



16 ESPACES NORDIQUES DES PYRENEES

"LES PYRENEES, PLUS QU'UNE MONTAGNE UN PAYS"

www.espacesnordiques-lespyrenees.net

DOSSIER DE PRESSE 2008-2009

RENSEIGNEMENTS PRESSE

Laurence de Boerio

172 chemin de Gabardie - 31200 Toulouse

Tél. 06 03 10 16 56 - Fax : 05 61 26 08 48

rp@deboerio.net

Pyrénées, décembre 2008

SOMMAIRE

LES ESPACES NORDIQUES, POUR LES AMOUREUX D'AUTHEENTICITE

DES ESPACES PRESERVES	P 3
UN ATOUT POUR L'ECONOMIE DE LA MONTAGNE EN HIVER	P 4
UNE DEMARCHE COMMUNE ENGAGEE DEPUIS PLUS DE 10 ANS	P 4
UNE ACTIVITE PLEINE NATURE ET ECONOMIQUE	P 5

LES ESPACES NORDIQUES, DES MOMENTS A PARTAGER

LE SKI DE FOND	P 6
LE BIATHLON	P 7
LES RAQUETTES	P 7
MARCHE A PIED, MARCHE NORDIQUE, TRAINEAUX A CHIENS...	P 7
LA LUGE, UNE ACTIVITE A PART ENTIERE	P 7

AU FIL DES PYRENEES, 16 ESPACES NORDIQUES A DECOUVRIR

PYRENEES ATLANTIQUES	IRATY	P 8
	ISSARBE	P 8
	LA PIERRE SAINT MARTIN	P 8
	LE SOMPORT - CANDANCHU	P 9
HAUTES PYRENEES	VAL D'AZUN	P 9
	CAUTERETS PONT D'ESPAGNE	P 9
	HAUTACAM	P 10
	CAMPAN - PAYOLLE	P 10
	NISTOS	P 10
ARIEGE	ETANG DE LERS	P 11
	BEILLE	P 11
	LE CHIOULA	P 11
	MIJANES DONEZAN	P 11
PYRENEES ORIENTALES	CAPCIR	P 13
	LES ANGLES	P 13
	FONT ROMEU / PYRENEES 2000	P 13

ANNEXES

COORDONNEES DES ESPACES NORDIQUES

P 13

CARTE

P 16

HISTOIRE DU SKI NORDIQUE

P 17

LES ESPACES NORDIQUES POUR LES AMOUREUX D'AUTHENTICITE

Entre Atlantique et Méditerranée, 16 Espaces Nordiques au cœur des Pyrénées et de ses paysages grandioses, attendent les amoureux de nature qui désirent vivre un véritable moment de détente et de convivialité en pratiquant une activité sportive et ludique.

Ski de fond, promenade à pieds, raquettes, marche nordique, luges, chiens de traîneaux, biathlon, ski joëring... sont autant d'activités de glisse ou chacun peut progresser à son propre rythme. Ce sont également la promesse d'émotions et de plaisir sans cesse renouvelés, des activités de nature non stressantes au travers desquelles chaque individu peut se réaliser. Que l'on soit sportif ou adepte du farniente, chacun peut y vivre à son rythme et suivre ses envies. Loin de la foule et des pistes très fréquentées, les 16 Espaces Nordiques Pyrénéens offrent la plus motivante et la plus naturelle des glisses hivernales.

DES ESPACES PRESERVES

Iraty, Issarbe, La Pierre Saint Martin, Le Somport-Candanchu, Val d'Azun, Cauterets - Pont d'Espagne, Hautacam, Campan-Payolle, Nistos, Étang de Lers, Beille, Le Chioula, Mijanès-Donzan, Font-Romeu Pyrénées 2000, Les Angles, Capcir... autant de noms qui évoquent la diversité des Pyrénées et l'authenticité de villages bien implantés dans leur région, soucieux de respecter leur environnement naturel.

Ils sont tous situés à proximité ou dans des espaces naturels ou des zones protégées (Parc National des Pyrénées, Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes) et permettent ainsi de jouir pleinement de spectacles -cascades, plateaux, pics, forêt, panoramas...- tous plus magiques les uns que les autres.

Espaces intacts, neige immaculée, paysages silencieux, telle est sans doute la meilleure définition de ces 16 sites d'exception qui proposent 933 kilomètres de pistes balisées et sécurisées à proximité de vallées et de villages paisibles où l'on trouve des hébergements de caractère. Venir dans l'un des 16 Espaces Nordiques des Pyrénées permet de se ressourcer, de rompre avec le quotidien, de se retrouver tout simplement en famille ou entre amis sur les pistes et dans les espaces ludiques et plus tard dans la journée, dans un centre de remise en forme ou autour d'une spécialité montagnarde.

UN ATOUT POUR L'ECONOMIE DE LA MONTAGNE EN HIVER

Depuis plus de quarante ans, la montagne en hiver représente un enjeu économique important. La mise en marché et la promotion des sports d'hiver se sont longtemps basées sur la seule accroche "ski de pistes". Or aujourd'hui, le maintien de l'activité des stations de sports d'hiver nécessite du professionnalisme, des espaces et des services mais surtout une adaptation permanente aux attentes des clients dans un contexte de concurrence internationale toujours croissante.

