

18^A EDICIÓN

10.11 Y 12 DE JULIO

ALTRI^{MAN}
ROADBOOK2026

PALABRAS DE LA ORGANIZACIÓN	3
PALABRAS DE LOS REPRESENTANTES LOCALES.....	4
PROGRAMA 2026	7
CÓMO LLEGAR AL ALTRIMAN	8
PLANO DEL SITIO	9
INSCRIPCIÓN	10
ESTACIONAMIENTO	11
LANZADERA	13
¿CÓMO PROCEDER?	14
PARQUE DE BICICLETAS	18
ENTREGA DE BICICLETAS.....	20
EQUIPO OBLIGATORIO	22
REGLAMENTO - PENALIZACIONES.....	23
BRIEFING - PASTA PARTY.....	24
METEO - ASISTENCIA MÉDICA - DESPUÉS DE LA CARRERA	25
RECORRIDOS - TIEMPOS LÍMITE	27
ALTRIMAN FULL (XXL).....	28
ALTRIMAN HALF (L).....	33
ALTRIMAN OLYMPIC (M).....	39
ALTRIMAN SPRINT (S).....	44
AVITUALLAMIENTOS	48
ACOMPAÑANTES.....	50
PALMARÈS ALTRIMAN FULL.....	51
COMPARTE TU EXPERIENCIA.....	52
RESULTADOS Y SEGUIMIENTO	54
LOS VOLUNTARIOS.....	55
LA COMIDA DEL DOMINGO.....	56
AGRADECIMIENTOS.....	57

« 18.^a EDICIÓN DEL ALTRIMAN... BIENVENIDOS...

Ya estáis aquí.

En el corazón de los Pirineos. Donde las montañas inspiran respeto, donde los paisajes son inmensos... y donde cada kilómetro hay que ganárselo.

El Altriman no es una carrera que se recorre distraídamente. Es una experiencia que se vive plenamente.

El frío de la mañana junto al lago. El silencio de los puertos de montaña. El viento, a veces. Las piernas que dudan. La mente que negocia. Y luego esos momentos suspendidos en el tiempo en los que todo encaja y uno se siente exactamente donde debe estar.

Aquí, cada distancia tiene su propia historia. Del Sprint al Full, cada participante viene en busca de algo diferente... pero todos se marchan con un poco más de lo que habían venido a buscar.

Los recorridos son exigentes, por supuesto. Pero detrás de esa dificultad hay algo poco común: una aventura profundamente humana. Porque más allá de los cronómetros y las clasificaciones, el Altriman también son los ánimos al borde de la carretera, un voluntario que ofrece avituallamiento con una sonrisa, una mano sobre el hombro cuando aparecen las dudas.

Este año, cerca de **200 voluntarios, colaboradores y miembros de la organización** vuelven a movilizarse para hacer posible esta edición. Su energía, su presencia y su compromiso forman parte esencial del espíritu del Altriman. Así que dedica también un momento a mirarlos, a sonreírles y a darles las gracias.

Has elegido una prueba fuera de lo común. Y si hoy estás leyendo estas líneas, es porque hay algo dentro de ti que buscaba precisamente esta intensidad.

Ahora... disfruta de cada instante.

De los paisajes. De los encuentros. De los momentos de gracia, pero también de los momentos más difíciles. Porque son, a menudo, los que permanecen más tiempo en nuestra memoria.

Todo el equipo del Altriman te desea una aventura inolvidable.

Y, sobre todo... **no olvides levantar la vista.**

SPAR
Dos tiendas a tu disposición
 (una en la parte alta de la
 estación, av. de Balcère, y otra
 abajo, frente a Angléo).



PALABRAS DE LOS REPRESENTANTES LOCALES



Estimados participantes del Altriman :

El Altriman ocupa un lugar especial en el panorama deportivo de los Pirineos Catalanes. Mucho más que una competición, este evento encarna el espíritu que define nuestro territorio: el gusto por el esfuerzo, la superación personal, el respeto por la naturaleza y el placer de practicar deporte en un entorno excepcional.

