

29 et 30 Septembre

Souvenir Thierry Carmona

22^{ème} Gambade Escalaise 2018



Semi-Marathon

10Km

5Km

Marche



Championnat de France FSGT

VOLONNE



CHATEAU ARNOUX



Courses open : ouvert à toutes et à tous licenciés et non licenciés

Courses enfants : 300m - 1.5km et 3km



Le mot des co-présidents

Franck Ghisalberti et Marc Bévillacqua

Merci à vous toutes et tous qui contribuez à la réussite de cette manifestation sportive.

22ème années que nous organisons

LA GAMBADE ESCALAISE

(Souvenir CARMONA THIERRY)

Rendez-vous au centre du village de l'Escale
le samedi 29 et dimanche 30 septembre 2018.

Un événement d'envergure nationale pour cette édition qui
servira de support de
**Championnat de France FSGT de
10km et de Semi-Marathon**

Contribuer à la réussite de son village. C'est notre défi...

Nous invitons tous les Escalaises et Escalais aussi les Volonnaises et Volonnais, les Jarladines et Jarladins à partager, encourager et participer à ce week-end sportif.

Pour en savoir plus :

Contactez nous au : 06.80.02.26.23

<http://www.lagambadescalaise.fr>

ASSOCIATION DÉCLIC 04

14 MONTEE DES OLIVIERS

04160 L'ESCALE

Tél: 06.80.02.26.23

tcdeclic04@gmail.com



Le mot du maire de l'Escale Claude FIAERT

**Conseiller Départemental et Vice-Président à la Communauté
Provence-Alpes Agglomération**

Chers Ami(e)s sportives et sportifs,

La commune de L'Escale est heureuse de vous accueillir à l'occasion de la 22^{ème} édition de la Gambade Escalaise.

Elle sera, cette année, le support du championnat de France FSGT du 10km et du semi-marathon. Initiée par l'association Déclic04, cette course a connu un succès grandissant, bien au-delà des frontières de notre commune.

C'est pour moi l'occasion de mesurer l'importance de l'action de cette association, de féliciter l'engagement des bénévoles depuis toutes ces années et de me réjouir de la fidélité des coureurs sur l'ensemble des épreuves que nous organisons.

Après juin 2014, où nous avons accueilli le championnat de France de Trail, nous renouvelons notre partenariat avec la Fédération sportive et gymnique du travail pour l'organisation de cette épreuve d'envergure nationale. C'est la garantie d'un succès populaire qui associe une épreuve sportive à une animation familiale tout au long du week-end.

Ainsi nous nous inscrivons pleinement dans notre objectif qui est de favoriser l'accès aux activités de pleine nature par le plus grand nombre. Je remercie également le concours de nos deux communes voisines Château-Arnoux Saint-Auban et Volonne, du Conseil Départemental et de la Région qui nous accompagnent financièrement et logistiquement depuis toujours. Merci encore une fois, à l'ensemble des sportifs qui nous honorent en venant parcourir les magnifiques berges de notre magnifique lac de L'Escale, une retenue qui possède de grandes richesses ornithologiques et qui fût également un port fluvial important à l'époque Gallo-Romaine.

Alors je vous donne rendez-vous les 29 et 30 septembre en étant persuadé que nous serons très nombreux.

Plus que jamais, L'Escale : village du Sport Nature !

Mot de Patrick MARTELLINI
Maire de Château-Arnoux-Saint Auban
Vice-Président de la Communauté
PROVENCE ALPES AGGLOMERATION



Notre territoire s'enorgueillit de posséder une diversité d'équipements peu commune et une offre associative sportive d'une grande richesse.

D'années en années, les manifestations imaginées ici ou là pour animer villes et villages ont pris de l'ampleur et grâce à la pugnacité et souvent, l'abnégation d'une poignée de bénévoles, des compétitions de mieux en mieux organisées et plus en plus prisées ont drainé un public nombreux, heureux de venir transpirer sur nos pistes de pleine nature.

