

8
11
mai

2024

week-end de
l'Ascension

Montagne
de Lure

Forcalquier
(04300)

1876

10^e
édition

THP

TRAIL DE HAUTE PROVENCE
l'aventure grandeur nature

PROGRAMME OFFICIEL

Rejoins-nous pour accueillir
la **Flamme Olympique**
le samedi 11 mai à 16h

© Olivier Vin

UTMB WORLD SERIES
QUALIFIER



ITRA INTERNATIONAL
TRAIL RUNNING
ASSOCIATION

MEMBER

#traildehauteprovence
#thpforever



INSCRIS-TOI SUR
myTHP.fr



Distilleries de Domains
24° Provence



RÉGION SUD, TERRE DE JEUX



« C'est ici, dans notre région, qu'il se passe quelque chose d'historique. Avec les épreuves de voile et de football des Jeux Olympiques et Paralympiques 2024 à Marseille et à Nice, nous montrerons au monde entier que le Sud est une terre de jeux. »

Renaud MUSELIER

Président de la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur
Président délégué de Régions de France

maregionsud.fr



COLLECTIVITÉ HÔTE



Dix ans ensemble et en grand !

Du 8 au 11 mai prochain, le THP revient pour sa 10e édition, plus grand, plus fort, plus intense que jamais ! Motivée à bloc, l'équipe organisatrice vous attend en pleine forme, prêts à vivre une expérience inoubliable, car cette édition marque non seulement une décennie de défis, mais aussi le début d'une nouvelle ère pour partager encore davantage les valeurs du sport.

Bénévoles, partenaires, accompagnants ou coureurs, nous voulons que cette Ascension soit gravée dans les mémoires, comme un feu d'artifice d'émotions et de performances. Imaginez : 4 jours d'adrénaline avec plus de 3000 athlètes face aux panoramas exceptionnels qu'offrent les sentiers de Forcalquier et de la Montagne de Lure. Un véritable bond en avant depuis les modestes 500 participants de la première édition en 2014.

Ce 10e anniversaire résonne comme une victoire, une clameur de survie face à la crise COVID et de montée en puissance, avec une fréquentation annuelle en hausse moyenne de 25%, attirant des passionnés du trail de 20 nationalités et de 93 départements français.

Nous avons tracé notre chemin, foulée après foulée, et maintenant nous sommes honorés de rejoindre le parcours de la Flamme olympique.

L'association de ces événements majeurs et de notre rendez-vous est accueillie comme un encouragement puissant. Un soutien qui, pour tout sportif, résonne comme un appel à redoubler d'efforts. Dans tous les domaines et en particulier pour contribuer encore plus à l'attractivité de notre territoire, à son dynamisme, à son développement durable et solidaire.

Le Trail de Haute Provence est fier d'initier ou de dynamiser des synergies entre ceux qui y vivent, ceux qui y vivront et ceux qui y passent. Dans le respect de sa biodiversité, reconnue par le classement en zone Natura 2000 par l'Union européenne et en réserve de Biosphère de l'UNESCO, nos parcours regorgent de sources d'inspiration.

Sublimés par quelques illustres enfants du pays, comme Jean Giono, les sentiers du Pays de Forcalquier et de la Montagne de Lure conduisent à des sommets insoupçonnés de l'union avec la Nature et du dépassement de soi. On s'y retrouve bientôt ? Pour écrire ensemble le prochain chapitre de l'épopée du THP ! 🏔️🔥

EDITO



PROGRAMME

MERCREDI

12h - 20h Village THP
Retrait des dossards toutes courses

17h00 Briefing d'avant course
pour le THP160 et le THP120

JEUDI

10h00 à 18h00 Village THP
Retrait des dossards toutes courses

16h00 Départs THP160 / THP120
THP80 / THP30

18h00 1ères arrivées THP30

20h00 Remise des prix THP30

21h00 DJ SET & STAND-UP

23h00 Dernières arrivées THP30

00h00 Fin de buvette et concert

VENDREDI

00h00 1ères arrivées THP80

06h00 Accueil Coureurs
Retrait des dossards THP50

06h45 à 07h00 Départ des
navettes THP50 vers Lardiers

06h30 1ères arrivées THP120

08h00 Départ THP50 - Lardiers

11h30 1ères arrivées THP160

12h00 Dernières arrivées THP80

12h00 à 14h00 Remise dossards
THP junior

13h00 1ères arrivées THP50

15h00 Départ THP junior du
centre ancien de Forcalquier

18h00 Départ THP10 / THP10 MN

19h00 Dernières arrivées THP50

19h00 Remise des prix
THP80, THP50

20h00 Remise des prix THP 10

21h00 DJ SET & STAND-UP

21h30 Dernières arrivées THP120

00h00 Fin de buvette et concert

SAMEDI

08h00 Accueil Coureurs - Retrait
dossards THP18 / marche solidaire

10h00 Départ THP18

10h05 Départ marche solidaire

11h10 1ères arrivées THP18

11h30 1ères arrivées marche solidaire

12h00 Dernières arrivées THP160

13h00 Remise des Prix THP160 /
THP120 / THP18 / marche solidaire

15h30 Départ du village trail pour le
centre ville

16h00 Passage de la flamme
Olympique

20h00 Grande soirée de clôture



THP FESTIVAL

Présente
REDØXMUSIC

DJSET STAND-UP Forcalquier

21h à l'Espace Culturel Bonne Fontaine

JEUDI 9 MAI

**GUASCO'
SACHA REDØX
MINEJAJA**

VENDREDI 10

**ROMAIN DARY
MAD / GUASCO' /
SACHA REDØX
QUENTIN FRIBURGER
& DUDLEY**

Entrée gratuite Food Trucks sur place



Guasco



Romain Dary

RED
ØX
SACHA



UN TERRITOIRE RÉUNI AUTOUR DU THP

La 10^{ème} édition, ça se fête ! Le Trail de Haute Provence revient en mai, dans les paysages authentiques de nos Alpes du Sud ! Toujours plus vite, plus haut, plus fort, cette année, la course aura des accents olympiques ! Il y en a aura aussi pour tous les goûts, et toutes les conditions physiques. Que vous soyez adepte de l'ultra-performance, ou juste là pour quelques kilomètres, vous trouverez forcément chaussure à votre pied ! Maintenant, à vos baskets ! Bonne course à tous et à tous !