Les vacanciers d'aujourd'hui sont à la recherche de produits pluridisciplinaires qui permettent de multiplier les pratiques et d'accroître l'enrichissement personnel. Ils souhaitent des produits porteurs d'authenticité, qualitatifs et dont le rapport au territoire est un élément fédérateur (éléments identitaires et culturels, ambiance...).

Face à ces changements, les Espaces Nordiques sont donc devenus l'une des composantes essentielles de l'offre touristique montagnarde l'hiver. Ils constituent un atout économique important pour le massif. Cependant, pour la saison 2006/2007, le manque de neige a freiné l'activité nordique. Ainsi le chiffre d'affaires s'est élevé à 600 500 € sur cette période pour 126 000 journées skieurs.

UNE DEMARCHE COMMUNE DE DEVELOPPEMENT

Conscients de leurs diversités, de leurs qualités, de leur potentiel de développement et partageant le même sentiment d'appartenance à un massif emblématique "Les Pyrénées", les Espaces Nordiques se sont regroupés il y a maintenant plus de 10 ans pour valoriser et promouvoir ensemble leurs richesses.

L'Association Espaces Nordiques Pyrénées regroupe et fédère les 16 stations dans une démarche unique de massif. Son ambition est d'inscrire le développement de ses sites dans le respect de l'environnement tout en garantissant une qualité de service optimale. Outre la promotion et le développement de l'ensemble des sites et activités nordiques du massif pyrénéen, l'Association Espaces Nordiques Pyrénées a également pour vocation la formation des gestionnaires et des personnels, la représentation des activités auprès des instances nationales, régionales et départementales...

UNE ACTIVITE PLEINE NATURE ET ECONOMIQUE

Cette année et pour la 1^{ère} fois, les 16 sites ont décidé d'harmoniser leur gamme de produits déclinée selon les espaces au travers de nombreux bons plans pour les jeunes, les familles et les groupes de copains.

Ainsi, en dehors des Pass à la journée (enfant, junior, adulte, groupe) ou de plus longue durée (semaine, saison), trois Pass ont été créés :

- **Pass Famille** (2 adultes et 2 enfants) : toute la famille est au prix des enfants
- **Pass Tribu** (4 adultes - hors week-end) : sur les 4 adultes, un est offert
- **Pass Happy Day** (les mercredis hors vacances scolaires) : le pass journée est à moitié prix.

Une dynamique voulue par les Espaces Nordiques Pyrénéens qui ainsi concrétisent véritablement leur rapprochement il y a plus de 10 ans.

Et propose ainsi une journée sportive en pleine nature pour moins cher qu'une place de cinéma !

LES ESPACES NORDIQUES DES MOMENTS A PARTAGER

La pratique d'une activité nordique quelle qu'elle soit est la promesse d'émotions et de plaisirs sans cesse renouvelés. C'est la plus motivante et la plus naturelle des glisses hivernales, un des derniers espaces de liberté dans le concert des activités de glisse. Ici, l'amoureux des espaces nordiques et de ses pratiques a toute latitude de choisir partout et toujours son parcours, son itinérance, sa piste, son rythme...

Ce besoin de liberté de nature s'est paradoxalement accompagné d'une demande croissante de qualité des équipements et des services (traçage, balisage, sécurité...). Les aménagements réalisés et les prestations mises en place nécessitent des investissements et des coûts de fonctionnement importants.

LE SKI DE FOND

C'est certainement l'activité nordique la plus ancienne et la plus connue. Le ski de fond est une pratique multiple, tonique, accessible à tous, source de bien être, de forme et de découverte. Il s'agit d'un sport complet qui développe des qualités d'adresse, d'équilibre, de souplesse et de bonne coordination et qui peut se pratiquer à tous les âges (activité comparable au vélo, à la marche, au jogging ou au roller).

Les Espaces Nordiques Pyrénéens proposent différentes approches du ski de fond avec des professionnels (écoles de ski) qui apprennent les techniques de glisse dans les traces (pas alternatif) et sur pistes damées (technique du skating ou pas du patineur).

Les espaces ludiques d'initiation à la glisse apparaissent sur les Pyrénées sur des sites en descente avec des ateliers d'apprentissage (bosses, slaloms, creux...). Certains espaces ludiques sont désormais équipés de remontées mécaniques légères (Beille, Campan-Payolle, Capcir, Val d'Azun)

LE BIATHLON

Forme compétitive du ski nordique, le biathlon associe le tir au ski de fond. Cette pratique nécessite un apprentissage avec un professionnel de l'enseignement du ski nordique qui en fera découvrir les finesses et les plaisirs en toute sécurité, notamment avec des carabines laser. Les stations de Beille et du Somport-Candanchu possèdent un site de biathlon aux normes FIS qui peuvent recevoir des compétitions de haut niveau. Le Somport -nouveau-, Beille, le Capcir et La Pierre Saint-Martin proposent une initiation au tir avec un professionnel qualifié. Le Val d'Azun dispose désormais d'un pas de tir, zone équipée d'une carabine laser pour s'entraîner au biathlon.

LES RAQUETTES

Les 16 Espaces Nordiques des Pyrénées ont ouvert des circuits et sentiers balisés pour la balade en raquettes. Ils offrent une grande diversité d'horizons et un niveau de difficultés différentes déclinées du niveau familial au niveau sportif. De nombreuses activités sont également proposées telles que circuit détente, sportifs ou découverte en raquette, jeu de piste, parcours d'orientation ou encore identification de traces d'animaux. Il est également possible de se laisser mener par un guide ou un accompagnateur en montagne qui fait sortir des sentiers tracés pour mieux approcher les secrets de la montagne. Enfin, pour une oxygénation maximale, on peut opter pour un séjour ou un week-end raquettes.

