



## COMMUNIQUE DE PRESSE

...

## LANCEMENT DU TRAIL – Trail d'Aqui

Date : 22 décembre 2020

### LANCEMENT DU TRAIL DE LA COMMUNAUTE DE COMMUNES COMTAL LOT ET TRUYERE

Le projet de trail sur la Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère, qui voit ce jour son lancement à Bozouls, Estaing et Entraygues-sur Truyère, est à intégrer dans une vision plus globale qui concerne l'ensemble du territoire et de ses communes.

La Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère rassemble 20 000 habitants sur 21 communes dont le Paysage est le liant, reflet d'un terroir préservé par les activités humaines, et d'une géologie d'une rare diversité. Son territoire est à la fois très vaste et très diversifié. En effet, à y regarder de près l'on peut constater qu'il se compose d'entités géographiques et géologiques très contrastées. Au plateau calcaire des causses énigmatiques succèdent de profondes cassures que sont les vallées du Lot et de la Truyère. Le rougier s'imisce aussi dans ce paysage offrant ses coloris vifs et des vallons plus doux. Un terrain de jeu idéal pour les sports de pleine nature et la pratique du trail.

Rien de tel pour découvrir votre territoire que de s'aventurer sur ses chemins !

La Communauté de Communes Comtal Lot Truyère a en charge la création et l'aménagement des sentiers, chemins ou « routes thématiques », participe à la création d'itinéraires et à leurs aménagements. C'était donc une évidence pour les élus de développer des chemins de trail sur tout le territoire et ainsi diversifier l'offre des Activités de Pleine Nature.

En effet, ce sport s'inscrit pleinement dans la philosophie d'attractivité que poursuit sans relâche la communauté à travers la création d'infrastructures sportives (les gymnases), de santé (les maisons de santé), économiques (les zones d'activités), touristiques (aménagements et équipements) ou encore sociales (les crèches).

L'aménagement des sentiers pour la pratique du trail contribue au « service de plus » offert à la population et aux visiteurs sur l'ensemble du territoire communautaire de façon homogène et cohérente. Il matérialise le lien évident entre les 21 communes.

La diversité des grands paysages de la communauté est la véritable force du territoire intercommunal. Ainsi, la pratique du trail véhicule une image et des valeurs positives qui collent parfaitement à l'identité du territoire et de ses habitants. En effet, les runners en quête de beaux paysages, de chemins exigus et agréables, de dénivelés vertigineux et de performances sportives ne seront pas en reste en parcourant le territoire de la Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère.

- **Le concept**

L'Aveyron bat au rythme des sports de pleine nature.

Trail d'Aqui, c'est la volonté d'une Communauté de Communes de promouvoir la richesse de son territoire à travers le sport. Quoi de mieux que le trail, pratique au succès grandissant dans le monde entier, pour faire découvrir la beauté et la variété des 21 communes ?

Nous vous proposons des parcours de différents niveaux (distances, dénivelés, technicité) qui alternent points de vue et patrimoine. Au travers des chemins que vous arpenterez, vous saurez apprécier le soin que nous avons pris à vous proposer ce qui se fait de mieux en matière de trail : monotraces, rochers, point de vue, sentiers oubliés...

De Lassouts à l'Est au Fel à l'Ouest, la diversité des paysages rencontrés est juste incroyable ! L'aridité des causses, la richesse des vignes, l'écosystème autour du Lot et de la Truyère... vous serez subjugués par ces tracés sauvages au cœur d'une nature préservée.

Que vous veniez en famille pour une belle balade, entre amis pour un entraînement collectif ou seul pour vous challenger, vous ne serez pas déçus, le choix est large : circuit casse-pattes, tracé technique, zone rocheuse, passage à gué, pieds dans l'eau ou tête dans les nuages, il y en a pour tous les goûts !

Et pour combler les plus sportifs qui préparent de grandes échéances, nous vous offrons 2 tracés bonus rares en Aveyron : 2 demi-kilomètres verticaux.

3.6 km pour St Côte, 3,3 km pour Entraygues sur Truyère, le dénivelé, lui, sera identique : 500 m D+ !

La Communauté de Communes Comtal, Lot, Truyère vous présente Trail d'Aqui, le nouvel espace trail aveyronnais.

(© Nicolas CANTAGREL)

- **Carte d'identité du Trail d'Aqui**

Le lancement concerne l'espace trail « Trail d'Aqui » dans sa globalité, bien qu'aujourd'hui 3 circuits soient officiellement ouverts : Estaing, Bozouls et Entraygues. 23 parcours vont donc jaloner la Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère. L'objectif au travers de la diversité des circuits est de raconter un territoire, en mettant en valeur ses singularités et ses spécificités, et ainsi, donner envie aux runners d'aller plus loin.