Renaud MUSELIER

*Président de la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur
Président délégué de Régions de France*



Dix ans, ça se fête ! Pour célébrer cet anniversaire hautement symbolique, le Trail de Haute Provence pouvait-il rêver mieux que cette année 2024 ? Avec le passage de la flamme olympique à Forcalquier le samedi 11 mai, à quelques semaines de l'ouverture des Jeux de Paris 2024, l'événement prend une tout autre ampleur ! La Ville a souhaité associer le THP à ce moment unique dans l'histoire de la commune. La Flamme dans nos rues, c'est une image que nous ne verrons probablement qu'une fois dans nos vies ! Alors profitons-en pleinement !

Faire du Pays de Forcalquier une véritable terre de sport, telle est notre ambition ! Devenu un rendez-vous incontournable, le Trail de Haute Provence symbolise cette image lui qui véhicule les valeurs de dépassement de soi et de désir de performance. Le THP offre également une magnifique vitrine à notre territoire aux yeux de ses milliers de participants venus du monde entier. Pour toute ces raisons, le THP 2024 est soutenu avec fierté par la Ville de Forcalquier et la communauté de communes Pays de Forcalquier – Montagne de Lure.

David GEHANT

*Maire de Forcalquier
Président de la CCPFML
Vice-président de la Région Sud*

Par la diversité des courses proposées, le Trail de Haute-Provence se positionne comme un événement sportif majeur : en cela, il bénéficie ainsi chaque année d'un soutien du Département pour permettre son déroulement dans les meilleures conditions.

Riche de ses paysages, de son ensoleillement et de ses itinéraires de sentiers balisés et entretenus, le Département des Alpes de Haute-Provence constitue un formidable terrain de jeu pour les sportifs et leurs accompagnants.

A ce jour, ce sont en effet 7 000 km de sentiers qui vous permettent de découvrir l'ensemble de notre territoire en randonnée, à VTT, à cheval ou en courant. Parmi ces itinéraires, 250 km sont dédiés à la pratique du trail : des parcours de la Provence aux Alpes, pour vous permettre d'atteindre vos meilleures performances ou de simplement découvrir la beauté de notre département.

Cette année 2024 est par ailleurs une année particulière pour les Alpes de Haute-Provence : placée sous le signe du sport et de l'olympisme, elle accueillera deux événements majeurs :

- le 11 mai, le département accueillera le passage de la flamme olympique

- le 19 juillet, la vallée de l'Ubaye accueillera le Tour de France

En espérant vous retrouver à l'occasion du Trail de Haute Provence et de ces deux événements, je vous souhaite une belle course et un agréable séjour sportif dans les Alpes de Haute-Provence.

Eliane BARREILLE

Présidente du Département des Alpes de Haute-Provence

OFFICE DE TOURISME FORCALQUIER HAUTE-PROVENCE

À mi-chemin entre Alpes et Méditerranée, entre Lure et Luberon, le pays de Forcalquier-Montagne de Lure forme le carré magique de la Haute Provence. Tantôt âpre et sauvage, tantôt doux et serein, c'est la diversité de ses reliefs qui fait le charme de ce territoire et engendre chez le visiteur un plaisir toujours renouvelé.

C'est un terrain de jeu naturel et exceptionnel. On y pratique en toutes saisons des activités outdoor pour toute la famille : randonnée pédestre, équestre, cyclisme, VTT et bien sûr le trail !

L'« **Espace Trail Forcalquier-Lure** » emprunte en grande partie des tronçons du Trail de Haute Provence.

Découvrez aussi notre beau pays depuis les airs avec **France Montgolfières**. Un tour en ballon offre une expérience unique et inoubliable. C'est idéal pour profiter en douceur de nos beaux paysages et aller chercher les étoiles au **centre d'astronomie de Saint-Michel- l'Observatoire**.

La route des senteurs et des saveurs vous offre ses produits incomparables : fromages de chèvre et de brebis, miels, huile d'olive, truffe, petit épeautre, apéritifs à base de plantes dont le célèbre pastis Bardouin...

C'est aussi une terre où de **nombreux artistes et artisans** d'art ont posé leur chevalet, inspirés par les paysages et l'éclat de la lumière si particulière.



QUELQUES IDÉES POUR LE WEEK-END !

Samedi 11 mai 2024 à Forcalquier
Village olympique - à partir de 14h sur la place Martial Sicard avec des animations sportives (karaté, football, badminton...)

Passage de la flamme olympique à Forcalquier
16h30 Départ de la piscine
17h10 arrivée place Sicard

Concert et feu d'artifice - Forcalquier
à partir de 20h sur la place du Bourguet.

Marché producteurs locaux - Forcalquier
Jeudi après midi au centre de la ville

Grand marché Provençal - Forcalquier
Lundi matin au centre de la ville

Vivez l'expérience Pays de Forcalquier-Montagne de Lure

Quoi de mieux que le Parc Naturel Régional du Luberon, et le massif de la montagne de Lure pour découvrir le trail ? Quel que soit votre objectif (loisir ou entraînement pour des compétitions), nos séjours ont été conçus pour allier plaisir de la discipline et beauté des paysages.

www.haute-provence-tourisme.com/fr/trail-running

RÉSERVEZ
ICI !