Le club, co-présidé par Marc Bevilacqua et Frank Ghisalberti a oeuvré sans relâche pour proposer une manifestation de qualité, ce qui lui vaut un soutien indéfectible des communes de l'Escale, Volonne et Château-Arnoux-Saint-Auban.

Les 29 et 30 septembre prochains, DECLIC 04 proposera une épreuve de semi-marathon comptant pour le Championnat de France. Quelle responsabilité !! Oui mais quelle fierté de se distinguer de la sorte et de mettre en lumière notre territoire qui et je ne me lasse pas de le répéter, possède un grand potentiel pour figurer en bonne place des spots de pleine nature où un environnement exceptionnel comble les sportifs, les flâneurs et les amoureux de la nature.

“L'essentiel est de participer”.

Bonne chance sous l'oeil bienveillant des supporters !

Mot de Sandrine COSSERAT
Maire de Volonne
et
Conseillère Départementale



Des milliers de coureurs ont foulé, ces 22 dernières années, à l'occasion de la Gambade Escalaise, les rivages du lac de l'Escale, ont passé le Pont de Volonne, traversant un site remarquable classé Natura 2000, ont longé les berges de Durance côté Château-Arnoux, dans un cadre empreint de nature et une ambiance des plus conviviales.

Des coureurs toujours plus nombreux, venant de plus loin et appréciant cette course pas comme les autres.

Nous sommes très heureux de cette sélection pour organiser le Championnat de France 2018 des 10km et Semi-Marathon... et en même temps, nous ne nous en étonnons pas, car pour nous cela récompense la qualité d'un investissement endurant et performant. Celui de Marc et Franck et de toute l'équipe DECLIC 04 autour d'eux, avec le soutien indéfectible de la municipalité de l'Escale, de notre communauté de commune de Moyenne Durance devenue PAA – Provence Alpes Agglomération, et de notre conseil départemental.

Merci à vous pour avoir su séduire les coureurs et les organisateurs au fil des ans et pour apporter ainsi à notre territoire un rayonnement sportif et convivial très appréciable et apprécié.

Au plaisir de ce prochain rendez-vous !

Sandrine Cosserat

et le conseil municipal de la commune de Volonne

Le mot du Président



Ligue FSGT Alpes Méditerranée



Encore une fois **DECLIC 04** accueille un championnat de France FSGT sur cette belle commune de l'Escale.

Comme le disait **Jean GIRAUDOUX** « il y a des épidémies de tout ordre, le Goût du sport est une épidémie de santé » et quelle meilleure activité sportive que la course pédestre pour garder la santé...

Nous nous inscrivons depuis plusieurs années dans cette démarche de favoriser le sport Santé Bien-être, c'est un enjeu de société aujourd'hui de favoriser la pratique et l'accès au sport pour tous qui est au cœur de nos valeurs.

Je suis très heureux que notre magnifique région Provence Alpes Côte d'Azur et la Ligue FSGT Alpes méditerranée reçoivent cette compétition nationale où chacun à son niveau hommes et femmes de plus en plus nombreuses dans cette discipline participent à cet événement.

Pour clôturer je tiens à remercier toute l'équipe bénévole du club Déclic 04 et les élus de la commune de l'Escale qui œuvre toute l'année pour vous accueillir dans les meilleures conditions.

Bonne course, bonne confrontation et bonne performance à tous.

Le Président de la Ligue FSGT
Alpes Méditerranée

Christian GUIBERT

Le mot du Président Du Comité FSGT 04/05



Je suis très heureux et fier d'accueillir au sein du Comité 04/05 cette épreuve de course à pied.

J'espère que la manifestation sera l'occasion d'un échange et d'un partage intergénérationnel et donnera l'occasion à ceux qui ne connaissent pas encore notre département de découvrir le cadre de vie privilégié dans lequel nous faisons du sport.

