

GRAND TETRAS DES PYRENEES

CYCLO MONTAGNARDE DU MASSIF PYRENEEN HAUT-GARONNAIS

4 ET 5 JUILLET 2026



Comité d'organisation Grand Tétrás des Pyrénées

Cyclo montagnarde du Massif Pyrénéen Haut Garonnais

Coreg Occitanie

Codep Haute Garonne

Clubs :

Huos : La Roue Libre Huossaise

St Gaudens : Cyclo Cellulose

St Gaudens : Cyclo-Randonneurs Saint-Gaudinois

Soueich : Vélo Club du Cagire

Valentine : Cyclo Club Valentinois

Correspondant : Philippe Géraud

Membre Commission Tourisme

Coreg Occitanie

PRESENTATION DE LA CYCLO MONTAGNARDE

La Grand Tetra des Pyrénées est un Brevet Cyclo Montagnard Français organisé conjointement par le Coreg Occitanie, le Codep et les club du département pyrénéen ou se déroule la manifestation.

Coreg : (commission tourisme)

- A pour Mission de mettre en place la manifestation, s'occupe des relations avec la fédération.
- Fait les déclarations administratives
- S'occupe de la communication interne et externe en lien avec la commission communication
- participe financièrement (plaque de cadre, documentation, ravitaillement....)

Codep :

- Est en relation avec les clubs pour l'organisation sur le terrain
- S'occupe des inscription, des encaissements et du paiement
- Organise avec les clubs la logistique (Hébergements, ravitaillements, repas, etc....)

Clubs :

- Définit les parcours en lien avec CODEP et COREG
- Recrute les bénévoles
- Positionne et définit le nombre de ravitaillements
- Fait le marquage sol et panneaux sur les parcours
- Propose les Hébergeurs



A mi chemin entre Méditerranée et Atlantique, le massif Pyrénéen Haut Garonnais, Haut lieu du Tour de France avec ses Grand cols, est la région idéale pour votre Cyclo Montagnarde du 4 et 5 juillet 2026. Vous partirez de **Saint Bertrand de Comminges** ou 2 000 ans d'histoire vous regarderons enfourchez votre monture pour relevez le défi qui vous attend.

Après avoir passez le petit col de Couret (461m) vous traverserez la plaine de rivière par la piste cyclable au travers de culture et pâturages pour vous dirigez vers le col de la Hountarède (475m) avant de traversez le village de Barbazan. Ce sera ensuite le petit col du Pas de Bouchet (608m) qui arrive à St Pé d'Ardet, puis antichan de Frontignes pour franchir les 5 derniers km du Col de Ares (797m). Descente sur Juzet d'izaut ou un 1^{er} ravitaillement vous attend, puis Izaut de l'Hôtel. Passage par Aspet, sangouagnet ou l'approche vers le col de Menté vous mettra en condition jusqu'au pont de l'Oule. A partir de ce moment là les choses sérieuses commence, montée de 10km jusqu'au Col de Menté (1349m) en passant par le col de la Clin (1246m). Descente sur St Béat, vous Passerez le virage Luis Occana ou une plaque commémorative fait référence à sa chute le 12 juillet 1971, alors maillot jaune du tour et mis fin à ses espoirs de victoire pour cette année là. Traversée de Saint Béat où vous prendrez votre 2^{ème} ravitaillement au lac de Gery

Traversée de la ville de Cierp-Gaud pour attaquer la montée vers les petits village bucolique de Binos et Bachos, passage à Bagnères de Luchon ou sera servi le plateau repas pour les Cyclo Montagnard, Bagnères de Luchon, Reine des Pyrénées et ville étape du Tour de France. C'est là que les cyclotouristes feront étapes pour la nuit afin de récupérer et profiter des charmes de la ville. La mi-parcours vient d'être passer et le plat de résistance se dresse devant vous avec le col de Pyressourde (1569m) et ses 15 km de montée. Descente sur Loudenvielle ou le 3^{ème} ravitaillement vous attend avant d'attaquer le dessert avec le col d'Azet (1580 m).

Descente sur Arreau, Hèche puis franchissement du col Mazouau (631m) qui sera une formalité ou vous attend votre dernier ravitaillement, et retour vers la ville de départ en passant par la vallée du Nistos et ses superbes paysages.

DEROULEMENT DE LA MANIFESTATION

Bénévoles prévus 75 personnes

Accueil des participants :

Un livret avec règlement, feuille de route, tracé du parcours, position des ravitaillements, plaque de cadre et carte de route pour contrôle au check-up sera remis à chaque participant avant son départ.