MERCREDI

8 MAI



Aujourd'hui, c'est férié... mais pas chômé à Forcalquier. Dixième anniversaire du Trail de Haute Provence oblige, c'est toute la ville qui se met à résonner au rythme de l'évènement sportif de l'année. Un tempo qui est amplifié par les préparatifs du passage de la Flamme olympique et paralympique, prévu samedi vers 16h.

Les premiers participants sont accueillis dans la joie et la bonne humeur au Village THP. Pour le retrait des dossards et pour aller à la rencontre des exposants qui proposent des produits du terroir ou des articles de trail. Comme à la boutique THP, où l'on récupère les commandes des textiles "collector" effectuées en ligne.

12h00 - 20h00

Ouverture du village

Retrait des dossards

17h00

Briefing d'avant course
pour le THP160
et le THP120



ALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE



Bienvenue dans les Alpes de Haute-Provence, vous avez choisi notre territoire pour pratiquer votre activité, préservons ensemble notre terrain de jeu !

Vous êtes passionné(e) de sports outdoor ? Randonnée, Trail, Running, VTT et Cyclo, Ski de randonnée, OUTDOORVISION est un programme innovant, à but non lucratif, issu d'un partenariat entre des territoires et des fédérations sportives destiné à mieux connaître et préserver les sites ou itinéraires de pratique.

Comment participer ? Rendez-vous sur [outdoorvision.fr](https://www.outdoorvision.fr) pour partager vos tracés GPS soit en connectant votre compte Garmin Connect™, Suunto APP (Appli Suunto), Polar Flow ou Decathlon à notre plateforme Outdoorvision soit en nous communiquant directement vos tracés GPS.





Run the League Race to TAHITI

1. Etre **FINISHER**

sur les épreuves suivantes :

- Trail de Haute Provence : THP160
- Tiger Balm Ultra : ULTRA 170
- Deux nouvelles épreuves 160km (1/4 Sud Est de la France) annoncées cet été

Je dois avoir terminé les 4 épreuves sur une durée max de 24 mois entre la première et la dernière, peu importe l'ordre.

2. Une fois que j'ai validé mes 4 épreuves,

je postule pour la **Ligue ULTRA® Finals** de l'année de mon choix.

3. Un tirage au sort sélectionne au maximum 100 personnes pour un pack comprenant :

Billets d'avion AR Paris / Papeete + Dossard gratuit pour la Ligue ULTRA® Finals



Si vous n'êtes pas sélectionné, votre ticket reste valable 3 ans.
Chaque année supplémentaire double vos chances d'être tiré au sort.

JEUDI 9 MAI

Il est 10h quand le Village THP ouvre ses portes. On s'y presse pour la récupération des dossards. Le compte à rebours est déjà enclenché pour tous ceux qui se préparent à passer pas mal de temps sur les sentiers : coureurs et bénévoles.

A 16h, on entre dans le vif du sujet, avec le départ au centre ville du THP30 et des trois ultras trails THP160, THP120 et THP80.

Les premiers du THP30 sont attendus vers 18h et les derniers autour de 23h. Entre temps, alors que certains progressent dans la nuit, d'autres se retrouvent au Village THP pour écouter le concert qui débute à 21h. Il y a du monde à la buvette mais ne tardons pas. A minuit, on ferme ! Les coureurs continuent. Sauf les premiers du THP80 qui commencent à arriver.



10h00 - 18h00

Ouverture du village

Retrait des dossards



DJSET
21h00 - Minuit
Entrée gratuite

l'ECBF à Forcalquier

GUASCO'
SACHA REDOX
MINE JAJA





Grand départ

THP 160/THP120/THP80/THP30

à partir de 16h00

Forcalquier
CENTRE-VILLE

**VENEZ LES
ENCOURAGER !**

PREMIÈRES ARRIVÉES

● 18h00 : THP30

● 00h00 : THP80

REMISE DES PRIX

● 20h00 : THP30

DERNIÈRES ARRIVÉES

● 23h00 : THP30



160 km / 7 200m +

Ose cette distance mythique !
20 km sur les crêtes de Lure suspendu en l'air et dans le temps tel un funambule.
Des vues à 360° à couper le souffle. Variété de terrains et de paysages. Villages pittoresques. Ravitaillements chaleureux et animés !
Compte pour la LIGUE ULTRA



120 km / 5800m +

Nouveau parcours ! Un étape parfaite pour progresser sur le long, tout en découvrant un concentré de Provence.
Tu profites du passage sur les crêtes de Lure et des vues à 360°, de la variété de terrains et des ravitaillements chaleureux.



80 km / 3 450m+

Le ou la plus rapide arrivera à minuit ! Le dernier arrivera le lendemain matin.
THP80 c'est l'occasion de faire un Ultra en passant une nuit dehors avec une distance raisonnable et parfait pour acquérir de l'expérience pour de plus grands ultras.
Compte pour le challenge des Trails de Provence (Ultra)



30 km / 1 200m+

Conçu aussi bien pour les sportifs confirmés que les débutants, ce parcours rapide est parfait pour s'essayer à de plus grandes distances en trail! Le THP30 est retenu sur la liste des 12 courses labellisées par la Fédération française d'athlétisme. C'est l'étape du Challenge National Trail, dans la catégorie trail court de moyenne montagne. L'épreuve compte aussi pour le challenge des Trails de Provence (court)



VENDREDI 10 MAI

Depuis minuit les trailers du THP80 franchissent la ligne d'arrivée et le jour se lève sur Forcalquier.

C'est le moment, entre 6h et 7h, pour les participants du THP50, de retirer leur dossard et de prendre une des navettes les conduisant à Lardiers, pour le départ de la course à 8h.

Le départ du THP50 lance le grand chassé-croisé des arrivées et des départs qui va durer toute la journée. A 15h, s'élancent les enfants et ados inscrits au THP junior. A 18h, c'est le départ pour les trois déclinaisons du THP10.