MARCHE A PIED, MARCHE NORDIQUE, TRINEAUX A CHIENS, VTT SUR NEIGE...

Les Espaces Nordiques Pyrénées s'ouvrent également aux nouvelles activités: marche nordique, en traîneaux à chiens, à cheval, en dameuse, ski joëring (ski tracté par un cheval), nuit dans un igloo, tyroliennes, VTT sur neige, randonnée équestre nordique...

LA LUGE, UNE ACTIVITE A PART ENTIERE

Pratiquée de manière "sauvage", la luge est devenue une activité à part entière. Ainsi, des stations comme le Capcir -nouveau- et Val d'Azun en ont fait une activité phare avec remontées mécaniques. A Hautacam, une Mountain Luge, véritable montagne russe avec virages relevés, bosses et spirales, attend les plus téméraires.

Avec ou sans remontées, pour enfants ou adultes, type libre ou montagne russe, petits et grands trouvent du plaisir à pratiquer ou re-pratiquer la luge.

AU FIL DES PYRENEES, 16 ESPACES NORDIQUES A DECOUVRIR

PYRENEES ATLANTIQUES

Adhérent à l'Association Nordique France, les Pyrénées Atlantiques proposent à ses fondeurs de prendre la Carte "Nordic Pass" qui leur permet de circuler librement sur l'ensemble des espaces des Pyrénées Atlantiques, Ariège, Pyrénées Orientales et sur les sites membres de Nordique France (Jura, Massif Central...).

IRATY 1 327 m

La station offre une vue unique sur les montagnes de la Haute Soule et des vallées d'Aspe et d'Ossau. Elle se situe au cœur de la plus vaste forêt de feuillus d'Europe Occidentale (5 000 ha), à 40 km de Saint Jean Pied de Port. On y trouve 4 pistes sur 45 km de ski de fond et 2 pistes de raquettes pour les randonneurs. Cette année, des chalets ont été rénovés. Certains sont désormais accessibles aux handicapés.

www.chalets-pays-basque.com

ISSARBE 1 450 – 1 500 m

A cheval sur le Béarn et le Pays Basque, Issarbe est à 35 km d'Oloron Sainte-Marie. Le plateau offre un panorama rare à 360° avec des vues sur le Béarn et le Pays Basque. La station dispose de 9 pistes de ski de fond soit 31 km tracés et balisés, avec possibilité de faire également du skating et du ski alternatif. Certains itinéraires sont aménagés pour la randonnée en raquettes. Toutes les pistes sont accessibles aux raquettes comme au ski de fond, qu'il soit alternatif ou skating. Issarbe propose de faire du VTT sur neige avec une piste exclusivement dédiée à cette pratique. Pour ce faire les VTT sont semi-suspendus avec des roues crantées. Les plus audacieux peuvent également faire des randonnées en raquettes nocturnes avec guide de montagne, des balades en chiens de traîneaux ou construire un igloo. Ouverture les week-ends et toutes les vacances scolaires.

<http://lapierrestmartin.com/pyrenees/-Espace-nordique-d-Issarbe->

LA PIERRE SAINT-MARTIN 1450 – 1540M

Située à l'ouest des Pyrénées, la Pierre Saint-Martin est un ravissant village de chalets nichés dans la forêt face au majestueux Pic d'Anie. Il se situe à 40 km d'Oloron-Sainte-Marie et allie ski alpin et ski nordique. Idéale pour toute la famille, la station offre 20 pistes de ski alpin avec un domaine skiable et un espace découverte moderne en front de neige pour les débutants. L'Espace Nordique, situé entre 1 450 et 1 540m d'altitude et à 2 km de la station, comprend plus de 21 km de pistes balisées, accessible au ski de fond comme aux raquettes avec 11 boucles au cœur de forêts de pins centenaires. L'Espace Nordique de la Pierre Saint-Martin propose la réciprocité sur les cartes semaine et saison, avec les espaces voisins de Larra-Belagua (versant espagnol) et d'Issarbe, avec ainsi un accès à près de 90 km de pistes ! De nombreuses autres activités sont praticables à la station : ski joëring, squash, balades en raquettes accompagnées, chiens de traîneaux, soirées « raquettes / raclette » avec un accompagnateur en montagne et repas dans un cayolar (habitat du berger) pendant les vacances scolaires. Les 24 et 25 janvier 2009, l'espace nordique organise le Grand Week-end des Glisses Nordiques avec nocturne en ski de fond le 24 au soir et initiation et découverte du biathlon.

www.lapierrestmartin.com

LE SOMPORT-CANDANCHU 1 600 – 1 700 m

Au Somport-Candanchu, situé au cœur du Parc National des Pyrénées à 50 km d'Oloron Sainte-Marie, tout respire le calme et la sérénité. Les amateurs de grandes randonnées sont comblés. Le Somport-Candanchu compte 34 km de pistes de fond tracées, soit 9 pistes, dont 25 km du côté français et 9 km du côté espagnol. Il est également possible de faire des balades en raquettes accompagnées. En 2006, un site de biathlon aux normes FIS a été réalisé. Il peut recevoir des compétitions de haut niveau. Dans la vallée, on peut aussi pratiquer la pelote basque, le tennis ou visiter l'espace animalier de Borce, un rendez-vous plus vrai que nature avec les animaux des Pyrénées.