Trail d'Aqui de la Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère, c'est 500 km de chemins balisés !

1 parcours de trail va être ouvert sur chacune des 21 communes du territoire ainsi que 2 demi-kilomètre verticaux.

Ces parcours permanents sont accessibles au public tout au long de l'année : régulièrement entretenus, vérifiés, sécurisés sur le terrain afin que les coureurs puissent en profiter pleinement.

Les différentes thématiques et niveaux de difficulté des parcours, permettent de jouer sur la diversité des territoires que Trail d'Aqui traverse. La cotation des parcours indique leur niveau de difficulté, et il y en a pour tous les goûts !

Des circuits verts pour les débutants : accessibles au plus grand nombre. Des tracés assez roulants avec des coupes possibles. Découverte !

Des circuits bleus pour les motivés : Le dénivelé est bien présent. Les tracés gagnent en technicité. Plaisir !

Des circuits rouges pour les habitués : De vrais parcours de trail engagés. Du bon D+, beaucoup de monotraces. Sensations !

Des circuits noirs pour les aguerris : 30 km et les 1 000 D+ sont dépassés. Les traces sont techniques et sauvages. Sueur !

Jusqu'au demi-kilomètre vertical, hors catégorie : c'est très court, c'est très pentu, bref, c'est costaud !

Pour présenter tous ces tracés et donner envie aux coureurs de venir sur la Communauté de Communes Comtal Lot Truyère, quoi de mieux qu'un site web dédié : [www.traildaqui.fr](http://www.traildaqui.fr)

Construit de A à Z par Virginie Cantagrel, nul doute qu'il sera rapidement dans vos favoris : informations de localisation, traces à télécharger sous différents formats, descriptif, points d'intérêts... Visuel, intuitif et accessible, il vous permettra de préparer votre sortie en toute sérénité.

Pour compléter l'offre numérique, 2 comptes ont vu le jour sur les réseaux sociaux :

- Sur Facebook : l'occasion de partager l'actualité sur les ouvertures des parcours notamment ;
- Sur Instagram : une façon originale de mettre en valeur la beauté des paysages à travers les photos #traildaqui

- **Une démarche inclusive et coopérative**

La démarche d'ouverture et de création du parcours de trail sur les communes se fait en concertation avec les acteurs locaux : les communes, les Maires, les élus, les passionnés, les associations et les interlocuteurs locaux, mais aussi avec les propriétaires des zones traversées. En effet, des conventions de passage sont signées avec tous les particuliers dont les terrains sont traversés par les circuits, et des aménagements ont été faits dans le strict respect des volontés individuelles des habitants, pour que chacun vive sans contrainte et s'approprie Trail d'Aqui.

Le respect des contraintes environnementales et foncières est une priorité pour la Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère et Nicolas Cantagrel, interlocuteur privilégié directement sur le terrain.

- **Un outil au service de la mise en valeur du patrimoine et du territoire**

Avec l'ouverture de ces parcours, la méthodologie adoptée par Nicolas Cantagrel et la Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère est d'aller au plus près des habitants, pour une mise en valeur du patrimoine naturel, bâti, historique et des acteurs locaux, et parallèlement pour les pratiques touristiques, de développer une offre de service adaptée à la clientèle du trail.

- **Le parcours de Trail : une opportunité pour la population et pour les visiteurs**

En 2018, on estime entre 9 et 13 millions le nombre de runners en France (runners : coureurs toutes disciplines confondues).

Le trail est une discipline en plein essor, avec une estimation de 1 million de pratiquants en France.

70% des trailers sont intéressés par des parcours permanents autour de chez eux et 84% des trailers déclarent que la présence d'un espace trail est un élément décisif dans le choix de leur destination de vacances, pour une clientèle touristique sportive et familiale.

En effet, il suffit de regarder le profil type du trailer :

80% des pratiquants sont des hommes, vivant maritalement, avec 2 enfants ou plus et de CSP+ (catégorie socio professionnelle supérieure), adeptes de la multipratique sportive.

73% des trailers programment des séjours de trails une à plusieurs fois par an avec pour motivations : la découverte d'un territoire et le partage de moments en famille et entre amis.

Ainsi, l'objectif à terme pour la Communauté de Communes est de connecter le trail aux activités outdoor du territoire en proposant et développant différentes pratiques et activités complémentaires, à vivre en famille et entre amis.

