

Déposez vos VTT au parc à vélo au niveau du stade de football et partez à l'assaut du village !

Une carte va vous être remise et vous permettra de chercher les différentes balises. Rendez-vous à pied à la mairie !

Attention : chaque poinçon a une forme particulière. La triche n'est pas permise !

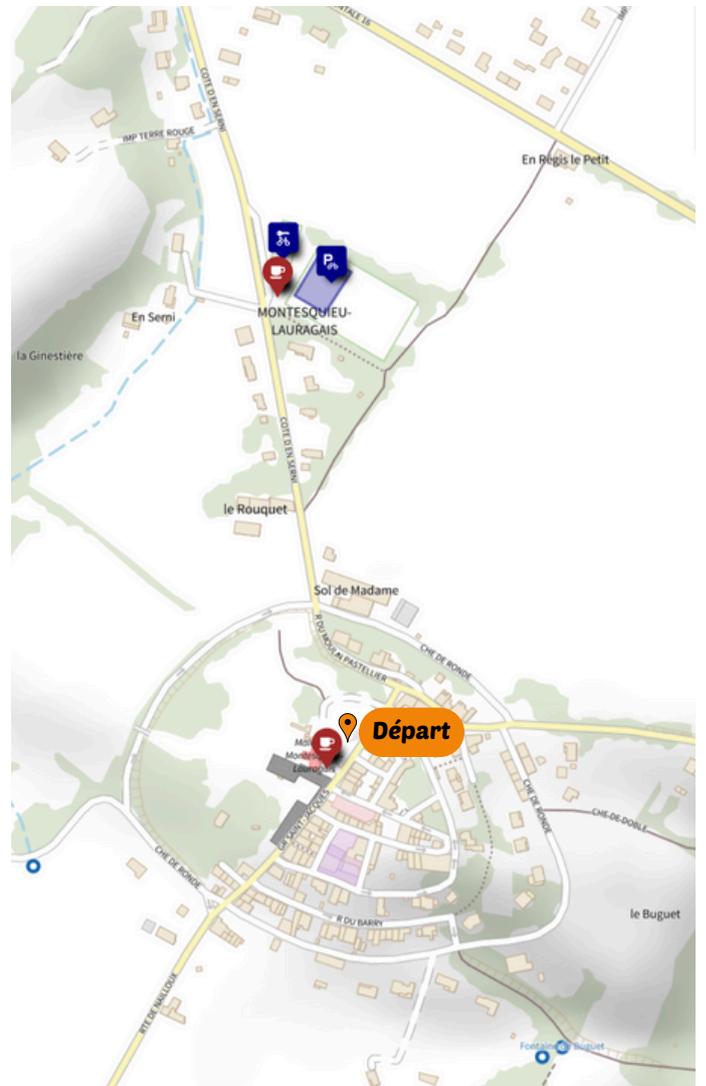
Un pneu crevé ? Un frein déréglé ?

L'Atelier Cycles du Lauragais vous propose un atelier de réparation au niveau du parc à vélo.



Vous n'auriez pas un petit creux ?

Deux stands de ravitaillement sont proposés au village : au niveau du parc à vélo et à la mairie.