www.lesomport.com

HAUTES PYRENEES

VAL D'AZUN 1 350 – 1 600 m

Plus grand espace nordique des Pyrénées de l'ouest avec 100 km de pistes de ski de fond, de raquette et de luge, le Val d'Azun se situe à 25 km de Lourdes à proximité du Parc National des Pyrénées. Orientée d'est en ouest, la vallée offre un ensoleillement maximum. Ces deux dernières années, le Val d'Azun a investi 1,7M€ dans la création d'équipements générant une nouvelle fréquentation. Tout d'abord, le DéVal'Cable au Col du Soulor, tyrolienne sur 300 m en position assise, bien harnaché et une 2nde spéciale enfants pour leur faire goûter aux 1^{ères} sensations de vol. Le secteur du Couradue est désormais équipé du Nordic Park, remontée en tapis neige de 100 m pour une descente réservée aux luges et skieurs de fond ludique -bosses, creux, portiques, mini slalom-. Enfin, trois terrasses solariums attendent les accompagnants. Pour la saison 2008/2009, le confort de la clientèle est mis à l'honneur avec la création de nouvelles structures d'accueil (restaurants, salles pique-nique...). Et toujours la possibilité de partir en dameuse sur le domaine le soir, une façon originale de découvrir les spécificités du domaine nordique devant le coucher de soleil. En été, la vallée propose une palette variée d'activités : randonnée, escalade, VTT, parapente, pêche, équitation.

www.valdazun.com

CAUTERETS 2 DOMAINES 1 400 – 2 400 m

Cauterets (900m) est une station avec un village pittoresque, située à 30 km de Lourdes, où toutes les formes de ski sont possibles sur deux domaines skiables. Le Cirque du Lys (1 750 m - 2 400 m) garantit un enneigement de qualité et est le paradis des adeptes du ski alpin et du snowboard avec 21 pistes.

Le Pont d'Espagne (1 400 m - 1 600 m), au cœur du Parc National des Pyrénées, se prête totalement à la pratique du ski de fond et de la raquette avec 36 km de pistes sur 5 boucles dans le cadre d'une nature préservée. Le bas du domaine bénéficie de sa proximité avec le massif du Vignemale, point culminant des Pyrénées françaises, par un enneigement de qualité tout au long de la saison. Plusieurs possibilités s'offrent aux passionnés de glisse comme à leur famille, le domaine du Pont d'Espagne proposant outre ses pistes de ski de fond, une zone ludique de luge, 2 pistes de ski alpin ainsi qu'un stade débutant pour apprendre à skier en toute tranquillité. Enfin, la télécabine du Puntas permet d'accéder aux points de vue exceptionnels sur les cascades qui ont fait la renommée historique du site.

Grâce à des infrastructures de qualité, le village propose d'autres activités telles que patinoire, piscine couverte, centre de remise en forme en eau thermale, balnéothérapie, tennis, escalade, mini golf, thaï chi... Un chalet-restaurant et une hôtellerie proposent une pause gastronomique pyrénéenne ou un séjour en plein parc. Formule AquaNordic : un Pass Nordic et une séance aux Thermes de Cauterets (Jacuzzi + Hammam) pour 15€.

www.cauterets.com

HAUTACAM 1 500 – 1 800 m

A Hautacam, station proche de Lourdes et d'Argelès-Gazost, la montagne est présente toute l'année à travers différentes activités. En hiver, 26 km de ski alpin s'offrent aux amateurs ainsi que la pratique des raquettes. L'espace nordique 1 500 - 1 800 m quant à lui, se compose de 15 km de pistes de ski de fond dont 3 boucles. Cette année, les adeptes de ski et amoureux des chevaux pourront s'adonner au ski joëring. Sensation de liberté, amusement, contact avec la nature sont au RDV de cette nouvelle activité qui se pratique en carrière fermée sur pistes damées. Utilisable été comme hiver, le Mountain Luge offrent aux amateurs de sensations fortes une descente de 670 m, une véritable piste de luge style "montagne russe". Virages relevés, bosses, spirales, ondulations, pente de 5 à 20%, s'enchaînent à grande vitesse. Le Mountain Luge se pratique seul ou à deux. Une course de chiens de traîneaux est organisée les 24 et 25 janvier.

En été, les sportifs peuvent s'adonner aux joies du dévalkart (karting sans moteur sur piste), du roller herbe, du VTT, du vélo, de la randonnée ou du parapente pour les plus audacieux.

www.hautacam.com

CAMPAN-PAYOLLE 1 120 – 1 450 m

Située dans la vallée de Campan, la station de Payolle offre 50 km de pistes tracées dans la forêt et autour du lac, dont 4 boucles avec un itinéraire nordique de 5 km. Les balades en raquettes sur les pentes du col d'Aspin sont magnifiques. Mais il est aussi possible de pratiquer le VTT, le parapente ou faire des balades en chiens de traîneaux. On y trouve également une piste de ski alpin pour débutants. A proximité, de nombreux sites sont à visiter : le Pic du Midi de Bigorre, le Col du Tourmalet (l'hiver le col se visite à ski...), la carrière de Marbre de l'Espiadet au pied du Col d'Aspin, les pistes de ski alpin du Domaine du Tourmalet Barèges/La Mongie... En été, tourisme équestre, randonnées, bivouac d'altitude, pêche en torrent et lac de montagne, dévalkart sont à découvrir.

www.campan-pyrenees.com

NISTOS 1 600 - 1 800 m

Appelé également le Domaine des Dieux, Nistos est la station la plus récente des Espaces Nordiques Pyrénéens, avec des points de vue uniques sur le Pic du Midi, l'Anéto, l'Arbizon et la Maladetta et une vue sur les Vallées d'Aure, du Nistos, des Nestes et de la Barousse.