Cyclotouriste 2 jours :

Départ Samedi matin à partir de 8h
Arrivée le dimanche jusqu'à 18 h
Neutralisation nocturne à Bagnères de Luchon

Randonneur 1 jour (dimanche) :

Départ à partir de 4h du matin
Arrivée jusqu'à 21 h
NB : éclairage obligatoire

Homologation :

A l'arrivée sur présentation de la carte de route dûment tamponnée à chaque check-up et que l'arrivée se fait dans le temps fixé, la carte sera validée pour l'obtention du Brevet Cyclo Montagnard Français.

Bagages :

Un service de transport bagages est à disposition pour ceux qui ont pris la formule cyclotouriste avec l'option transport bagages.

RAVITAILLEMENT

Parcours cyclo montagnard :

Un ravitaillement est prévu tous les 50 km environ, un plateau repas est servi à Bagnères de Luchon et un repas chaud est servi à l'arrivée.

Commun au trois parcours Juzet d'Izaut :

Initiation : Km 40

Découverte et Cyclo Montagnard : Km 58

Ravitaillement Lac de Gery :

Découverte et Cyclo montagnard Km 99

Ravitaillement Thèbe:

Initiation : Km 77

Découverte : Km 114

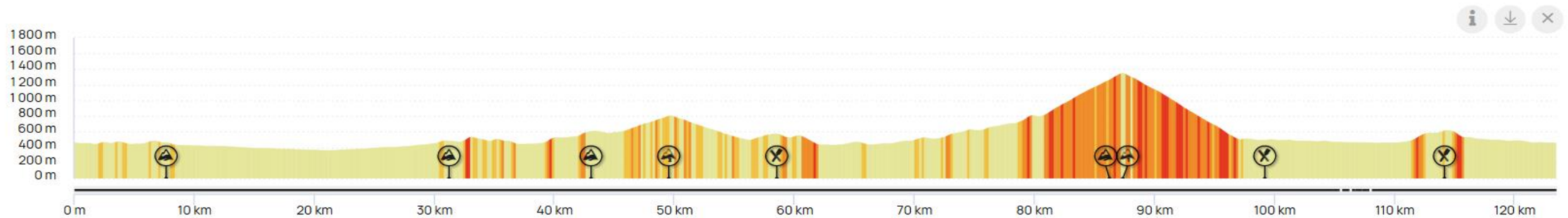
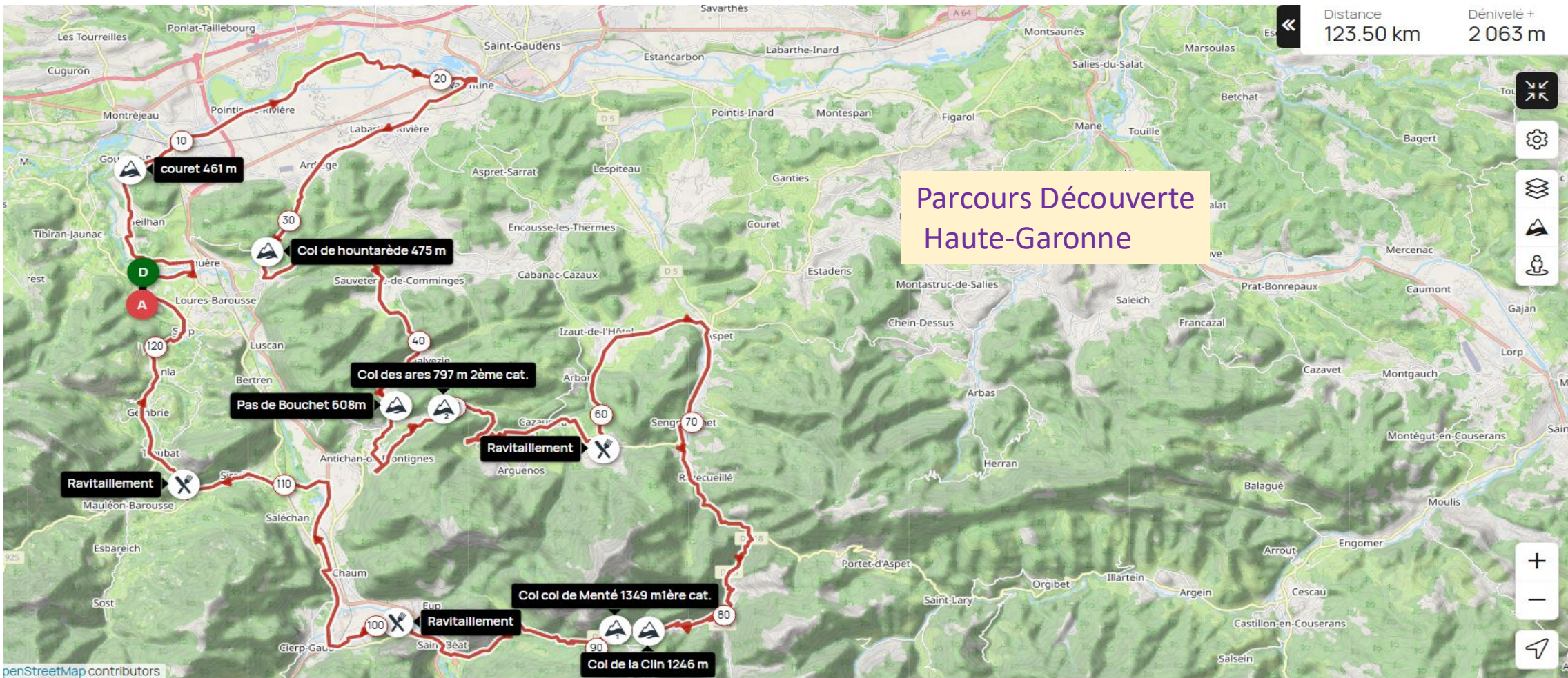
plateau repas à bagneres de Luchon:

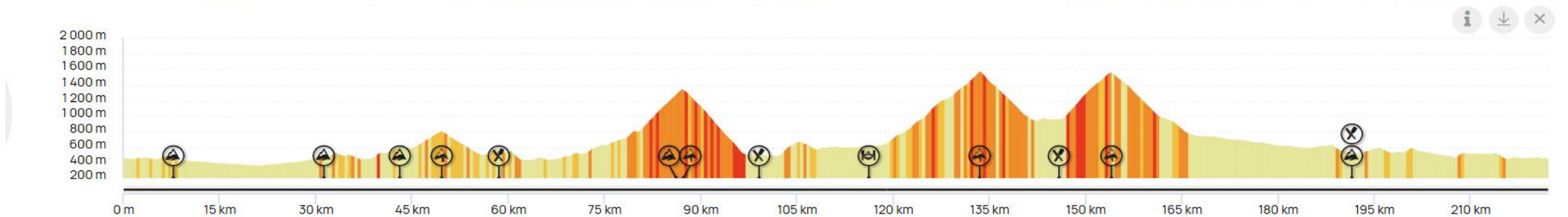
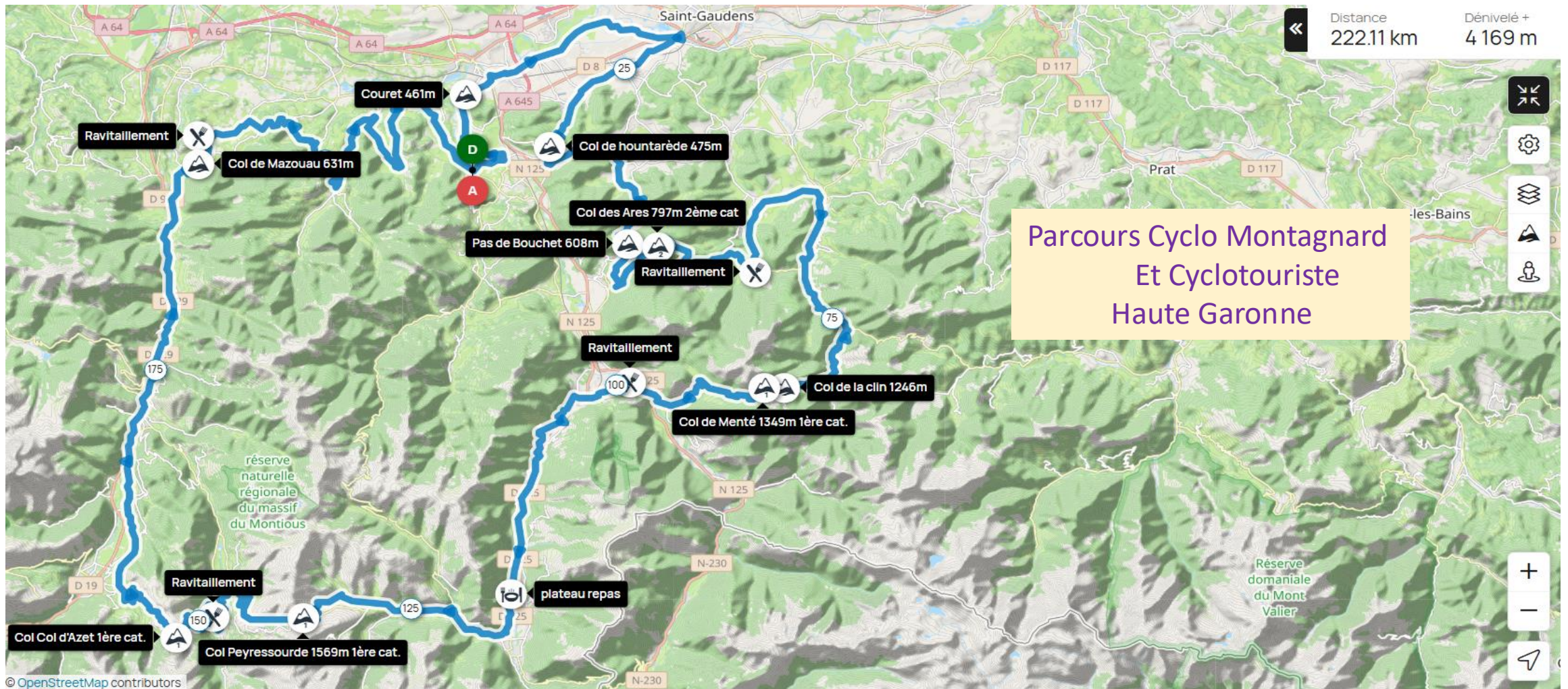
Cyclomontagnard Km 119