A 19h, tous ceux qui ne sont pas sur les sentiers sont attendus pour la remise des prix des THP80 et THP50.

Retransmission
sur
écran géant
& plateau télé



PREMIÈRES ARRIVÉES

- 06h30 : THP 120
- 11h30 : THP160
- 13h00 : THP50

DERNIÈRES ARRIVÉES

- 12h00 : THP 80
- 18h00 : THP50
- 21h30 : THP120

REMISE DES PRIX

- 19h00 : THP80
- 19h00 : THP50
- 20h00 : THP10

**DJSET
STAND-UP**

21h00 - Minuit

Entrée
gratuite



à l'ECBF à Forcalquier

**ROMAIN DARY / MAD
GUASCO' / SACHA REDOX
QUENTIN FRIBURGER
& DUDLEY**



QUALIFIER 50K M

iTRA 3



06h00

Ouverture du village

Retrait des dossards

Départ à 8h

Lardiers - Salle des fêtes

Notre grand marathon permet d'admirer le sommet de la montagne de Lure et de découvrir le cœur de la Provence, de ses paysages et de ses villages emblématiques. 50 kilomètres c'est un sacré objectif, go go go !

Compte pour le challenge des Trails de Provence (trail long)

06h45 à 07h00 départ des navettes vers Lardiers à partir du village THP

Départs à partir de 15h00

Forcalquier - centre ville

12-13 et 14-15 ans = 3,3 km

10-11 ans = 1,1 km

<10 ans = 0,5 km

Les enfants sont de retour sur le THP en ces jours de fête. De 3 à 15 ans, il y a forcément une distance qui leur convient. Profitant du pont de l'Ascension dans la plupart des établissements ou à la sortie des classes pour certains, les futurs champions et tous les autres vont se faire plaisir.



MERCI!



Départ à 18h

Forcalquier

Découvre le pays de Forcalquier, le monde du Trail et la Provence en seulement 10 kilomètres. Ce sera aussi le parcours pour le challenge entreprise (THP10 pro) : monte ton équipe (minimum 5) autour d'un petit défi sportif !

Viens t'initier à la marche nordique sur un parcours accessible à tous !
Profite du site géologique exceptionnel des Mourres pour un souvenir inoubliable !

SAMEDI

11 MAI

Attention, c'est samedi ! La quatrième et très grosse journée du 10e anniversaire débute avec l'arrivée des derniers concurrents de THP160, attendus vers 7h. A 9h les coureurs du THP18, Les Mourres sont invités à retirer leur dossard. Comme ceux de la Marche solidaire, un rendez-vous existant depuis la création du Trail de Haute Provence. Cette épreuve non chronométrée et sur 10 km, est prévue cette année afin de récolter des fonds destinés à l'association locale « Cœur d'Ange » qui a pour but d'aider les enfants atteints d'une affection de longue durée. Les départs de ces deux courses sont programmées respectivement à 10h05 et 11h10.

Les 1ers concurrents du THP18 sont attendus à 11h10 et ceux de la Marche Solidaire à 11h30. Ce qui laisse un peu de temps pour se préparer à la remise des prix, à 13 heures, des dernières courses, soit les THP160, THP120 et THP18 et la Marche solidaire.

A 16h, tout le monde se retrouve pour le passage de la Flamme olympique et on finit la journée en beauté avec la grande soirée de clôture : feu d'artifice et concert à partir de 20h.

Venez nombreux !

PREMIÈRES ARRIVÉES

- 11h10 : THP18
- 11h30 : marche solidaire

DERNIÈRES ARRIVÉES

- 12h00 : THP160

REMISE DES PRIX

- 13h00 : THP160
- 13h00 : THP120
- 13h00 : THP18

ACHETER - VENDRE - LOUER - GÉRER

Estimation de votre bien en 48h

CENTURY 21®

Provence Immobilier

Place de Verdun

04300 FORCALQUIER

04 92 75 16 91 - provence.immobilier@century21.fr
www.immobilier-forcalquier.com - www.century21.fr





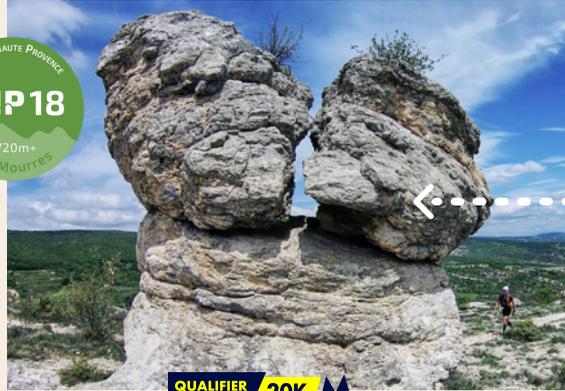
08h00

Ouverture du village

Retrait des dossards

Départ à 10h Forcalquier - village THP

Trail court et rapide.
Parfait pour faire une performance sur petite distance ou s'essayer au trail pour les néophytes
Profitez du site géologique exceptionnel des Mourres pour prendre une photo souvenir inoubliable !
Compte pour le challenge des trails de Haute-Provence



QUALIFIER 20K M



Départ à 10h Forcalquier - village THP

Viens marcher pour soutenir l'association **un coeur d'Ange** !
Accessibles à toutes et tous dès 14 ans, le THP solidaire a pour but d'offrir un aperçu du pays de Forcalquier, du monde du Trail et de la Provence et ce en seulement 10 kilomètres.
Viens notamment découvrir le site des Mourres au détour d'une marche solidaire !



SOIRÉE DE CLÔTURE !