55 km de pistes variées sont tracées et balisées soit 8 boucles. 8 km permettent la double pratique du ski de fond classique et du skating et 3 sentiers (15 km) sont réservés aux raquettes et piétons. A noter également la possibilité de faire du trottiski (trottinette à neige), la présence de deux stades de luges pour les enfants et les adolescents, d'une piste école d'initiation au ski de fond et du "Paradis des Lutins", Kid-Park pour la pratique du ski de fond, équipé de structures ludiques et réservé aux plus jeunes. L'espace propose des séjours "David Crockett" (découverte de la faune sauvage comme un trappeur) et une nuit en igloo (dont construction). Dans la vallée, en toutes saisons, randonnées équestres, pédestres, VTT, tennis, pêche, escalade, ULM...s'offrent aux amateurs. Nistos est également le témoin de l'histoire depuis l'Age de la Pierre avec les "Grottes de Gargas", en passant par le site de Montsérié (site préhistorique et gallo-romain), jusqu'au 19^{ème} avec les "Chapelles du Mont Arès" et l'ancien Monastère. Enfin, la Maison du Savoir et le Pentascope (film à 180° sur les aventuriers du Pic du Midi) permettent de prolonger agréablement les journées.

www.neste-nistos.com

ARIEGE

Adhérent à l'Association Nordique France, l'Ariège propose à ses fondeurs de prendre la Carte "Nordic Pass" qui leur permet de circuler librement sur l'ensemble des espaces des Pyrénées Atlantiques, Ariège, Pyrénées Orientales et sur les sites membres de Nordique France (Jura, Massif Central...). 4 sites majeurs sont présents : Etang de Lers, Beille, Chioula et Mijanés-Donzan. Egalement l'espace de La Tour Laffont à 1 400 m d'altitude.

ÉTANG DE LERS 1 300 - 1 600 m

Le domaine nordique de l'Etang de Lers est situé à 50 mn de Saint-Girons et 2 h de Toulouse. L'accès se fait par la très belle vallée de Massat qui peut être rejointe par le Col de Port. Site d'exception, l'Etang de Lers se distingue par son lac gelé, ses 57 km de pistes tracées et balisées dont 4 pistes de ski nordique sur 25 km et 4 pistes de raquettes (30 km). Ces pistes ont été totalement remodelées et emmènent vers des points de vue panoramiques sur la chaîne pyrénéenne. A cela, il faut rajouter une piste piéton/chien d'un kilomètre et demi et un espace luge. En été, le site propose un parcours touristique de pêche à la truite. Un ponton a été aménagé pour les personnes à mobilité réduite avec 2 postes de pêche réservés. Des randonnées familiales balisées offrent de belles balades de moyenne montagne, les plus sportifs étant à pied d'œuvre pour grimper sur les sommets avoisinants (Pic des Trois Seigneurs, Mont Béas...). Parapente, balades à dos d'âne et équitation sont également proposés. Enfin, de nombreuses visites culturelles sont possibles à proximité avec notamment le musée "le Vieux Moulin" à Massat.

www.ariège.com/etangdelers

BEILLE 1 800 – 2 000 m

Le plateau de Beille est un site d'exception offrant un panorama grandiose sur 360 degrés. Situé à 1h30 de Toulouse près de Foix, le plateau se prête à la pratique du ski nordique sur 70 km de pistes tracées et balisées dont les pistes du Sarraz idéales pour l'initiation ou l'échauffement. On trouve également 42 km de pistes pour les raquettes (notamment les tracés de l'Ours et de la Soulane) et la marche nordique ainsi qu'une piste pour traîneau école avec la base Angaka. Il est également possible de s'initier au parapente avec l'école Gypaète. En février dernier, l'Espace Biathlon a accueilli la Manche Pyrénéenne du Biathlon Challenge. Du 12 au 15 mars 2009, la Transpyrénéenne, fête du ski nordique, est un événement incontournable. C'est une course populaire pour tous niveaux (5, 10, 21, 42 km). En dehors de l'hiver, l'activité pastorale reprend ses droits du printemps à l'automne. Vaches gasconnes, chevaux de Mérens et brebis tarasconnaises animent le paysage. Le GR10 relie la vallée d'Aston au refuge de Rulhe en traversant le plateau sur un axe nord/sud, permettant la pratique de la randonnée. Cette année, l'espace restauration a été refait à neuf

www.beille.com

LE CHIOULA 1 240 - 1 650 m

L'amateur d'espaces préservés est le bienvenu au Chioula. A 1h30 de Toulouse près d'Ax-les-Thermes, on y trouve 60 km de pistes de ski nordique tracées et balisées dont 8 boucles, 32 km de pistes de raquettes balisées ainsi que la possibilité de faire des balades en chiens de traîneaux. Le Chioula offre des pistes de ski douces et proches du départ. Les amoureux des raquettes découvriront aussi de nouveaux espaces. Comme à Beille, l'activité pastorale reprend ses droits du printemps à l'automne. Le GR7 ou chemin des Bonshommes permet de découvrir les versants sud (Soulane) et nord (Bac) en passant par le refuge du Drazet.