Le marché du trail est en pleine forme et s'impose incontestablement comme la pratique sportive tendance de ces dernières années. Mixant à la fois le défi personnel, la quête d'une meilleure hygiène de vie et le rapprochement avec la nature, le trail séduit toujours plus d'adeptes.

A la fois bulle d'oxygène et défi physique, chacun retrouve dans la course nature ce qu'il a envie d'y mettre en terme d'intensité et de rapport effort physique / détente. L'esprit Trail c'est se faire plaisir, partager des bons moments, découvrir. On cherche l'harmonie intérieure par le contact prolongé avec la nature, le dépassement de soi avec bienveillance. Ce qui compte, c'est moins le chrono que la satisfaction d'être allé jusqu'au bout, d'être "finisher". La tendance est aux parcours longs et aux ultra-trails, où la course se vit comme une aventure en soi. La recherche de l'extrême touche de plus en plus le grand public.

Il n'y a pas que sur la route que l'on croise des amateurs de l'effort. Course à pied, randonnée, trail, marathon, cyclisme, triathlon... les sports qui se pratiquent au cœur de la nature séduisent un public de plus en plus large. Les Français sont plus de 5 millions à pratiquer la randonnée, autre preuve de cette volonté de se rapprocher de la nature. Ce succès du sport en pleine nature émerge au moment où des préoccupations écologiques croissantes naissent, une envie de comprendre et de se rapprocher de la nature. L'envie de nature fait venir des gens au trail, une course où la surface goudronnée n'excède pas 20% du parcours. L'idée est de profiter d'un effort-plaisir et de jouir du milieu naturel en courant loin du macadam.

Recensant de plus en plus d'adeptes, en France et dans le monde, le trail suscite l'intérêt des territoires ruraux en quête de touristes. Le trail et les courses emblématiques (en particulier l'Aveyron, berceau de la pratique avec les Templiers) rassemblent des athlètes du monde entier et rallongent la saison d'été en la faisant démarrer plus tôt au printemps et prolonger jusqu'en automne. Les collectivités se sont emparées du trail pour booster le tourisme estival, notamment en montagne. Chaque traileur se déplaçant avec deux accompagnateurs en moyenne, les retombées économiques sont loin d'être anodines pour les territoires. Selon les estimations, l'UTMB rapporterait 13,6 millions d'euros (hors frais de transport) aux territoires qu'il traverse, contre 9,4 millions d'euros (transport inclus) pour le Grand Raid de La Réunion.

Selon une enquête menée en 2013 auprès de plus de 2 000 pratiquants par le Think Tank Trail, la moitié des traileurs appartiennent aux CSP + (dirigeants, cadres supérieurs et moyens, professions libérales) et un cinquième d'entre eux ont des revenus supérieurs à 50.000 euros par an.

Le panier moyen du traileur est de 536 € par an. Ce chiffre relativement élevé s'explique par le prix du matériel et par celui des inscriptions en course. Les chaussures représentent plus d'un tiers du budget (37%) alors que les frais de course prennent un peu plus d'un quart (28%) de cette somme, le reste est destiné au textile et accessoires.

Le trail séduit les urbains stressés en quête de sensations vraies et de dépassement de soi et recrute de plus en plus de femmes (leur pourcentage est passé de 8% en 2010 à 22% en 2017).

*(Sources : enquête Trace de Trail, Yoomigos 2018, échantillon sur 2 444 trailers. Auvergne Rhone Alpes Tourisme : FIFAS - Fédération française des industries du sport et des loisirs, FFA - Fédération Française d'Athlétisme, France montagnes, Kantar, Fitmyrun, Outdoor Experts, Think Tank Trail, ITRA)*

- **Des entreprises locales ont été retenues pour réaliser le projet :**

Basée à Bezannes, la micro entreprise de Virginie Cantagrel et Nicolas Cantagrel est à l'origine du projet il y a 2 ans. Très vite, la Communauté de Communes Comtal Lot Truyère est séduite par l'idée de cet espace trail et se lance dans l'aventure à leurs côtés

Maxime ROUS : basé à Espalion, ce jeune autodidacte dans la création graphique a créé toute la charte graphique de Trail d'Aqui. Lui-même coureur, il est très attaché au territoire et a su retranscrire dans le logo la notion de projet commun et de liant entre les communes avec ce chemin en courbes.

Le service PDIPR du conseil départemental de l'Aveyron est sollicité pour chaque parcours pour établir les conventions de passage chez les particuliers. Ce partenariat est nécessaire pour une bonne durabilité de l'espace trail.

La société Pic Bois, grâce à son expérience des activités de pleine nature, a réalisé toute la signalétique de Trail d'Aqui.