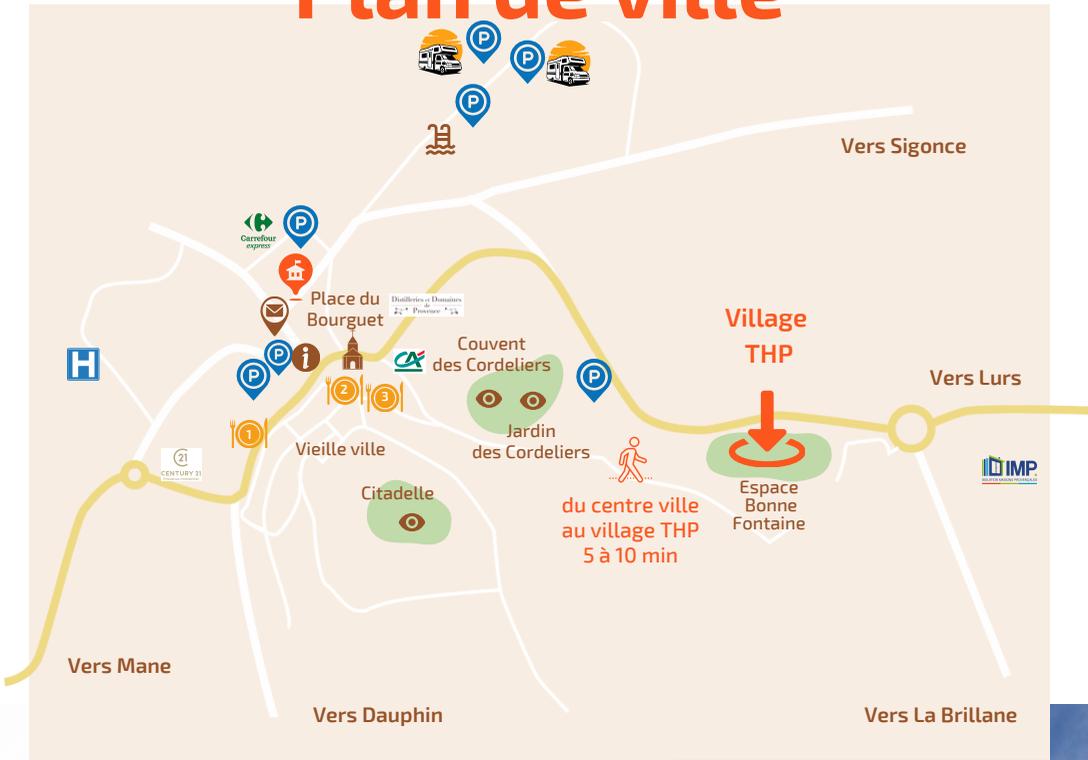
Organisé par la mairie de Forcalquier

16h30 : Passage de la flamme Olympique
Départ de la piscine - 17h10 arrivée place Sicard

20h00 : Concert et feu d'artifice
Place du Bourguet

**VENEZ
NOMBREUX !**

Plan de ville



Citadelle
de Forcalquier
Chapelle
Notre-Dame
de Provence
et le carillon



où manger ?

En dehors de la buvette, des foodtrucks et des repas coureurs & accompagnants au village THP, nous vous proposons une petite sélection de nos restaurants préférés !



L'ESPERLUETTE ①

Cuisine maison et de saison.
Profitez d'une terrasse ombragée et de la sélection de vins en accords.
Le midi - du lundi au vendredi - 12h/14h
Le soir - du mardi au vendredi - 18h/22h
Tel : 04 92 72 53 67



AIGO BLANCO ②

Cuisine française.
Une table populaire en plein coeur du quartier ancien, pour un moment agréable, simple et authentique.
Ouvert 7/7 Midi & Soir
Tel : 04 92 75 27 23



FIGURE D'ANCHOIS ③

Restaurant italien
Pizzeria - Ristorante
Toute l'Italie dans votre assiette !
Ouvert midi & soir tous les jours
sauf le mercredi
Tel : 04 92 79 90 53

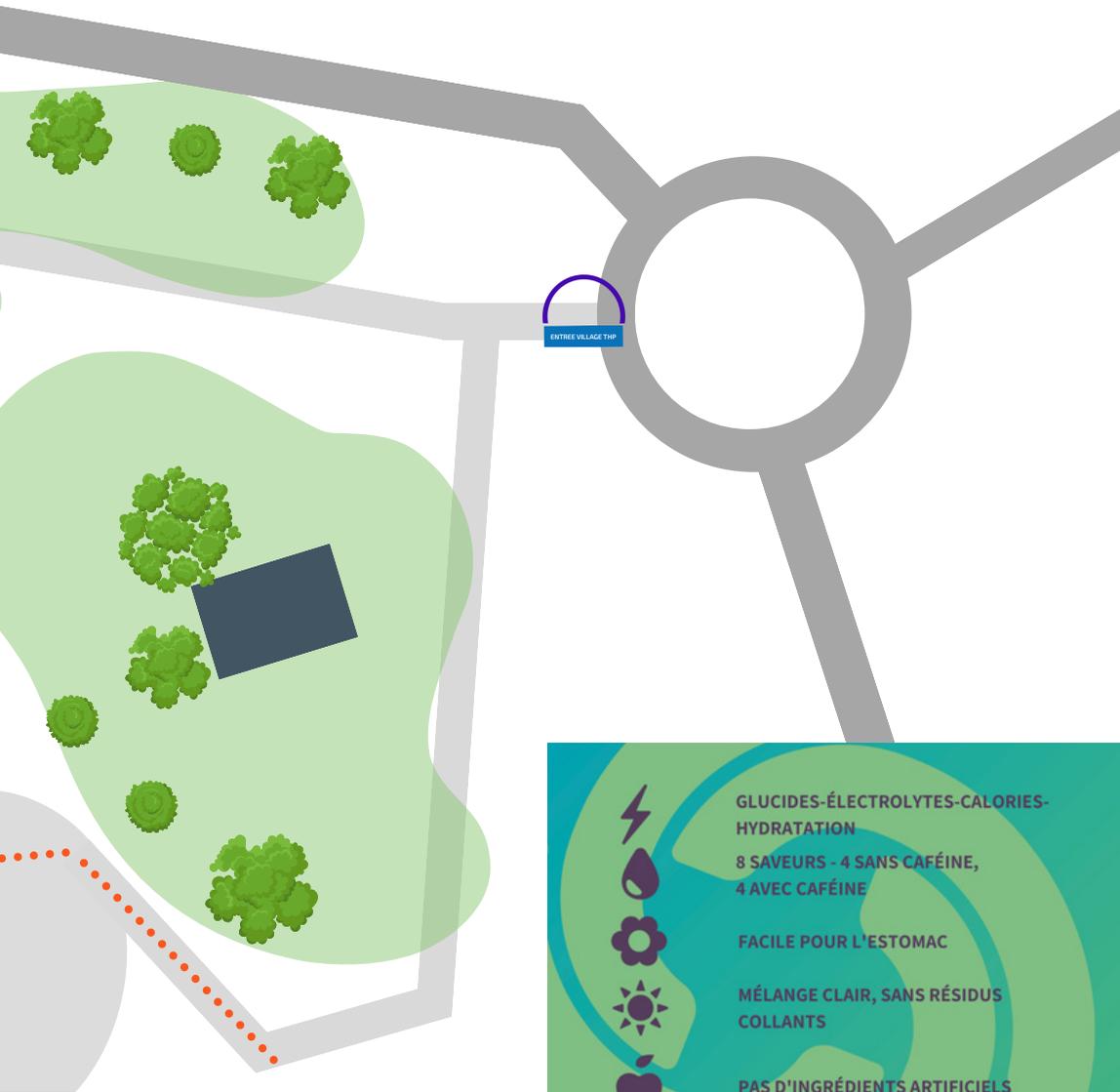
et pour un apéro, une petite pause ?