www.chioula.com

MIJANES DONEZAN 1 530 - 2 000 m

Le Donezan ou canton de Quérigut est un canton de montagne situé aux confins de l'Aude et des Pyrénées Orientales, un vrai "Québec ariégeois" dans une ambiance familiale. La station comporte 7 villages : Artigues, Carcanières, Le Pla, Le Puch, Mijanès, Quérigut et Rouze et se situe à 35 km de Quillan. La station de ski alpin de Mijanès est une véritable alternative aux importantes stations avoisinantes. Une piste de luge est aménagée et sécurisée pour les petits et les plus grands. L'espace nordique comprend 26 km de pistes tracées et balisées dans la forêt soit 6 pistes. Les balades en raquettes se font à travers forêts et clairières. Parallèlement aux activités sportives, le Donezan est une région riche sur le plan culturel. A noter le Château d'Usson, le Château de Quérigut, les ponts Vauban, la Maison du patrimoine du Donezan.

www.donezan.com

PYRENEES ORIENTALES

Pays des fours solaires, la Cerdagne et le Capcir sont les seules régions pyrénéennes françaises situées sur le versant sud de la chaîne des Pyrénées. Elles offrent une configuration géographique unique d'altiplanos (1 500 m - 2 200 m). Adhérent à l'Association Nordique France, les Pyrénées Orientales proposent aux fondeurs de prendre la Carte "Nordic Pass" qui permet de circuler librement sur l'ensemble des espaces des Pyrénées Atlantiques, Ariège, Pyrénées Orientales et sur les sites membres de Nordique France (Jura, Massif Central...). En outre, les Espaces Nordiques des Pyrénées Orientales se sont inscrits dans la démarche de labellisation conduite au plan national par l'Association Nordique France. L'attribution de "Nordique", 1 à 4 sapins, permet aux pratiquants de disposer de critères pour choisir une destination : activités, services, environnement...

CAPCIR 1 500 - 1 900 m (4 sapins Nordique France)

L'Espace Nordique du Capcir offre trois domaines sur l'ensemble du plateau avec des activités et des paysages pour tous les goûts (pistes en forêt, rivière, vues panoramiques du Canigou jusqu'à la mer...). En Capcir, l'histoire du ski nordique se conjugue avec celle du Pays. 16 villages accueillent les vacanciers... Avec 190 km de pistes balisées, le plus grand site nordique du Sud propose une grande diversité d'activités : pistes de ski de fond et de raquettes, sentiers nordiques, chiens de traîneaux, plongée sous la glace, biathlon, snow kite, Fun Glisse et randonnée équestre nordique. C'est également le plaisir des enfants avec des espaces spécialement aménagés pour eux, à skis ou en luge. Le 8 février, la Traversée du Capcir est un événement incontournable qui se perpétue tous les hivers depuis 1973. Véritable fête du Nordique, cette manifestation propose des parcours pour tous les goûts dans un esprit d'équipe. Cette année, sur le domaine de la Llose, une aire ludique et un Nordic Park ouvrent avec remontée mécanique. Le Domaine de la Quillane voit quant à lui la mise en place d'un double traçage pour skier à côté et la création d'un Boarder Cross.

www.capcir-nordique.com

LES ANGLES 1 570 - 1 920 m (3 sapins Nordique France)

Station alpine avant tout, le village station en pied de pistes avec son clocher typiquement catalan, offre néanmoins un domaine nordique modeste dans sa dimension mais très varié et de qualité. C'est un complément sympathique pour satisfaire tous les goûts de la famille. L'espace nordique 1 570 - 1 920 m propose 42 km de pistes de fond, de sentiers nordiques et de pistes raquettes qui permettent de remonter jusqu'à la source de l'Aude. En été, la randonnée, l'escalade, l'équitation, la pêche, la voile, le tennis et le parapente sont praticables.

www.lesangles.com

FONT-ROMEU/PYRENEES 2000 - 1 700 - 2 000 m (3 sapins Nordique France)

L'Espace Nordique de Font-Romeu / Pyrénées 2000 propose 111 km de ski de fond tracés et balisés sur deux domaines reliés et complémentaires. Panorama exceptionnel entre 2 000 m et 2 200 m, le Plateau de la Calme domine le site classé des Bouillouses. Sur ce secteur, un télésiège permet d'accéder au domaine nordique depuis le point culminant et de parcourir les 5 à 50 km de pistes sur un profil dominant descendant pour le plus grand bonheur des contemplatifs. Pyrénées 2000, offre un autre visage du ski de fond avec des pistes blotties dans la forêt qui serpentent le long de la rivière. Avec le complexe sportif du Lycée de Font-Romeu, ces pistes sont le terrain de prédilection d'entraînement de nombreuses équipes nationales.