Je tiens à remercier la commune de l'ESCALE pour le soutien qu'elle apporte à cette manifestation, le département pour son appui, les sponsors et surtout les bénévoles qui sont les garants du bon déroulement et de la sécurité de ce genre d'épreuve.

Je remercie le club DECLIC 04 et ces deux dirigeants Marc BEVILACQUA et Franck GHISALBERTI pour l'organisation de ce championnat de France sur route.

Pour conclure, je souhaite à tous les participants qui ont fait le déplacement dans notre région une bonne course et de passer un bon week-end sportif, convivial et plein d'échange à l'ESCALE.

Franck CHABOUD
Président du comité

Situation géographique de la commune l'Escale

Le Comité d'Agglomération Provence-Alpes rassemble 46 communes

5 communautés de communes fusionnées :

- Asse-Bléone-Verdon
- Duyes et Bléone
- Haute-Bléone
- Moyenne Durance
- Pays de Seyne

46 communes

47 716 habitants

1/3 de la population du département des Alpes de Haute-Provence

Présidente : Mme Patricia GRANET BRUNELLO,
Maire de Digne les Bains

Au coeur des Alpes de Haute Provence,
ces 46 communes ont su, tout en conservant leurs identités et
leurs richesses patrimoniales, rassembler leurs énergies pour
développer ensemble l'économie, l'habitat, le tourisme, la qualité
de l'environnement et les activités de loisirs.



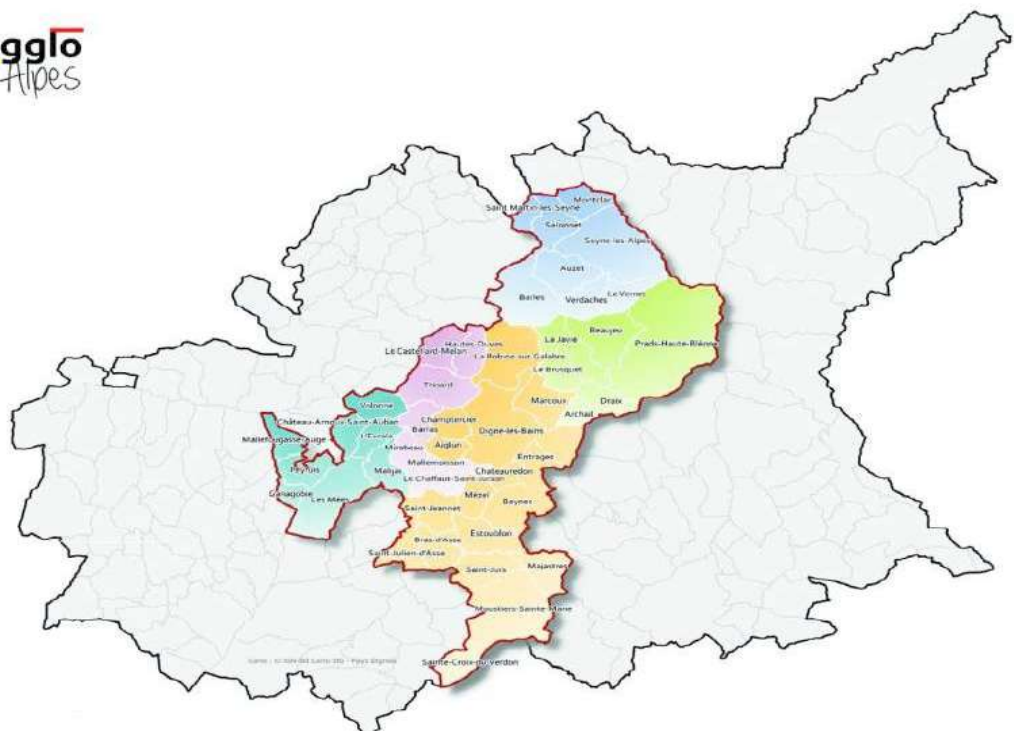
EN CHIFFRE

5 COMMUNAUTÉS DE COMMUNES :
Asse-Bleone-Verdon
Duyes et Bléone
Haute-Bléone
Moyenne Durance
Pays de Seyne

46 communes

47 716 habitants

1/3 de la population
du département



L'Escale : Le Village

<http://www.lescale.fr>



Le village de L'Escale est situé dans la vallée de la Durance, sur la route reliant Digne-les-bains à Sisteron.