- **Plan de financement**

Cette opération d'environ 45 000 € HT est aidé par le Conseil Départemental de l'Aveyron et le Conseil Régional (dossier en cours d'instruction).

- **A venir**

Chacune des 21 communes de la Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère accueillera un parcours de Trail. Les circuits ouvriront progressivement. Voici la liste des parcours proposés (attention, l'ordre des parcours ne reflète pas l'ordre des ouvertures, ces parcours seront accessibles les uns après les autres dans un enchaînement aléatoire, soumis aux contraintes techniques) :

- Parcours n°1 : Bessuéjols – 27 km / 800 D+
- Parcours n°2 : Bozouls – 16,5 km / 550D+ (ouvert)
- Parcours n°3 : Campuac – 11,5 km / 400 D+
- Parcours n°4 : Coubisou – 22,5 km / 850 D+
- Parcours n°5 : Entraygues – 35 km / 1 200 D+ (ouvert)
- Parcours n°6 : Espalion – 45 km / 1 800 D+
- Parcours n°7 : Espeyrac – 13 km / 500 D+
- Parcours n°8 : Estaing – 15 km / 700 D+ (ouvert)
- Parcours n°9 : Gabriac – 23 km / 500 D+
- Parcours n°10 : Golinac – 21 km / 700 D+
- Parcours n°11 : La Loubière – 16,5 km / 250 D+
- Parcours n°12 : Lassouts – 18,5 km / 600 D+

- Parcours n°13 : Le Cayrol – 21 km / 1 000 D+
- Parcours n°14 : Le Fel – 16,5 km / 600 D+
- Parcours n°15 : Le Nayrac – 26 km / 1 300 D+
- Parcours n°16 : Montrozier – 27 km / 500 D+
- Parcours n°17 : Rodelle – 36,5 km / 800 D+
- Parcours n°18 : Saint Côme d'Olt – 24,5 km / 1 000 D+
- Parcours n°19 : Saint Hippolyte – 48 km / 2 000 D+
- Parcours n°20 : Sébrazac – 21 km / 700 D+
- Parcours n°21 : Villecomtal – 17 km / 800 D+

+ 2 tracés de Demi-Kilomètre vertical :

- Entraygues : 3,6 km / 450 D+
- Saint Côme d'Olt : 3,6 km / 450 D+

- **Zoom sur les 3 nouveaux circuits ouverts**

### Bozouls : (cotations sur 5 étoiles)

 12% Route - 43% Chemin large - 45 % Monotrace

Quel spectacle que de partir à flanc du canyon ! Vous longerez cette curiosité géologique et vous aurez 3km de plat en guise d'échauffement.

Sur les traces du parcours du célèbre Gourg d'Enfer, vous plongerez vers le Dourdou dès la sortie de Sentels. De belles monotraces à travers des buis renaissants (récemment touchés par la pyrale...).

Après 5km, c'est la terrible côte de Carcuac qui vous attend. Un kilomètre, c'est régulier dans la difficulté ! Quelques montagnes russes plus loin en suivant les traces des troupeaux de brebis, vous voilà de retour à Carcuac pour la descente typée Templiers ! C'est raide, c'est étroit, c'est beau mais c'est dur (130 D- en 700m) !

Vous repassez une 2ème fois le pont qui enjambe le Dourdou et attaquez la sublime bosse du Bruel (110 D+ en 700m). Le Bruel, ouf ! Une trace sublime à travers champ puis ça serpente gentiment et à plat au-dessus du canyon (versant opposé au début du parcours).

Vous replongez sur le Dourdou par un nouveau single puis du carrossable pour atteindre le ruisseau et 1,5km de plat à l'ombre. Une passerelle plus loin, c'est la remontée vers l'ancien château qui vous attend... C'est court mais ça use...

Cap en descente sur la sublime église Ste Fauste et ses terribles marches aussi irrégulières les unes que les autres... Allez, plus que 50 D+ dans le dernier mur qui vous ramène au point de vue : de quoi oublier toutes vos souffrances !

DISTANCE : 16,5 km ★★★

TECHNICITÉ : ★★

DÉNIVELÉ : D+ 600 m ★★★

LIEU DE DÉPART : Parking de la rue Henri Camviel

### Entraygues-sur-Truyère : (cotations sur 5 étoiles)

 8% Route 44% Chemin large 48 % Monotrace

Vous débutez l'ascension face au vieux pont sur une partie goudronnée. 300 m après le départ, vous bifurquez à droite pour entrer dans le vif du sujet en arpentant une sente qui vous amène à Bouissy. Vous continuez en forêt, c'est régulier dans la difficulté. Vous évitez le Rieu de la Coste par un vieux chemin bien pentu.