Desde hace muchos años, los Pirineos Catalanes reciben a deportistas aficionados, apasionados del deporte y atletas de alto nivel que vienen a disfrutar de unas condiciones de entrenamiento únicas. Entre las carreteras de montaña, los senderos de altura, los espacios naturales preservados y los extraordinarios paisajes que rodean, entre otros lugares, el lago de Matemale, nuestro territorio se ha consolidado como un destino de referencia para los deportes de resistencia.

Queridos triatletas, nos complace daros la bienvenida no solo a esta edición del Altriman, sino también a las numerosas instalaciones deportivas que os reciben durante todo el año.

En este sentido, el **Bosque de la Matte**, con su famosa pista finlandesa, constituye un lugar emblemático. Verdadero referente para el entrenamiento de medio fondo, la preparación física y el triatlón, ha visto pasar a lo largo de los años a numerosos campeones que han venido a buscar los beneficios de la altitud y la excepcional calidad de sus recorridos.

La reapertura del **Espacio Deportivo Pyrénées Catalanes**, con su piscina nórdica y su sala de musculación, sin olvidar su zona de restauración y bienestar (jacuzzis y otros espacios acuáticos), supone un paso importante para nuestro territorio. Muy apreciado por los triatletas cuando estaba en funcionamiento, recuperará plenamente su vocación como instalación dedicada al rendimiento, al entrenamiento y a la acogida de concentraciones deportivas.

Esta nueva oferta, unida a las infraestructuras ya existentes (rutas de BTT y senderismo, estaciones de esquí de fondo de **La Llose** y **La Calme**, entre otras), a nuestro entorno excepcional y a la tradición de hospitalidad local, completará un ecosistema ya especialmente atractivo para deportistas de todos los niveles.

Estoy convencido de que los próximos años permitirán reforzar aún más el atractivo de nuestro territorio para la comunidad del triatlón.

Los Pirineos Catalanes reúnen todas las cualidades necesarias para convertirse en un lugar privilegiado de preparación para el Altriman y, más ampliamente, en un escenario excepcional para todos los apasionados del triatlón y de los deportes al aire libre.

Recibid un cordial saludo deportivo,

Pierre BATAILLE

**Presidente de la Comunidad de Municipios
"Pirineos Catalanes"**



Querida amiga, querido amigo triatleta :

Es un inmenso placer darte la bienvenida a esta **18.ª edición del Altriman...**

Anatole France escribió: *«Nada hay bueno en la vida excepto las emociones.»*

Pues bien, a través de esta prueba mágica, vas a vivir una historia fuera de lo común.

La intensidad de la preparación te ha llevado más allá de lo que normalmente se considera un comportamiento «normal». La dureza de los entrenamientos, el tiempo que les has dedicado... Las miradas de asombro de amigos y familiares cuando les explicabas tu proyecto (¡seguramente pensaron que estabas un poco loco!) no hicieron más que confirmar tu condición de persona «diferente».

A medida que se acercaba la salida, tus pensamientos se centraban cada vez más en la prueba. Quizás has tenido algunas actitudes extrañas o has pronunciado frases que para los demás parecían completamente incoherentes... ¿No te has dado cuenta? No te preocupes, es algo habitual.

Y qué decir de ese estrés que aparece de repente, que crece poco a poco y cada vez con más intensidad a medida que se acerca el gran día... y que desaparece de golpe en el mismo instante en que se da la salida.

Fuera de lo común estarás tú, solo a pesar de los demás, en medio de estos paisajes grandiosos. Intenso, casi inhumano, será el sufrimiento en los momentos más difíciles. Sin duda. Pero no te rendirás.

Y luego llegará la meta.

¡Magnífica, extraordinaria será la emoción de cruzarla! **¡FINISHER!**

Agotado. Exhausto. Sin una gota de energía. Completamente vacío.

¡Pero inmensamente feliz!

Si participas en el Altriman por primera vez... todo esto se convertirá en realidad. Emociones auténticas. De las que dejan huella.

Y si ya has vivido esta experiencia, sabes exactamente de qué estoy hablando, aunque cada edición sea diferente de la anterior.

Debes saber que nosotros, la gente de aquí, sentimos admiración y orgullo por vosotros.

Y si os ha gustado nuestra tierra, volved a visitarnos. En invierno para esquiar, para disfrutar de los baños de Angléo, descubrir el parque animal o saborear nuestra gastronomía local.