CAFÉ L'HÔTEL DE VILLE

Pour une pause café au soleil
ou un apéro sur la grande
place de la ville
Ouvert 7j/7

LUCKY

Pour une halte sur une terrasse
typiquement provençale !
Ouvert 7j/7



ESPACE SOIN

dédié aux coureurs !
Ostéopathe (IFOGA)
Kinésithérapeutes



GLUCIDES-ÉLECTROLYTES-CALORIES-
HYDRATATION

8 SAVEURS - 4 SANS CAFÉINE,
4 AVEC CAFÉINE

FACILE POUR L'ESTOMAC

MÉLANGE CLAIR, SANS RÉSIDUS
COLLANTS

PAS D'INGRÉDIENTS ARTIFICIELS

SANS GLUTEN | NON-OGM | VEGAN | SANS SOJA et LAIT
www.tailwindnutrition.fr

 **tailwind**[®]
NUTRITION

- MAI TRAIL DE HAUTE PROVENCE ●
- JUIN FAITES DU LAC DE SAVINES-LE-LAC ●
- JUILLET FESTIVAL MUSIKS DE MANOSQUE ●
- SEPTEMBRE ALPES MOTO FESTIVAL ●

BFM
DICI

VOTRE RÉFLEXE INFO LOCALE

TNT 31

bouygues 358/363

SFR 287/288

orange™ 389/390

free 334/335



DISPONIBLE SUR SITE ET APP



RMC
EN DIRECT
ET EN PODCAST
SUR L'APPLICATION

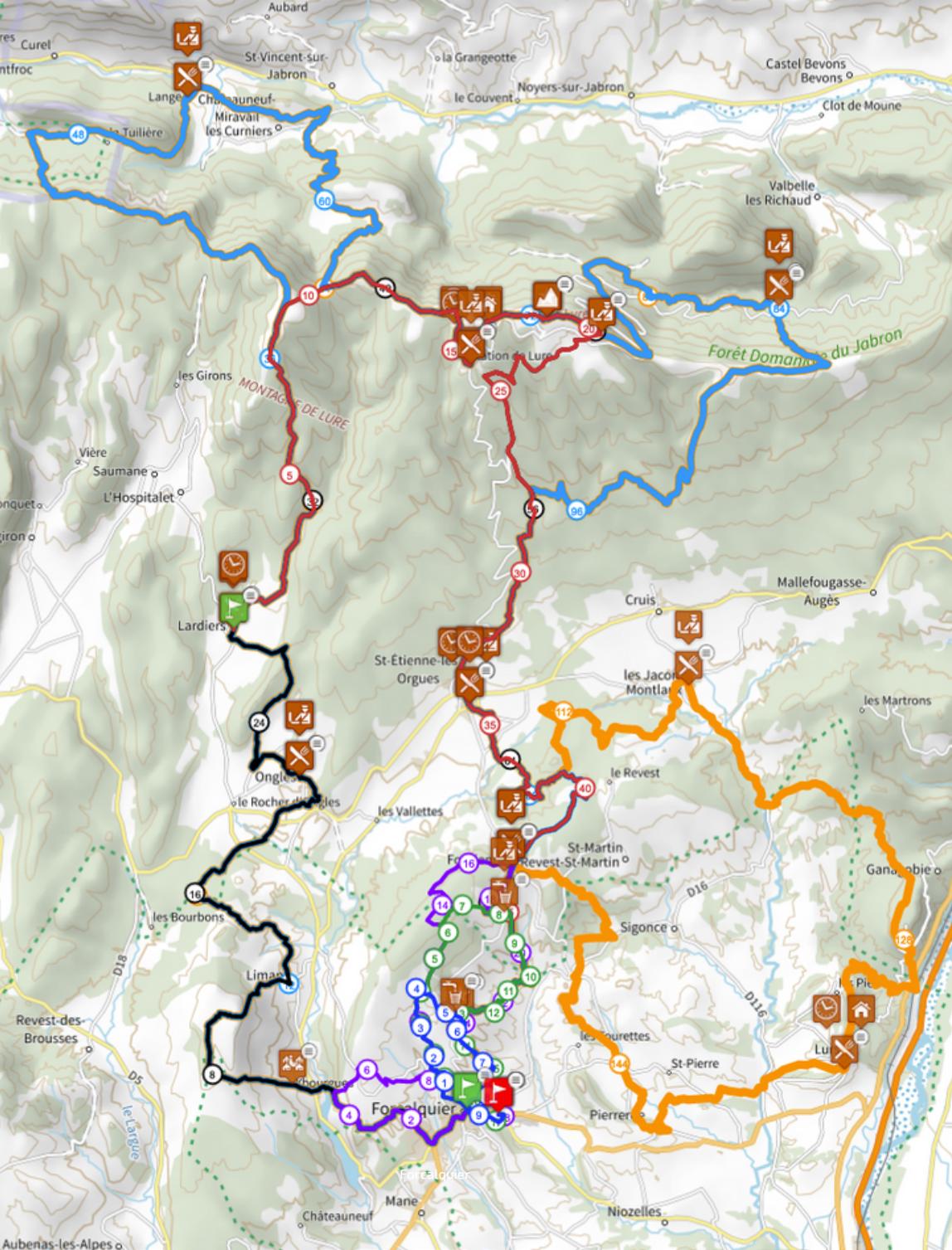
TÉLÉCHARGEZ
L'APPLICATION

RMC
INFO TALK SPORT



**"Ne limite pas tes défis.
Défie tes limites !"**





Tu peux suivre ton/tes coureurs
à partir du site myTHP : rubrique
"THP live"

**SUIS LES COUREURS
EN LIVE !**



THP EN LIVE

Trail de Haute Provence 2024 en direct sur TV8 Mont-Blanc.

Nous vous proposons 2 fois 4 h de live à partir de 08h45 le vendredi 10 mai, pour suivre l'évolution des courses du Trail de Haute Provence.

Ce sera aussi l'occasion de découvrir les paysages sublimes que proposent les tracés du THP au cœur du Pays de Forcalquier – Montagne de Lure, nichés au cœur de la Provence. Stay tuned !

TV8 Mont-Blanc est accessible sur l'ensemble des box télécoms : Orange (canal 30 et 343), Bouygues (canal 30 ou 318), SFR (480 ou 600), Free (30 ou 902), sur le canal 31 de la TNT en Savoie et Haute Savoie. Le live sera également accessible sur les pages Facebook de 8 Mont Blanc et du THP, ainsi que sur le site web 8montblanc.fr

Toute l'actualité du THP sera à suivre sur BFM DICI.

Rendez-vous sur BFM DICI, votre chaîne dédiée aux Alpes du sud et à la Haute-Provence.

Info locales, météo, trafic, sport, 24h/24 et 7jours/7 sur votre télé et votre smartphone.

Retrouvez BFM DICI canal 31 sur la TNT, sur toutes les box et sur son application gratuite

A bientôt sur les sentiers du THP pour vivre, en direct, l'aventure grandeur nature



Haute-Provence

L'accent du territoire depuis 1937

Partenaire du THP depuis sa création !

Actualité - politique - faits divers - culture
Tous les vendredis en kiosque
et sur hauteprovenceinfo.com



Télécharger gratuitement

Haute-Provence 



