

Communiqué de presse – Les 2 Alpes – 29 octobre 2024
CP N°1 – Les Lumières de la Muzelle

UNE COURSE ATYPIQUE, LES PIEDS DANS LA NEIGE AU COUCHER DU SOLEIL : LES LUMIÈRES DE LA MUZELLE, LE 11 JANVIER, AUX 2 ALPES

Toutes les infos : <https://www.les2alpes.com/hiver/decouvrir/une-station-qui-bouge/les-lumieres-de-la-muzelle/>

Film 2024 : <https://www.youtube.com/watch?v=L4d93G6evwM&t=9s>

Inscription 2025 : <https://www.leslumieresdelamuzelle.com/>



Quand l'hiver s'installe aux 2 Alpes, l'excitation est palpable, envahissant les sommets enneigés. Avec 85% de la clientèle se livrant aux joies du ski, on pourrait croire que cette discipline règne en maître. Pourtant, un autre sport d'hiver gagne de plus en plus d'adeptes : le trail. Souvent associé à l'été, le trail s'est imposé comme une activité incontournable même en hiver. Depuis 12 ans, sa popularité ne cesse de croître, portée par l'enthousiasme de la communauté des coureurs.

L'association Les 2 Alpes Trail joue un rôle central dans cette effervescence, rassemblant les passionnés autour de conseils, de rendez-vous hebdomadaires, de cartographies de sentiers dédiés et d'événements. Parmi ces rendez-vous, Les Lumières de la Muzelle s'impose comme un moment phare. La 12ème édition, prévue le samedi 11 janvier 2025, promet d'être spectaculaire.

L'année dernière, près de 1400 participants ont foulé les pistes enneigées, un chiffre qui a doublé depuis la première édition. Coorganisé avec la station des 2 Alpes, l'événement assoit la réputation de la destination en tant que camp de base privilégié pour les traileurs. Cette course blanche atypique voit les coureurs dévaler la neige au coucher du soleil, un spectacle unique qui débute à 2100 mètres d'altitude, dans le secteur de Vallée Blanche.

Depuis ce point de départ, les participants bénéficient d'un superbe panorama, dominé par la station des 2 Alpes, le Parc National des Écrins, le glacier des 2 Alpes, les Grandes Rousses et la vallée du Bourg d'Oisans. Ce cadre époustouffant à 360 degrés constitue l'un des atouts majeurs de la course. Les sentiers enneigés sont soigneusement balisés et préparés par les équipes de l'association de trail et de la société du domaine skiable, SATA 2 Alpes, garantissant une expérience inoubliable.

Cette année, quatre parcours sont proposés pour répondre à tous les niveaux : 8 km (nouveau), 10 km, 21 km et 42 km. Que l'on soit débutant, amateur ou expert, chacun y trouve son compte, profitant de cette communion avec la nature dans des conditions exceptionnelles. Les Lumières de la Muzelle n'est pas seulement une course, c'est une célébration du trail en hiver, un rendez-vous qui séduit et rassemble. L'année passée, Yannick Noël et Mathieu Blanchard, ambassadeurs trail des 2 Alpes, remportaient le marathon ensemble en 3h25. Il ne reste plus qu'à se préparer pour venir défier les sentiers de trail des 2 Alpes et se mesurer à ces deux grands champions de la discipline.

LES PARCOURS

Le parcours « nouveau » = 8km

8km - 150m d+ / 580m d-

Samedi 11 janvier 2025 - départ à 15h30 (épreuve 100% de jour)

Le parcours se fait de jour, majoritairement en descente et surtout il est accessible à tous pour courir sur la neige.

Le parcours « découverte » = 10km

10,8km - 220m d+ / 650m d-

Samedi 11 janvier 2025 - départ à 17h30

Le parcours se fait en nocturne, majoritairement en descente, et il permet de profiter à fond de l'expérience.

Le parcours « semi-marathon » = 21km

21,1km - 600m d+ / 1030m d-

Samedi 11 janvier 2025 - départ à 17h

Une magnifique course sur neige pour les traileurs confirmés !

Le parcours « marathon » = 42km

42,2km - 1410m d+ / 1840m d-

Samedi 11 janvier 2025 - départ à 15h

L'incroyable challenge réservé aux très bons traileurs prêts à affronter des conditions difficiles : le mara-trail sur neige !

LE PROGRAMME

Vendredi 10 janvier 2025

17h - 19h : Retrait des dossards au palais des sports des 2 Alpes

Samedi 11 janvier 2025

9h30 - 16h15 : Retrait des dossards au palais des sports des 2 Alpes

(13h45 max pour le 42km, 15h45 max pour le 21km)

15h : **Départ du 42km** (à La Troïka 2100m, accès via télécabine de Super Venosc)

15h30 : **Départ du 8km** (à La Troïka 2100m, accès via télécabine de Super Venosc)

17h : **Départ du 21km** (à La Troïka 2100m, accès via télécabine de Super Venosc)

17h : **Départ du 10km** (à La Troïka, 2100m accès via télécabine de Super Venosc)

16h05 - 17h45 : Arrivées du 8km

18h15 - 20h00 : Arrivées du 10km

18h30 - 21h30 : Arrivées du 21km

18h30 - 22h30 : Arrivées du 42km

Infos +++

Les 2 Alpes est organisateur d'un trail blanc en hiver mais aussi d'un trail en été : **LE DÉFI DE LA MUZELLE, du lundi 21 au vendredi 25 juillet 2025**. L'événement est mené également par l'association de trail : Les 2 Alpes trail. Une organisation minutieuse et un bel esprit ! C'est une course de trail par étapes sur 4 jours selon 2 choix de parcours : le petit défi de la Muzelle (50 KM) ou le grand défi de la Muzelle (100 KM). Le Défi de la Muzelle évolue dans un environnement montagne hors du commun celui des 2 Alpes, de la vallée du Vénéon et du Parc National des Écrins.