Etape 4



VTT



Montesquieu-Lauragais



Distance : 11 km

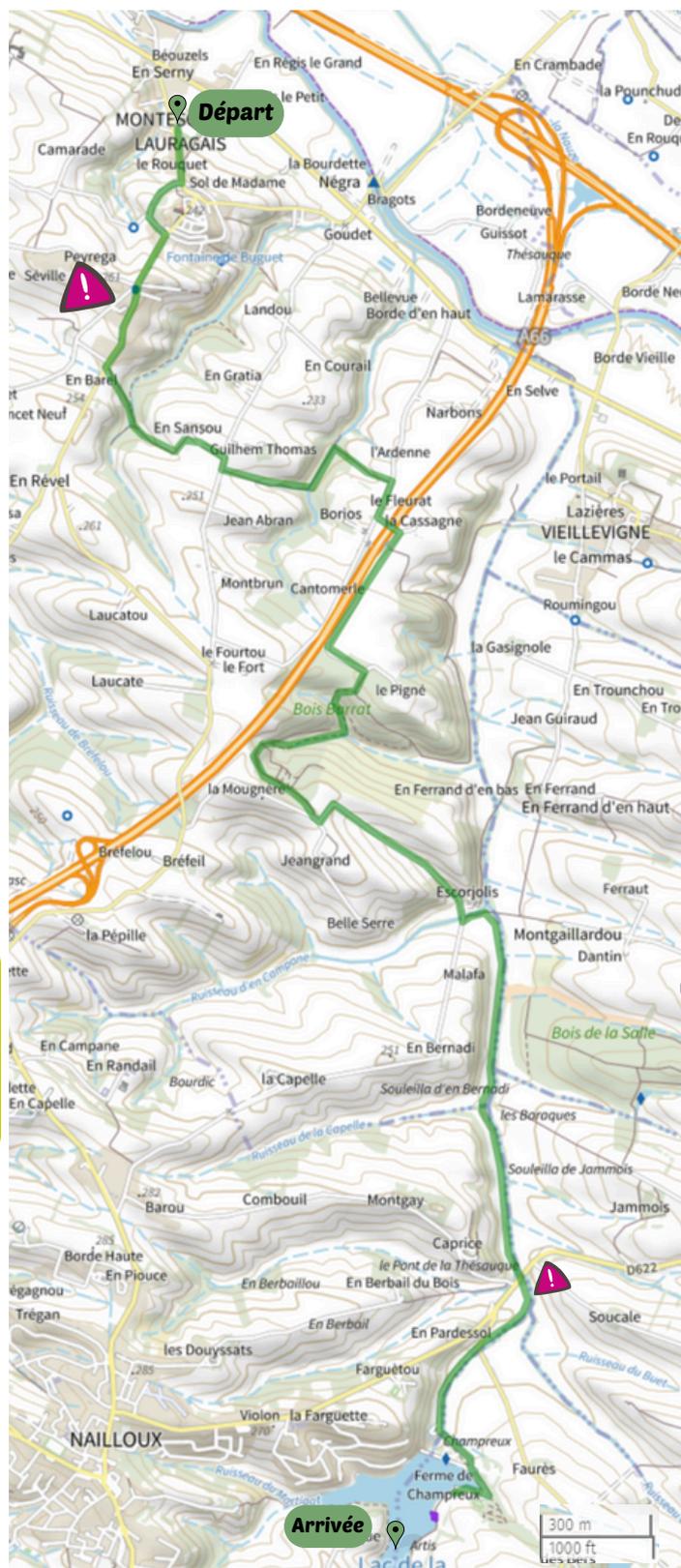


Temps estimé : 40 minutes

Avez-vous retrouvé votre chemin ?

Si oui, vous pouvez repartir vers le lac de la Thésauque !

Les chemins du Lauragais n'ont plus de secrets pour vous !



Sur le parcours, attention aux traversées des **routes départementales** !



- **D11** reliant Montesquieu L. à Nailloux
- **D622** passez par le tunnel piéton