Las emociones serán menos intensas que las que ofrece la competición... pero después del esfuerzo, llega el descanso y el disfrute.

¡Que tengáis una excelente carrera!

Michel Poulade

Alcalde del municipio de Les Angles

LOS PATROCINADORES DEL ALTRIMAN

Restaurant LA RAMBALLADE

Spécialités et grillades au feu de bois



1, rue de la Ramballade
66210 LES ANGLES

Tel. 04.68.04.46.32
Port. 06.12.82.06.86



VIERNES 10 DE JULIO DE 2026

- 14:00 - 18:00:** Salón del Triatlón (Espacio Angléo).
- 14:00 - 18:00:** Recogida de dorsales Altriman y Half (Espacio Angléo).
- 17:00 - 19:00:** Entrega obligatoria de bicicletas Altriman (XXL), Half (L) opcional.
- 18:15:** Briefing Altriman (XXL) en francés (sala de cine).
- 19:00:** Briefing Altriman (XXL) en inglés y español (sala de cine).
- 19:00:** Apertura de la Pasta Party (Campo de tenis).

SÁBADO 11 DE JULIO DE 2026

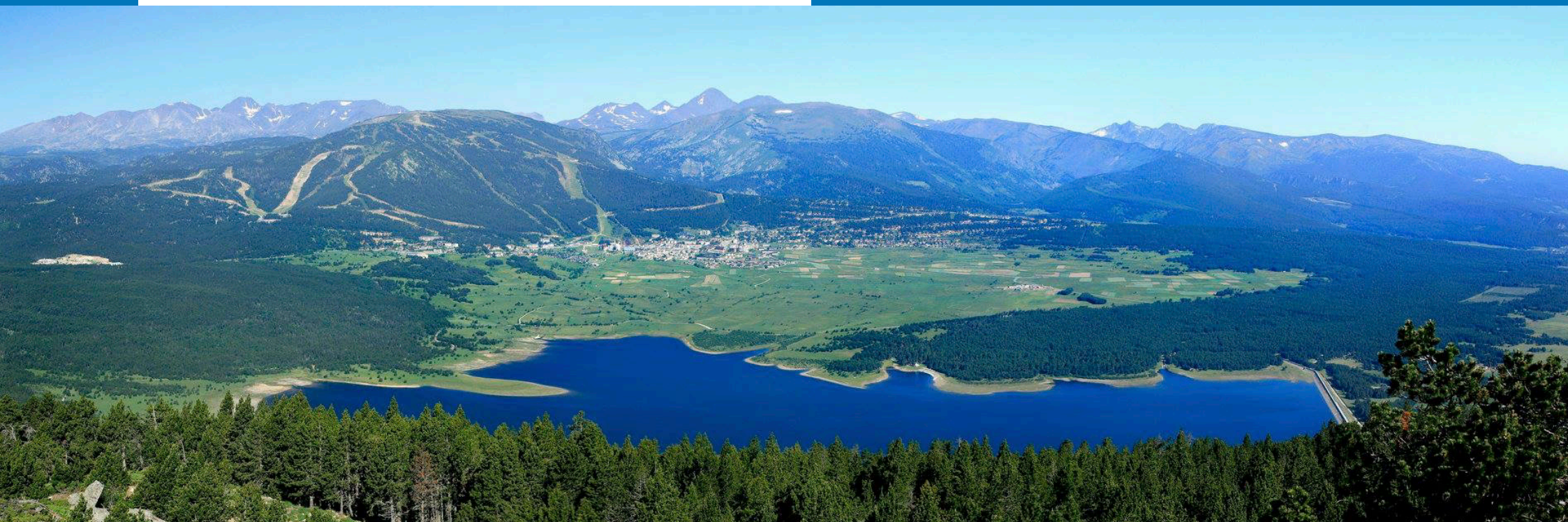
- 04:15 y 04:45 :** Salida de las lanzaderas 1 & 2 ALTRIMAN Full (Telecabinas).
- 05:30:** SALIDA ALTRIMAN FULL (Base del osito, lago de Matemale).
- 07:00 y 07:30:** Salida de las lanzaderas 1 & 2 Half ALTRIMAN (Telecabinas).
- 08:20:** Briefing obligatorio del Half (Salida natación).
- 08:30:** SALIDA HALF ALTRIMAN (Base del osito, lago de Matemale).
- 13:00 - 19:30:** Salón del Triatlón (Espacio Angléo).
- 13:00 - 19:30:** Recogida de dorsales – Olímpico y Sprint (Espacio Angléo).
- 13:30 - 19:30:** Llegada de los participantes del Half-Altriman (Espacio Angléo).
- 17:30 - 01:30:** Llegada de los participantes del Altriman (Espacio Angléo).
- 20:00 - 00:00:** Fiesta de los Finishers – Comida y música (Espacio Angléo).