Ravitaillement Cyclo touriste et Cyclo montagnard à Londenvielle : Km 145

Ravitaillement Cyclo touriste et Cyclo montagnard col de Mazouau : Km 191

BUDGET PREVISIONNEL CYCLO MONTAGNARDE HAUTE GARONNE 2026			
PROJET BASE SUR 250 PARTICIPANTS			
RECETTES		DEPENSES	
INSCRIPTION	11250	FLYERS	180
PLATEAU REPAS DIMANCHE MIDI 60X10€	600	MAILLOT 250 x 30	5000
TRANSPORT BAGAGES 30X6€	180	RAVITAILLEMENTS	1500
1/2 PENSION HOTEL LUCHON 20	1500	FRAIS TRANSPORT BAGAGES	50
NUIT LYCEE LUCHON 50X25€	1250	PLATEAU REPAS SAMEDI MIDI 120	600
		1/2 PENSION HOTEL LUCHON	1500
PETIT DEJEUNER LYCEE LUCHON 50X8€	400	NUIT LYCEE	1250
BALNEO THERMES LUCHON 25X€	550	REPAS LYCEE LUCHON 50	
REPAS DIMANCHE ARRIVEE 180X20€	3600	PETIT DEJEUNER LYCEE LUCHON 50	400
		BALNEO THERMES LUCHON 25	550
		REPAS DIMANCHE ARRIVEE 180	3600
		PLAQUE DE CADRE	250
		BENEFICE	4450
TOTAL RECETTES	19330	TOTAL DEPENSES	19330





LA GRAND TETRA DES PYRENEES						
BREVET RANDONNEURS DU MASSIF PYRENEEN HAUT GARONNAIS 4 ET 5 JUILLET 2026						
BULLETIN D'INSCRIPTION				SEXE :	HOMME	FEMME
NOM				PRENOM		
DATE DE NAISSANCE			N° LICENCE			
ADRESSE :				TEL :		
CODE POSTAL			VILLE :			
ADRESSE MAIL :						
NOM DU CLUB (en toutes lettres) :						
DEPARTEMENT :				PAYS :		
TAILLE MAILLOT	XS	S	M	L	XL	XXL
FORMULE CHOISIE :						
TOURISTES DEUX JOURS SAMEDI ET DIMANCHE				OUI	X	
RANDONNEUR 1 JOUR DIMANCHE				X	OUI	
PARCOURS CHOISI :	INITIATION		DECOUVRTE		CYCLO MONTAGNARD	
TARIFS PAR PERSONNE			MONTANT		A PAYER	
LICENCE FFCT			40			
CONJOINT LICENCE FFCT			30			
NON LICENCE			50			
MOINS DE 18A (ACCOMPAGNATOIRE)			GRATUIT			
INSCRIPTION APRES LE 20/06/26			65			
AUTRES PRESTATIONS (PRIX / PERS)						
CYCLOTOURISTES						
REPAS DIMANCHE L'ARRIVEE			20			
TRANSPORT BAGAGES MAX 10 KG/PERS			6			
ETIQUETAGE OBLIGATOIRE						
NUITEE LYCEE LUCHON			25			
PETIT DEJEUNER LYCEE			8			
DEMI PENSION HOTEL.....			75			
BALNEO THERMES LUCHON SAMEDI APM			22			
RANDONNEUR						
PLATEAU REPAS DIMANCHE MIDI LUCHON			10			
REPAS DIMANCHE L'ARRIVEE			20			
			TOTAL A PAYER			
PERSONNE A PREVENIR EN CAS D'ACCIDENT :				FAIT A :		
MR/MME :				LE: SIGNATURE		
TEL :						
REGLEMENT:						
PAR CHEQUE : A L'ORDRE DU CODEP 31						
PAR VIREMENT :						
IBAN N° :						