L'Escale, canton de Volonne, arrondissement de Forcalquier, est un village assis au pied de la pente occidentale de la montagne du Ruth, sur la rive gauche de la Durance, à une altitude moyenne de 450 m.

Le territoire de L'Escale est relativement étendu et diversifié. Une belle plaine agricole s'étend depuis le village jusqu'aux portes de Malijai, enclavée entre la Durance et la Bléone. A l'est de vastes massifs boisés sont peuplés de chênes et de hêtres qui partent à l'assaut des crêtes qui culminent à 1298 m. Les flancs des collines sont striés de graves et de lits de torrents qui se jettent dans la Durance. Notamment au Nord celui dit de "Pierre taillée" qui sépare la commune du terroir de Volonne. A l'ouest, le village est borné sur toute sa longueur par un lac artificiel mis en eau voilà 50 ans. Cette grande masse d'eau et son exposition donnent à L'Escale son climat particulièrement tempéré et sa douceur de vivre.

Superficie de la commune : 2036 hectares Nombre d'habitants : 1369 (en constante augmentation)

Notre village au fil des siècles :

Le carrefour Durance-Bléone était déjà peuplé durant la Préhistoire. Dès

l'Antiquité et durant le Moyen Âge, la Durance étant navigable, une intense activité animait cette rivière. De nombreux bateaux descendaient son cours et le remontaient par halage. Les radeliers descendaient le bois des forêts du Dauphiné et les Grecs de Marseille commerçaient volontiers avec les village celtes de l'intérieur. L'Escale (Le Bourguet) était un important port fluvial à l'époque gallo-romaine. Une escale à mi parcours entre Embrun et le Rhône. D'où vraisemblablement l'origine de son nom. Le village se développa ensuite sur le coteau de Vière puis, plus au sud, en plaine, autour du prieuré de Mandanois fondé au 11^e s. Au 16^e s., les Escalais ont commencé à quitter le coteau de Vière et leur église dédiée à St Michel pour fonder autour de l'ancienne église priorale Notre Dame de Mandanois, devenue leur nouvelle église paroissiale, plusieurs petits hameaux, assez proches les uns des autres, portant généralement des noms de famille. La route de Sisteron à Digne, voie Salinienne ouverte par les Romains, qui traverse le village de L'Escale était une voie de communication de première importance jusqu'en 1837. C'est-à-dire jusqu'à ce que l'on construise le pont de Château-Arnoux et la voie en rive droite de la Durance. C'est bien entendu cette route qu'emprunta Napoléon 1^{er} lors de son retour de l'île d'Elbe le 5 mars 1815. Plus récemment, en 1961, la construction du pont-barrage et la mise en eau du lac ont un peu bouleversé le paysage et apporté une embellie touristique.

Le saviez-vous ?

L'Escale offre la particularité de s'être émancipée de la sujétion seigneuriale bien avant l'abolition des privilèges en août 1789.

Les Escalais avaient racheté leurs droits à leurs seigneurs



Samedi 29 septembre 2018

Championnat de France de 10km & Semi-Marathon F.S.G.T à l'Escale

ACCUEIL

Accueil à la M.A.C (Maison des Associations et Culturelles) au centre du village

De 14h00 à 19h15 : Informations & Secrétariat – remise des dossards pour les licenciés FSGT et courses open.

De 20h00 à minuit : Pasta Party (boissons comprises) avec orchestra. Les réservations s'effectueront lors de votre inscription à la Gambade Escalaise avant le 24 septembre, par votre club, Internet ou par courrier.