THP academy

le stage de trail



Session d'été
du 21 au 23 juin 2024

Inscris-toi!

DES MINÉRAUX AVANT, PENDANT ET APRÈS L'EFFORT



C'est parce qu'elle apporte naturellement des minéraux, du sodium et des bicarbonates que St-Yorre est l'eau choisie par les trailers pour s'hydrater.

WWW.ST-YORRE.COM – REJOIGNEZ LA COMMUNAUTÉ SUR  STYORRERUNNING

Passionnés de trail et de sport en général, amoureux de la nature avec l'envie de partager notre territoire, le Pays de Forcalquier – Montagne de Lure* situé au cœur de la Provence, nous avons créé en août 2013, Outdoor Events In Provence, une association loi 1901, pour porter le projet du Trail de Haute Provence (THP). Outdoor Events In Provence s'est donné comme mission d'inspirer et d'innover chaque jour pour un Pays* en créant un événement fédérateur de valeurs, répondant à des enjeux de développement durable sur les plans économique, environnemental et social.

Valeurs sportives

A transmettre au plus grand nombre : des enfants, aux débutants jusqu'aux coureurs expérimentés.

Dépassement de soi avec des parcours techniques et physiques.

Découverte des espaces naturels : Parc naturel régional du Luberon – Sites des Mourres – Montagne de Lure...

Accessible au plus grand nombre avec une variété de parcours.

Préservation de la nature

Objectif 0 déchet

En collaboration avec la communauté de communes, nous travaillons à une gestion raisonnée des déchets.

Poubelles en nombre, « Balade Verte » pour nettoyer les parcours, proposition de co-voiturage.

Zone Natura 2000

La Montagne de Lure est une zone sensible avec des points de vue splendides à 360° et 5 000 ha protégés.

Un code de bonne conduite : respect de la faune et de la flore, cohabiter avec les autres usagers, ne pas revenir courir sur les sentiers privés du THP.

Solidarité

THP solidaire - Marche solidaire ouverte à toutes et tous.

15 000 € versés depuis l'origine à la cause nationale défendue par le THP.

Cette année, le THP solidaire soutient une association locale **un coeur d'ange**.

Valorisation du bénévolat

L'association Outdoor Events In Provence poursuit son soutien au bénévolat à travers le THP !

Elle continue à valoriser les bénévoles du THP par un soutien financier à leurs associations.

Ainsi, Outdoor Events In Provence fera un don aux associations représentées par leurs membres dans l'organisation de l'événement, proportionnel au nombre d'heures passées (1h = 1€).

A ce jour, l'ensemble des postes sur la semaine de l'événement représente 3 650 heures.