SECURITE

- * Respecter le code de la route
- * Respecter les arrêtés municipaux ou préfectoraux
- * **Eclairage** et **gilet de sécurité** **recommandé**
 - ° Brouillard possible en journée
- * **Eclairage de sécurité** **obligatoire** :
 - ° aux départs entre 4 h et 5h45
 - ° en cas de visibilité réduite
- * Port du **casque** recommandé
- * en cas **d'accident** prévenir les secours et la permanence
- * En cas **d'abandon** prévenir la permanence

N° TELEPHONE

- * PERMANENCE : 06 09 25 86 98
06 06 06 06 06
- * Responsable SECURITE : 06 06 06 06 06
- * Tél urgences : 112
- ° SAMU : 15 POLICE : 17 POMPIERS : 18

RENSEIGNEMENT PERSONNEL

Groupe sanguin : A+ A- B+ B- O+ O- AB+ AB -
traitement en cours, allergies, autres

Personne à joindre si besoin

N° téléphone :

GRAND TETRAS DES PYRENEES

CYCLOMONTAGNARDE MASSIF PYRENEEN HAUT GARONNAIS

BREVET RANDONNEUR 5 JUILLET 2026



COL DES ARES 797 M

COL DE MENTE 1349 M

COL DE PEYRESSOURDE 1569 M

COL D'AZET 1580 M

NOM :

PRENOM :

A VALIDE :

LA CM GRAND TETRAS DES PYRENEES : 222 KM-4169 D+

Avec les félicitations du COREG Occitanie, du CODEP 31 et des Clubs organisateurs

CONTRÔLES

FEUILLE DE ROUTE

SAINT BERTRAND
DE COMMINGES
DEPART : 4H à 6H

CHECK UP

VALENTINE
HEURE PASSAGE : 5H à 7H

RAVITAILLEMENT

JUZET D'IZAUT KM 58
HEURE PASSAGE : 7H à 10H

JUZET D'IZAUT KM 58
HEURE PASSAGE : 7H à 10H

LAC DE GERY KM 99
HEURE DE PASSAGE : 9H à 12H30

PLATEAU REPAS
BAGNERES DE LUCHON KM 114
HEURE PASSAGE : 10H à 14H

LOUDENVIELLE KM145
HEURE DE PASSAGE : 11H00 à 15H30

COL DE MAZOUAU KM 191
HEURE DE PASSAGE : 13H00 à 18H30

SAINT BERTRAND
DE COMMINGES
ARRIVEE : 21 H MAXIMUM

SECURITE

- * Respecter le code de la route
- * Respecter les arrêtés municipaux ou préfectoraux
- * **Eclairage** et **gilet de sécurité** **recommandé**
 - ° Brouillard possible en journée
- * **Eclairage de sécurité** **obligatoire** :
 - ° aux départs entre 4 h et 5h45
 - ° en cas de visibilité réduite
- * Port du **casque** recommandé
- * en cas **d'accident** prévenir les secours et la permanence
- * En cas **d'abandon** prévenir la permanence

N° TELEPHONE

- * PERMANENCE : 06 09 25 86 98
06 06 06 06 06
- * Responsable SECURITE : 06 06 06 06 06
- * Tél urgences : 112
- ° SAMU : 15 POLICE : 17 POMPIERS : 18

RENSEIGNEMENT PERSONNEL

Groupe sanguin : A+ A- B+ B- O+ O- AB+ AB -
traitement en cours, allergies, autres

Personne à joindre si besoin

N° téléphone :

GRAND TETRAS DES PYRENEES

CYCLOMONTAGNARDE MASSIF PYRENEEN HAUT GARONNAIS

BREVET CYCLOTOURISTE 4 ET 5 JUILLET 2026



COL DES ARES 797 M

COL DE MENTE 1349 M

COL DE PEYRESSOURDE 1569 M

COL D'AZET 1580 M

NOM :

PRENOM :

A VALIDE :

LA CM GRAND TETRAS DES PYRENEES : 222 KM-4169 D+

Avec les félicitations du COREG Occitanie, du CODEP 31 et des Clubs organisateurs

</