Les tickets d'entrée sont à retirer le 29 septembre de 14h00 à 19h15

5€ pour tous les coureurs inscrits. Pour les accompagnants une participation de 7€ sera demandée, 4€ pour enfants de moins de 16 ans et gratuite pour les enfants de moins de 5 ans.

Navette :

Une navette gratuite sera mise à disposition le samedi 29 septembre pour ceux qui arriveront en Train et seront déposés sur les lieux d'hébergements partenaires de la Gambade Escalaise.

Cette même navette vous déposera le dimanche matin sur le lieu du départ. Pour votre retour la navette sera à votre disposition le lundi uniquement. Un planning horaire sera établi pour chacun d'entre vous !

Un parking obligatoire pour voiture sera aménagé au Stade Municipal qui se trouve à moins de 700 mètres du centre du village.

Des **vestiaires – Wc - Douches** Hommes et Femmes seront à votre disposition.

Ne rien laisser dans les vestiaires, l'organisateur décline toute responsabilité en cas de perte, de dégradation ou de vol.

Sécurité: Il sera fait appel aux pompiers en cas d'urgence, la Croix Rouge Française sera sur place.



Diverses animations seront proposées à partir de 11h00
à 18h dans le centre du village de l'Escale

Samedi 29 septembre 2018

Rendez vous au centre du village
de l'Escale
De 11h00 à 18h



SPORT SANTE DECOUVERTE POUR TOUS

TEAM RUNNER
DECLIC04

Pass'Sport !



De 20h00 à minuit : Grande soirée avec animation

Pasta Party (boisson comprise) avec groupe de Rock “ **Absolute Rock**”
(les réservations s’effectueront lors de votre inscription à la Gambade Escalaise
avant le 24 septembre par votre club, Internet ou par courrier).

Dimanche 30 septembre 2018
Championnat de France de 10km et Semi-Marathon
F.S.G.T à l'Escale

PROGRAMME :

A partir de 8h00 : Retrait des dossards à la M.A.C (Maison des associations et culturelles)

09h50 : Départ du 10km

10h00 : Départ du Semi-Marathon

10h15 : Départ du 5km (ouvert à tous à partir de 2004 et avant)

12h15 : Buffet animation avec remise des récompenses du classement courses Open avec remise des récompenses du classement F.S.G.T (Chpt de France)

REGLEMENT :

CLASSEMENT INDIVIDUEL

Récompenses Championnat de France F.S.G.T pour les licencié (es) FSGT. Médailles à chacun des trois premiers et premières. Titre et maillot de Championnat de France F.S.G.T à l'athlète classé (e) premier (e) de chaque catégorie.

Courses open : Tee-shirt technique à tous. Seront récompensés : Les trois premiers et les trois premières aux scratchs de chacune des épreuves, Coupes ou lots divers aux 3 premiers de chaque catégorie (H et F).

CLASSEMENT PAR EQUIPES

Un classement effectué à partir du scratch sur le cumul des trois meilleurs athlètes.

Un classement femme et homme. Trois types de classement en fonction de l'épreuve.

Médaille à chacun des trois athlètes composant les trois premières équipes.

10km = Cadets, Juniors, Séniors 1 et 2 confondus d'une part et Vétérans confondus d'autre part (en cas d'ex aequo, prédominance donnée à l'équipe possédant le meilleur troisième temps).

21km = Séniors 1 et 2 confondus d'une part et Vétérans confondus d'autre part (en cas d'ex aequo, prédominance donnée à l'équipe possédant le meilleur troisième temps).

Titre et maillot de championnat de France FSGT à athlètes de la première équipe.

CHALLENGE DU NOMBRE

Challenge du nombre sur les trois distances. La remise des récompenses s'effectuera à la **M.A.C** (Maison des Associations et Culturelles) à partir de 12h15. Dotations diverses.