DOMINGO 12 DE JULIO DE 2026

- 06:30 - 07:45 :** Entrega de bicicletas Altriman Olympic (M) y Sprint (S).
- 07:50 :** Briefing obligatorio del OLYMPIC (salida natación).
- 08:00 :** SALIDA DEL OLYMPIC (Base del osito, lago de Matemale).
- 08:05 - 08:15 :** Entrega de bicicletas Altriman Sprint (S).
- 08:50 :** Briefing obligatorio del Sprint (salida natación).
- 09:00 :** SALIDA DEL SPRINT (Base del osito, lago de Matemale).
- 10:00 - 13:30 :** Salón del Triatlón (Espacio Angléo).
- 10:10 :** Llegada de los primeros del SPRINT (Espacio Angléo).
- 10:30 :** Llegada de los primeros del OLYMPIC (Espacio Angléo).
- 11:30 :** Apertura de la comida post-carrera (Campo de tenis).
- 12:45 :** Fotos de los finishers ALTRIMAN FULL.
- 13:00 :** Entrega de premios (Campo de tenis).
- 15:00 :** Cierre del área de transición vigilada



**¡DESCUBRE A LOS PATROCINADORES DEL
ALTRIMAN GRACIAS A ESTE DISTINTIVO
COLOCADO EN LOS ESCAPARATES!**



CÓMO LLEGAR A LES ANGLES :

- GPS : 42°34'36.7"N 2°05'44.0"E
- Desde Perpiñán : RN116 hasta Mont-Louis, luego seguir hacia Les Angles.
- Desde Toulouse : A61 hasta Foix, seguir RN20 hasta el Túnel de Puymorens, luego dirección Mont-Louis y Les Angles.

La entrada al bosque de La Matte se hace por una única vía. La señalización puesta por la organización del Altriman te indicará esta entrada única (Entrada nº 2).



-  **PARKING CORREDOR
LANZADERAS**
- TERRAIN DE TENNIS**
-  **ZONA DE
RESTAURACION**
-  **LLEGADA
ESPACIO ANGLÉO
SALÓN DEL TRIATLÓN**
-  **CINE BRIEFING
ALTRIMAN FULL**
-  **PARKING MINI GOLF**
-  **PARKING PB**
-  **PARQUE DE
BICICLETAS**
-  **SALIDA NATACIÓN**

PASO 1

Me presento en la recogida de dorsales.

PASO 2

Presento mi documento de identidad, mi tarjeta de dorsal recibida por correo electrónico unos días antes y mi licencia FIS (salvo que ya la haya enviado en línea).

PASO 3

Recibo mi pack, que incluye:

- 1 gorro de natación
- 1 dorsal
- 1 chip de cronometraje
- 1 adhesivo para la tija del sillín
- 1 adhesivo para la bolsa de efectos personales
- 1 adhesivo para colocar en la parte frontal del casco
- Tickets de comida (si se reservaron previamente)
- 3 bolsas de transición (para los participantes del XXL)
- 3 etiquetas para identificar las bolsas de transición (XXL)
- 1 vale de 10 € para la tienda oficial
- 1 polo coleccionista ALTRIMAN (XXL)



SKiSET LES OLYMPIADES

Alquiler de esquís 10 av. Mont Louis, LES ANGLES 04 68 04 30 26



APARCAMIENTO PARA CORREDORES EN EL PUEBLO ESTACIÓN LES ANGES

📍 A la entrada del pueblo estación (Parking Telecabinas).
Por favor, deja tu vehículo aquí y baja en bici o usa los autobuses lanzadera puestos a tu disposición para la carrera.