Etape 5



Canoë



Lac de la Thésauque



Distance : 3 km



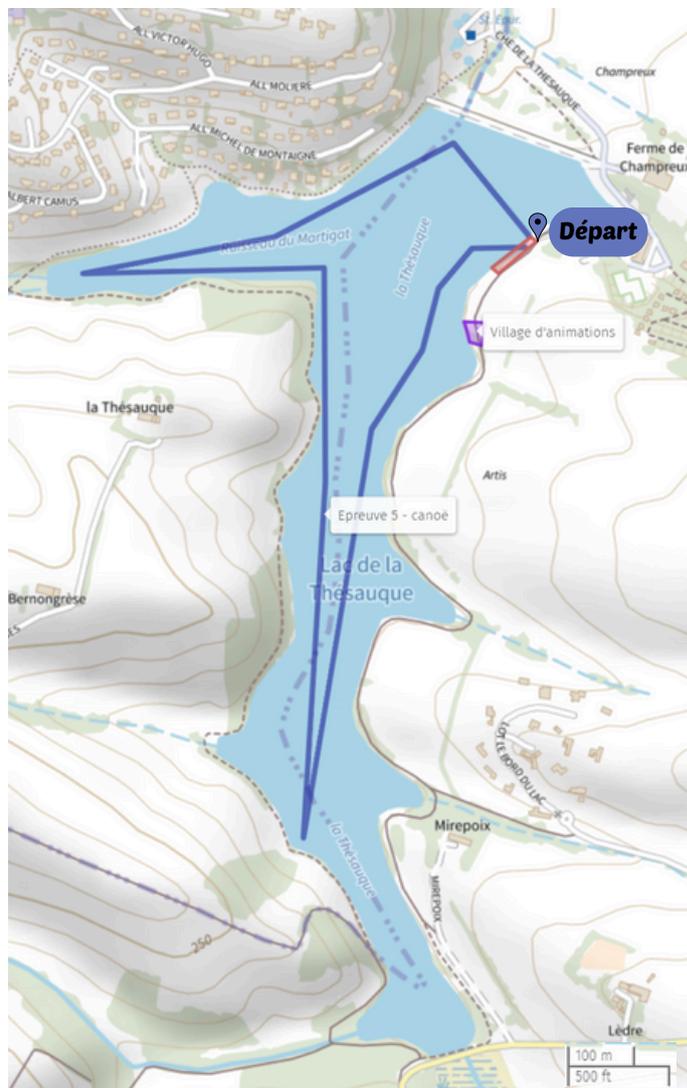
Temps estimé : 30 minutes

Vous y êtes presque !

La dernière épreuve est certainement la plus emblématique puisqu'il s'agit du canoë !

Retrouvez l'équipe de notre partenaire *Eaurizon* qui vous attribuera deux canoës par équipe depuis la plage du Lac de la Thésauque.

Attention au chavirage !



Place aux festivités !

Vous y êtes !

De retour sur la terre ferme, nous vous donnons rendez-vous sur le **village des animations**.
Notre équipe vous attend pour vous remettre votre **sac-cadeau**.
Plusieurs temps forts vous attendent durant l'après midi, retrouvez tout le programme !

A table !



Vous trouverez dans votre sac-cadeau les bons qui vous donneront accès aux repas choisis lors de votre réservation ainsi que vos cafés.
Bon appétit !

Les rendez-vous du village

Plusieurs temps forts vous attendent durant l'après midi.

13h15 : tours de magie par la compagnie On s'en Tape !

13h30 : concert avec le groupe Briqu'A Brass

14h15 : Discours des élus suivi de la remise des prix du concours de déguisements



En cas d'intempéries, la course, le repas et le concert seront maintenus et déplacés au **gymnase de Gardouch**.

(3, Avenue Tolosane, 31290 Gardouch)

L'information vous sera communiquée dans les jours précédents l'événement.



Pour votre sécurité

Le Canalathlon vous propose de découvrir le patrimoine du territoire du Lauragais et le canal du Midi en empruntant ses chemins de randonnée.

🕒 ❌ Cette **manifestation conviviale** n'est pas une compétition : ni chronométrage, ni classement ne seront relevés à l'arrivée.

Vous allez passer un moment de détente, il vous appartient de contribuer à cette paix ambiante en respectant :

😊 les codes de **courtoisie élémentaires**,

🗣️ la **sécurité** des autres usagers,

👮 les règles du **code de la route**,

🌿 **l'environnement** naturel.

📵 Le port du casque, aux normes européennes, et du gilet de sauvetage est **obligatoire**.

👁️ Votre vigilance tout au long du parcours est nécessaire car la route n'est pas coupée aux voitures. Des bénévoles seront présents sur le parcours pour garantir votre sécurité.

👨👩 Les **participants mineurs** sont sous la responsabilité des parents en cas d'accident ou d'incident.

⛈️ En fonction des conditions météorologiques et des contraintes horaires, les organisateurs se réservent le droit de modifier et/ou de fermer certains passages par rapport au tracé initialement prévu.



En cas de problème

contactez l'organisateur de la course

Lionel Villeneuve 06.17.96.05.14