***Tarifs d'engagements: 21,1km : 21€, 10km : 16€, 5km : 7€**

☐ Je participe à la Pasta Party de la veille : 5€ (accompagnant: 7€) gratuit aux enfants de moins de 5 ans.

☐ Je participe au buffet après course: 5€ (accompagnant: 7€) gratuit aux enfants de moins de 5 ans.

***Attention** : Aucun buffet pour coureurs et accompagnants ne sera vendu le jour de la course.

INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS :

Site Internet : <http://www.lagambadescalaise.fr>

Tél : 06 80 02 26 23 (Marc Bévillacqua) – Courriel : tdeclic04@gmail.com

Dimanche 30 septembre 2018

Championnat de France de 10km et Semi-Marathon F.S.G.T à l'Escale

Catégories d'âges FSGT **2018/2019**

Engagements Semi-Marathon

Inscriptions et règlement à retourner **avant le 14 septembre** 2018 à la F.S.G.T – CFA Athlétisme 14/16 rue Scandicci – 93508 Pantin cedex Tél : 01 49 42 23 64 – Fax : 01 49 42 23 60 – athletisme@fsgt.org

Règlement de 21€ par coureur (hors Pasta et buffet) – chèque à l'ordre de la F.S.G.T. Catégories d'âges F.S.G.T en vigueur de junior à vétéran.

CLUB :Responsable.....

Adresse complète :

.....

.....

Téléphone :Email :

NOM	PRENOM	ANNEE/CATEGORIE	LICENCE

Dimanche 30 septembre 2018

Championnat de France de 10km et Semi-Marathon F.S.G.T à l'Escale

Catégories d'âges FSGT **2018/2019**

Engagements 10km

Inscriptions et règlement à retourner **avant le 14 septembre** 2018 à la F.S.G.T – CFA Athlétisme 14/16 rue Scandicci – 93508 Pantin cedex Tél : 01 49 42 23 64 – Fax : 01 49 42 23 60 – athletisme@fsgt.org

Règlement de 16€ par coureur (hors Pasta et buffet)– chèque à l'ordre de la F.S.G.T. Catégories d'âges F.S.G.T en vigueur de cadet à vétéran.

CLUB :Responsable.....

Adresse complète :

.....
.....

Téléphone :Email :

NOM	PRENOM	ANNEE/CATEGORIE	LICENCE

Championnat de France du 10km et Semi-Marathon FSGT
Réservation à la Pasta Party du 29 septembre et au Buffet du 30 septembre 2018

Imprimé de réservation à retourner accompagné de son règlement **avant le 25 septembre 2018** à :
Association Déclic - 14 Montée des Oliviers – 04160 l'ESCALE – Tél: 06 80 02 26 23
tcdeclic04@gmail.com

Pasta Party : 5€ par coureur (boisson comprise), accompagnant 7€, moins de 16ans 4€, gratuit moins de 5ans

Buffet : 5€ par coureur (boisson comprise), accompagnant 7€, moins de 16ans 4€, gratuit moins de 5ans

CLUB :Responsable.....

Adresse:Code Postale:

Téléphone :Mail:.....

NOM	PRENOM	Nombre de Pasta Party	Nombre de Buffet	Total

LES PARCOURS ET PROFILS

Tour du lac sur sentier aménagé et sécurisé qui regroupe les 3 communes
(Championnat de France F.S.G.T)



LES PARCOURS ET PROFILS

Distances: 5km



**3 distances pour enfants sont aussi au programme dans les rues du village
“le samedi 29 septembre”**

300m – 1,5km – 3km (courses enfants)

POUR SE RENDRE A L'ESCALE

A seulement 450 mètres d'altitude en moyenne, adossés à la colline, au milieu des champs de lavande et des oliviers, les sentiers de randonnée et la nature sauvage commencent à notre porte. Avec 300 jours de soleil par an, un air pur et sec, des nuits fraîches en été...on y est bien.