Cet espace nordique n'est pas en reste sur les autres activités : sentiers raquettes et piétons, balades en chiens de traîneaux, course d'orientation, snow kite, parapente, escalade, VTT, tennis sont également praticables à Font-Romeu et Pyrénées 2000.

www.altiservice.com - www.font-romeu.fr - www.pyrenees2000.com

COORDONNEES DES ESPACES NORDIQUES

PYRENEES ATLANTIQUES

Association Départementale de Ski de Fond des Pyrénées-Atlantiques

Contact : Bruno GUITTON
Communauté de Communes de la Vallée d'Aspe
64490 ACCOUS - Tél. : 05 59 34 79 03
secretariat.ccva@wanadoo.fr

Iraty

Infos réservation : Tél. : 05 59 28 51 29 – Fax : 05 59 28 72 38
E-Mail : info@chalets-pays-basque.com
Internet : www.chalets-pays-basque.com

Issarbe

Infos réservation : Tél. : 05 59 36 00 26 / 06 60 25 08 73
Office de Tourisme : 05 59 88 96 38 / 05 59 66 20 09
Internet : <http://lapierrestmartin.com/pyrenees/-Espace-nordique-d-Issarbe->

La Pierre-Saint-Martin

Infos réservation : Tél. : 05 59 66 20 80 – Fax : 05 59 66 21 47
Office de Tourisme : Vallée du Barétous – Maison de la Pierre
E-Mail : info@lapierrestmartin.com
Internet : www.lapierrestmartin.com

Le Somport-Candanchu

Infos réservation : Tél. : 05 59 36 00 21 ou 05 59 34 79 03 – Fax : 05 59 36 19 98
Internet : www.lesomport.com

HAUTES PYRENEES

Association Départementale de Ski de Fond des Hautes-Pyrénées

Contact : Jean-Pierre LAFON-MANESCAU
11, rue Gaston Manent - 65000 TARBES
Tél. : 05 62 56 70 11
sate@cg65.fr

Val d'Azun

Infos réservation : Tél. : 05 62 97 49 49
Service Réservation Azun Tourisme : Maison du Val d'Azun – 65400 Arrens-Marsous
E-Mail : reservation@valdazun.com
Internet : www.valdazun.com

Cauterets

Infos réservation : Tél. : 05 62 92 50 50 – Fax : 05 62 92 11 70
Office de Tourisme : 65110 Cauterets
E-Mail : accueil@cauterets.com
Internet : www.cauterets.com

Hautacam

Infos réservation : Tél. : 05 62 97 00 25 – Fax : 05 62 97 50 60
Office du Tourisme de la Vallée à Argelès-Gazost
E-Mail : infos@argeles-gazost.com
Internet : www.hautacam.com

Campan-Payolle

Infos réservation : Office du Tourisme : Tél. : 05 62 91 70 36
E-mail : otcampan@wanadoo.fr
Internet : www.campan-pyrenees.com

Nistos

Infos : 05 62 39 71 00
Office du Tourisme Neste-Nistos : Tél. : 05 62 39 74 34
E-Mail : office.neste-nistos@club-internet.fr
Internet : www.neste-nistos.com

ARIEGE**Ariège-Pyrénées Nordique**

Contact : Philippe JUGIE
6, rue de la Mairie - 09250 LUZENAC
Tél. : 05 34 14 36 26
info@beille.fr

Étang de Lers

Station : Tél. : 05 61 04 91 13 - Fax : 05 61 96 99 76
Secrétariat (mardi, jeudi, vendredi) : Tél 05 61 04 41 26 - Fax : 05 61 96 96 28
Info réservation Office du Tourisme : 05 61 96 92 76 - Fax : 05 61 96 02 00
E-mail : etangdelers@free.fr
Internet : www.ariège.com/etangdelers

Beille

Infos réservation : Office de Tourisme des Vallées d'Ax : Tél. : 05 61 64 60 60
Station : Tél. : 05 34 09 35 35 – Fax : 05 34 09 35 36
E-mail : info@beille.fr
Internet : www.beille.fr

Le Chioula

Infos réservation : Office de Tourisme des Vallées d'Ax : Tél. : 05 61 64 60 60
Station : 05 61 64 20 00
E-mail : info@chioula.fr
Internet : www.chioula.fr

Mijanès-Donzan

Infos réservation :

Office de Tourisme : Tél. : 04 68 2041 37 - Fax : 04 68 20 46 25

Station de ski : (à partir du 15/12) : Tél. : 04 68 20 40 44

E-Mail : ot@donezan.com

Internet : www.donezan.com

PYRENEES ORIENTALES**Pyénées Catalanes Nordiques**

Contact : Martine VILANA

10, avenue Gisclard - Cité des Douanes - 66210 LA CABANASSE

Tél. : 04 68 04 32 75

pyrenees.catalanes@wanadoo.fr

Capcir

Infos réservation : Communauté de Communes Capcir-Haut Conflent

La Quillane -TM6 - 66210 Lallagonne

Tél. : 04 68 04 49 86 – Fax : 04 68 04 37 97

E-mail : maison.capcir@wanadoo.fr

Internet : www.capcir-nordique.com

Les Angles

Infos réservation : Maison du Tourisme – 2 avenue de l'Aude – 66210 Les Angles

Tél. : 04 68 04 32 76 – Fax : 04 68 309 309

E-Mail : les-angles@les-angles.com

Internet : www.lesangles.com

Font-Romeu /Pyénées 2000

Infos réservation :