LES CHIFFRES CLÉS DU THP

48%



52%



> 3 000
inscrits



75 000 km
parcourus par tous
les finishers 2023

400

bénévoles
(merci!)



+30%
de participants
Vs 2023



93 départements
28 nationalités



La Boutique THP

Retrouvez la nouvelle collection de textiles THP, des promotions sur les collections des années précédentes et **une sélection de produits du Pays de Forcalquier-Montagne de Lure !**



T-shirt
Collection THP/Kinetik



Sac gilet
Collection THP/Kinetik



Chaussettes
Collection THP/Kinetik



Bob
Collection THP/Kinetik



Sweat
Collection THP



Veste hybride
Collection THP



Sweat
Collection THP



T-shirt
Collection THP



PROMOS !



Bandeau fin
coolnet THP by Buff®



Tour de cou
THP by Buff®



Bandeau large
coolnet THP by Buff®



Bonnet
coolnet THP by Buff®



Apéritifs Distilleries
et Domaines de Provence



Produits de nutrition
Tailwind

STAND
au village THP

23

novembre

2024

THP winter

fais ta trace

40 km
2200 m D+

W40

25 km
1300 m D+

W25

13 km
700 m D+

W10

Départs & Arrivées
Station de Lure
(04230)

Dernière manche
du Challenge des Trails
de Provence 2024 !

UTMB WORLD SERIES
QUALIFIER **M**

iTRA INTERNATIONAL
TRAIL RUNNING
ASSOCIATION
MEMBER



#thpwinter
#traildehauteprovence

INSCRIS-TOI SUR
myTHP.fr



REGION
SUD PROVENCE
ALPES
CÔTE D'AZUR

FOCALQUIER-LURE
COMMUNE DE LA CÔTE D'AZUR

ALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

S-Yorre

Dernière manche
du Challenge



myTHP.fr

Comité d'organisation de l'événement

Direction de la Course : Vincent GUILIANI
Responsable Bénévoles : Florence GAVREL
Responsable Sécurité, Secours et Médical : Céline BONO
Communication : Vincent GUILIANI / Marie SPINNATO
Relations Partenaires : Vincent GUILIANI
Responsable Parcours : Pascal Favrole
Responsable Village THP : Sandrine Lèbre
Responsable logistique : François SCHAAL
Resp Administratif et Éthique : Florence GAVREL

Responsables sur le village THP

Inscriptions / Dossards : Florence GAVREL / Anaïs TETU
Ravitaillements : François SCHAAL / Jeff BELZUNCE
Gestion de la logistique : François SCHAAL / Jeff BELZUNCE
PC Course : Céline BONO / Claire CHAVRIER
Coordinations médecins : Céline BONO
PC Ordre Public : Florence GAVREL
Responsable pôle soins : Pierre REBILLARD
Responsable pôle photos : Olivier VIN
Espace organisation : Florence GAVREL / Noëlla LEDUC
Repas coureur / Buvette : Christophe NEMARD
Récompenses - Sacs coureurs : Florence GAVREL
Responsable images vidéos : Vincent GUILIANI

UN GRAND MERCII !

aux bénévoles qui sont présents à chaque édition du Trail de Haute Provence pour donner vie à cet événement. Ils font partie intégrante de l'organisation et sont indispensables au bon déroulement des épreuves. Ils participent activement au succès et à la qualité de l'évènement ; ils seront près de 400 pour cette 10ème édition du THP.

Responsables Bénévoles sur les secteurs

Léonie GOUTET / Antoine RIPOLL / Pascal FAVROLE / Bruno CANTONNE / Anne-Marie CHABAUD / Noëlla LEDUC / Carine CRISCUOLO // Olivier VIN / Luc ARMAND / Michel VINCENT / Aurélien BERMOND / Yvon LABOUREL / Sandrine LEBRE / Gérard LAME / Robert USSEGLIO / Alain GAU / Anaïs TETU / Lorianne TETU / François SCHAAL / Anny SILVE / Gilbert BOYER / Bénédicte MEUROT / Christophe NEMARD / Pierre REBILLARD / Françoise REYNE / François CAPOEN / Philippe BAVEREY / Jérôme LUCCIONI / Carine CRISCUOLO

THP Live

SporTimers : Henri et Adeline
Images Vidéos : Stéphane LIOGIER les Films du Grand Large
TV8 - Mont-Blanc : Pierre BOUCAUD
Photos : Olivier VIN
VIP et Protocole : Vincent GUILIANI
Speakers : Sébastien GEORGES-LOPEZ & Ugo FERRARI
Sonorisation du Village THP : Cédric PADOVANNI / Gaël RAMELET
Gestion des hébergements : Vincent GUILIANI
Prévision Météo : Céline BONO / Didier LANNE
Responsable Juge Arbitre : Luc ARMAND
Contrôle anti-dopage : Céline BONO
Télévision : BFM DIC1 / TV8 Mont-Blanc
Radio : RMC
Presse : Jean-Luc ICARD – Haute Provence Info
Réseaux Sociaux : Marie SPINNATO
Site internet : Vincent GUILIANI / Marie SPINNATO
Graphisme : Marie SPINNATO
Relations Presse : Renaud GUILIANI



PARTENAIRE MAJEUR



PARTENAIRES OFFICIELS



FOURNISSEURS OFFICIELS



PARTENAIRES



PARTENAIRES MÉDIAS



PARTENAIRES HÉBERGEURS



Edition 2025

THP

TRAIL DE HAUTE PROVENCE
l'aventure grandeur nature

29

mai

1

juin

2025

OFFRE
PACK THP
-10%

Tu as ou vas participer à un des événements THP en 2024 (Trail de Haute Provence, THP academy ou THP winter), nous sommes heureux de te proposer une remise de 10% pour ton inscription sur le Trail de Haute Provence 2025 !

Remise automatique lors de l'achat de ton dossard 2025.