L'hiver, nous sommes à 1 heure des stations de ski. L'été, à 1 heure de la mer, des calanques et des plages de la Méditerranée.
Que demander de mieux ? C'est sans conteste le lieu de résidence idéal. Jaloux?
Vous avez des raisons de l'être !

ACCES :

Le Val de Durance est le carrefour actif d'un réseau de communications régionales et européennes.

En voiture

Au départ de Grenoble, prendre la RN 75 direction Sisteron en empruntant le Col de Lus La Croix Haute.

En venant du sud, autoroute A 51, direction Sisteron, sortie Peyruis.

L'autoroute A51 relie actuellement Marseille à Gap. Le tronçon en construction vers Grenoble nous ouvrira prochainement vers le coeur de l'Europe.

En train :

Ligne SNCF depuis Marseille, Lyon, Paris... Gare de Château-Arnoux/Saint-Auban sur la Communauté de Communes.

TGV : Gare d'Aix les Milles

En avion :

Aéroport international de Marseille-Provence à Marignane. A 1h15 par autoroute.

HEBERGEMENTS

Hôtels – Camping – Gîtes

PARTENAIRE :

Profitez d'un accueil privilégié de la part de ce partenaire de la Gambade Escalaise. Agréée qualité touriste, vous trouverez au [Camping de l'hippocampe](#) tout le confort nécessaire pour séjourner en famille ou en groupe (location de mobile-homes, chalets, bungalows de 4, 5, 6 places)



Contact : Tél. 04 92 33 50 00

Mail : camping@l-hippocampe.com

N'hésitez pas à contacter l'office du Tourisme
d'autres hébergements pourront vous être proposés

Les Hôtels:

Hôtel du Lac : 12 allée des Erables – 04160 Château-Arnoux : Tél: 04 92 64 04 32

Hôtel du Château : place Jean Jaurès – 04160 Château-Arnoux : Tél: 04 92 64 00 26

Le Mistral : Les Bons Enfants – 04200 Peipin : Tél: 04 92 62 44 11

Le Moulin du Jabron : Les Bons Enfants – 04200 Peipin : Tél: 04 92 6244 01 ou 06 84 89 14 95

Les Gîtes :

La Fenièrre : Impasse de la Fenièrre, Champarlaud – 04200 Peipin : Tél: 04 92 62 44 02

Mas St André : Quartier St André – 04160 L'Escalé : Tél: 04 92 62 68 34 ou 06 64 44 82 97

Michel et Eva Perreault : Chemin de Vierre – 04160 L'Escalé : Tél: 04 92 31 30 40

Chez Sandrine Cosserat: 5 rue de la Liberté – 04290 Volonne : Tél: 04 92 64 08 78 ou 06 10 27 48 02

Les Oisillons: Le Plan – 04290 Volonne : Tél: 04 92 64 24 58

Les Chambres d'hôtes:

Rando'Aéro : Le jas du Gabian – Le Courcousson – 04290 Volonne : Tél: 04 92 34 52 06 ou 06 13 90 28 13

Pour tous renseignements **OFFICE DU TOURISME** **Du Val de Durance**

Office de Tourisme et Base VTT du Val de Durance
Ferme de Font Robert - Avenue de la Bastide - 04160 Château-
Arnoux Tél. 04 92 64 02 64 - Fax : 04 92 64 54 55

Courriel : [tourisme@la-moyenne-
durance.fr](mailto:tourisme@la-moyenne-durance.fr) [http://www.valdedurance-
tourisme.com](http://www.valdedurance-tourisme.com)

Ouvert d'octobre à mai du lundi au samedi : 9h - 12h et 14h - 18h, le samedi matin uniquement. Ouvert de juin à septembre du lundi au samedi : 9h30 - 12h30 et 14h30 - 18h30.
Ouverture le dimanche en juillet et août de 9h30 à 13h.