Un kilomètre et 160 D+ au compteur. Du carrossable pour changer, jusqu'à Pargues. Vous passez en mode guerrier dans un vieux canyon asséché avant d'attaquer au kilomètre 2 les 200 m les plus difficiles.

Au sommet, profitez, 300 m de descente bien mérités avant un faux plat usant sur chemin carrossable. Km 3, il reste 600 m : c'est parti pour le dernier morceau à travers la forêt, on coupe tout droit, on jette les dernières forces dans la bataille. Bravo, vous venez de réaliser 450 de D+ en 3,5 km !

Originalité de ce ½ KV : on vous propose un retour différent. Traversez Ginolhac et après 300 m, vous partez à gauche (possibilité de continuer tout droit sur 100 m, et après la ferme à droite contemplez la vue incroyable sur Entraygues). Vous poursuivez sur le plateau jusqu'au Martinies avant d'entamer la descente.

Vous continuez sur un gros carrossable au-dessus de la ferme du Badour, c'est roulant et régulier. À Regaud, 100 m de route avant le dernier mur final, petit monotrace qui vous ramène directement sur l'arrivée.

Particularité : ce parcours sera le support de la 2ème manche du Challenge Énergie Trail qui aura lieu en juillet 2021.

DISTANCE : 3,6 km ★

TECHNICITÉ : ★★★★★

DÉNIVELÉ : D+ 460 m ★★★★★

LIEU DE DÉPART : Face au vieux pont (se garer le long des quais de l'autre côté du pont)

### Estaing : (cotation sur 5 étoiles)

★ ★ ★ 15% Route - 47% Chemin large - 38 % Monotrace

C'est parti par la rue d'Oultré et après 400 m une belle monotrace vous rappelle que c'est du trail. Après 900 m, un beau rocher sur la droite vous invite à une première pause photo : Estaing vu du Sud-Ouest, waouh !

Vous repartez sur un carrossable à travers d'anciennes vignes et déboulez sur la chapelle de l'Ouradou. Attention danger : vous courez 100 m sur la D97 et traversez avec grande prudence. Ça monte fort sur ce chemin ré ouvert, on longe les vignes qui font la réputation du vin d'Estaing.

Au km 3,5, vous attaquez la descente : monotrace, petite portion de route puis sur le bord d'un champ pour enfin atteindre le camping. Pas le temps de poser la tente, vous repartez pour 3 km de carrossable le long du ruisseau de Liacouze. C'est roulant, c'est ombragé, c'est agréable. Après la traversée du ruisseau, les choses se corsent et vous attaquez 1,5 km de montée jusqu'à Anat où plusieurs chemins ont été ré ouverts.

Labro constitue le point haut du parcours et c'est parti pour 2 km de descente roulante, avec les 500 derniers mètres très joueurs. Un fois le joli pont passé, on remonte par un vieux chemin oublié à travers les châtaigniers. 2 brèves traversées de route plus tard, vous voilà dans la descente vers le Combayre.

Un peu de répit avant le tour du village : escaliers, traboules, passages étroits, vous êtes dans le cœur historique d'Estaing. Vous regagnez le foirail par la rue d'Estaing. Labro constitue le point haut du

parcours et c'est parti pour 2 km de descente roulante, avec les 500 derniers mètres très joueurs. Un fois le joli pont passé, on remonte par un vieux chemin oublié à travers les châtaigniers. 2 brèves traversées de route plus tard, vous voilà dans la descente vers le Combayre.

DISTANCE : 15 km ★★★

TECHNICITÉ : ★★★

DÉNIVELÉ : D+ 500 m ★★★

LIEU DE DÉPART : Parking du Foirail

---

- **Informations :**

- Trail d'Aqui : Nicolas et Virginie CANTAGREL, [bonjour@traildaqui.fr](mailto:bonjour@traildaqui.fr) , facebook : @traildaqui ,  
instagram : traildaqui
- Service tourisme et environnement : [severine.devals@3clt.fr](mailto:severine.devals@3clt.fr) , au 05 65 48 29 02
- Relations Presse : [sabine.puech@3clt.fr](mailto:sabine.puech@3clt.fr) , au 05 81 63 08 65

---

*\* les 21 communes de la Communauté de Communes Comtal Lot et Truyère : Bessuéjols, Bozouls, Campuac, Le Cayrol, Coubisou, Entraygues-sur-Truyère, Espalion, Espeyrac, Estaing, Le Fel, Gabriac, Golinac, Lassouts, La Loubière, Montrozier, Le Nayrac, Rodelle, Saint Côme d'Olt, Saint Hippolyte, Sébrazac, Villecomtal.*