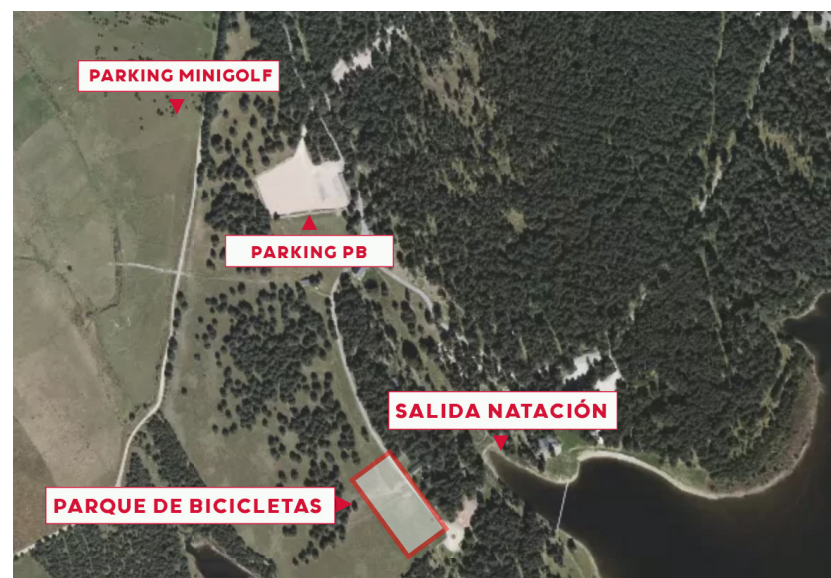
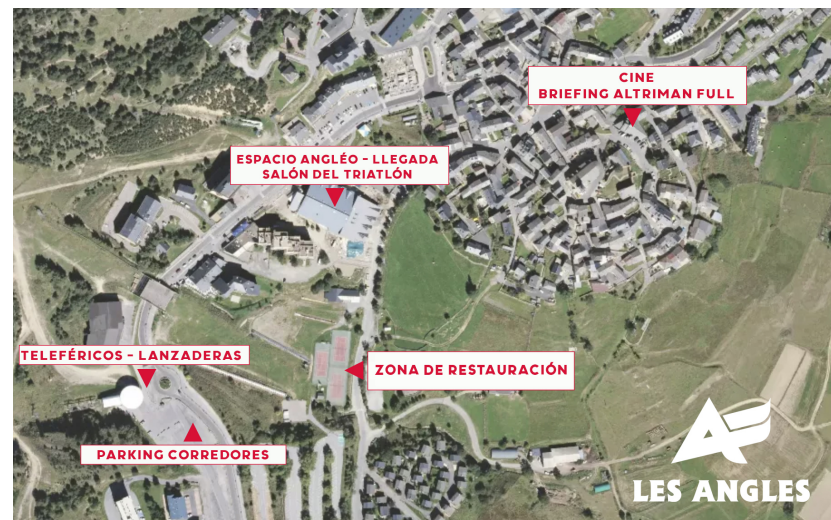
APARCAMIENTO DEL MINIGOLF – ZONA DEL LAGO – BOSQUE DE MATEMALE

📍 En la entrada nº 2 del bosque de Matemale, junto al MiniGolf. Aparcamiento reservado para corredores. Plazas muy limitadas.

APARCAMIENTO PB ZONA DEL LAGO – BOSQUE DE MATEMALE

📍 En la entrada nº 2 del bosque de Matemale – **Solo 250 plazas.**
(Estacionamiento de pago a partir de una hora).

Por favor, respeta estrictamente estas indicaciones para facilitar la circulación y evitar atascos en la zona del lago.





CAMPING DU LAC - MAMEALE

Route des cariolettes, MAMEALE

04 68 30 94 49

ROADBOOK ALTRIMAN 2026

LOCATION EN CHALET HEBERGEMENT INSOLITE

EMPLACEMENTS TENTE, CARAVANE ET CAMPING CAR

**DU DIMANCHE AU DIMANCHE,
DU LUNDI AU LUNDI,
SELON DISPONIBILITES
POUR 4 A 6 PERSONNES**

**Camping
La Devèze**

Formiguères

**A 4 KM DU LAC
DE MAMEALE
AU CALME EN FORET**

04.68.04.66.73



LANZADERAS DEL PUEBLO ESTACIÓN

El municipio de Les Angles dispone de un servicio de 6 lanzaderas, con capacidad para 45 personas cada una (cada 30 minutos desde las 9:30), que permitirá a tus acompañantes desplazarse por la zona del Lago (salida y parque de bicicletas). Los horarios y recorridos están disponibles en la recepción de la Oficina de Turismo. También es posible seguir tu lanzadera en directo a través de la aplicación **ZENBUS**.