Altiservice Font-Romeu/Pyénées 2000 Les Airelles BP. 60 66121 Font-Romeu Cedex

Tél. : 04 68 30 60 61 - Fax : 04 68 30 09 49

E-Mail : fontromeu-p2@altiservice.com

Internet : www.altiservice.com

Font-Romeu : Office de Tourisme Tél. : 04 68 30 68 30 – Fax : 04 68 30 29 70

E-Mail : office@font-romeu.fr

Internet : www.font-romeu.fr

Pyénées 2000 : Office de Tourisme Tél. : 04 68 30 12 42 – Fax : 04 68 30 16 84

Internet : www.pyrenees2000.com

CARTES DES 16 ESPACES NORDIQUES

PYRENEES ATLANTIQUES

1. Iraty
2. Issarbe
3. La Pierre St Martin
4. Le Somport / Candanchu

HAUTES PYRENEES

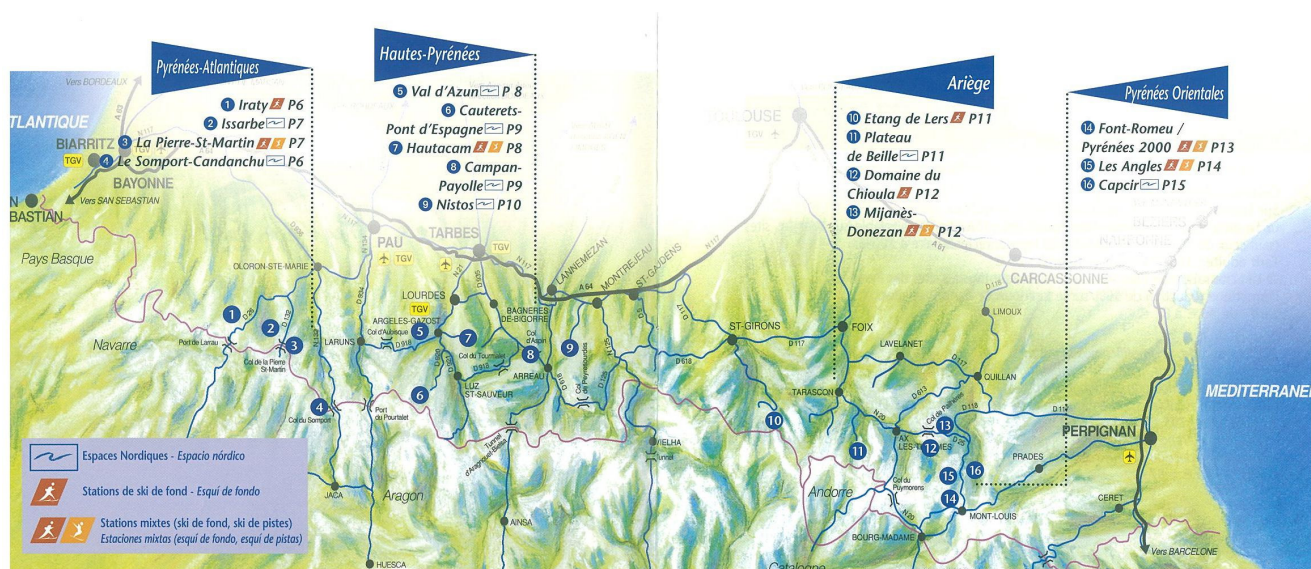
5. Val d'Azun
6. Cauterets Pont d'Espagne
7. Hautacam
8. Campan Payolle
9. Nistos

ARIEGE

10. Étang de Lers
11. Beille
12. Le Chioula
13. Mijanès Donezan

PYRENEES ORIENTALES

14. Font-Romeu / Pyrénées 2000
15. Les Angles
16. Capcir



HISTOIRE DU SKI NORDIQUE

Un ski taillé dans un os, trouvé dans un marais suédois, permet de situer le ski nordique à moins 3.000 ans. Le premier témoignage de son utilisation -des peintures rupestres reproduisant des scènes de chasse à ski- recoupe cette découverte.

Venant de Scandinavie où il est largement utilisé pour les déplacements à des fins utilitaires et à la chasse, le ski fait son apparition en Allemagne, en Autriche et en France dans le milieu du 19^{ème} siècle. D'abord nordique, il évolue ensuite vers le ski alpin.

En 1888, il est utilisé dans une expédition au Groenland comme moyen de déplacement puis aux États Unis pendant la ruée vers l'or. La rusticité du matériel utilisé ne permettant pas d'affronter les pentes alpines, les Vosges et le Jura sont les terrains de prédilection des militaires français, grands pratiquants du ski nordique. En 1896, est créé le Ski Club des Alpes.

Les 1^{ères} compétitions internationales remontent au début du 20^{ème} siècle et les 1^{ers} Jeux Olympiques d'Hiver se tiennent en 1924 à Chamonix. Le programme comporte exclusivement des épreuves nordiques. Le ski de fond est ensuite pratiqué essentiellement par les fonctionnaires. L'activité reste donc assez confidentielle.

En 1968, les Jeux Olympiques d'Hiver de Grenoble permettent au grand public français de découvrir le ski de fond. Au cours des années qui suivront, il va connaître un développement important. Pendant une bonne dizaine d'année les équipements vont se multiplier et le ski nordique va connaître ses plus belles années en France.

L'accueil touristique s'organise pour le ski nordique. Un diplôme spécifique pour son enseignement est créé, une industrie, une économie et un tissu associatif se développent pour répondre aux attentes des pratiquants sportifs, promeneurs et randonneurs. Désormais, les exigences des professionnels et des clients amènent à créer et à entretenir des pistes.