LANZADERAS ESPECIALES ALTRIMAN

Después de dejar tu vehículo en el aparcamiento para corredores del pueblo estación (telecabinas), y para facilitar tu llegada al lugar de salida en el Lago de Matemale, ponemos a tu disposición lanzaderas que salen desde las telecabinas.

PARA CADA CARRERA:

FULL: SÁBADO 04:15 Y 04:45

HALF: SÁBADO 07:00 Y 07:30



¿CÓMO PROCEDER?

SALIDA: SÁBADO A LAS 05:30

ENTREGA DE LA BICICLETA: VIERNES DE 17:00 A 19:00.

ES POSIBLE BAJAR EN BICI Y LUEGO VOLVER A LA ESTACIÓN EN LANZADERA (ÚLTIMA A LAS 18:15).

El día de la carrera, si voy solo...

- Dejo mi vehículo en el aparcamiento para participantes situado en la estación del pueblo.
- Bajo hasta la salida en la lanzadera (*telecabinas a las 04:15 o a las 04:45*). Puedo dejar una bolsa con mis efectos personales (*proporcionada por la organización*), que recuperaré en la llegada.
- Después de la carrera, bajo en coche hasta la zona del lago (*Parking PB / Minigolf – plazas limitadas*) para recoger mi bicicleta (*entre las 19:00 y la 01:30*).

Si tengo acompañantes...

- Pueden llevarme al lugar y aparcar (Parking PB – plazas limitadas).
- Después de la natación, pueden ir a varios puntos del recorrido en bici. Para el tramo de carrera a pie, aparcan en el parking para corredores del pueblo estación o en el pueblo, y usan la lanzadera si quieren volver al parque de bicicletas.
- Después de la carrera, bajo en coche a la zona del lago (Parking PB/Minigolf) para recoger mi bicicleta (19:00 - 01:30).

SALIDA: **SÁBADO A LAS 08:30**

ENTREGA DE LA BICICLETA: **VIERNES DE 17:00 A 19:00** ○
SÁBADO DE 07:30 A 08:15.

ES POSIBLE BAJAR EN BICI Y LUEGO VOLVER A LA ESTACIÓN EN
 LANZADERA (ÚLTIMA A LAS 18:15).

El día de la carrera, si voy solo y dejé mi bicicleta la víspera...

- Dejo mi vehículo en el aparcamiento para participantes de la estación del pueblo.
- Bajo hasta la salida en la lanzadera (*telecabinas a las 07:00 o a las 07:30*). Puedo dejar una bolsa con mis efectos personales (*no proporcionada por la organización*), que recuperaré en la llegada.
- Después de la carrera, bajo en coche hasta la zona del lago (*Parking PB / Minigolf – plazas limitadas*) **para recoger mi bicicleta** (*entre las 16:00 y las 19:30*).

Si voy solo y no quiero dejar mi bicicleta la víspera...

- Dejo mi vehículo en el aparcamiento para corredores del pueblo estación.
- Bajo hasta la salida en bicicleta. Puedo dejar una bolsa con mis efectos personales en la salida y la recuperaré en la meta.
- Después de la carrera, bajo en coche hasta la zona del lago (*Parking PB / Minigolf*) para recoger mi bicicleta (16:00 - 19:30).

Si tengo acompañantes...

- Pueden llevarme al lugar de salida y aparcar en el Parking PB.
- Después de la natación, pueden desplazarse a distintos puntos del recorrido ciclista. Para el recorrido a pie, deberán aparcar en el aparcamiento para corredores del pueblo estación y utilizar la lanzadera si desean bajar al parque de bicicletas (no hay aparcamiento junto al lago).
- Después de la carrera, bajo en coche hasta la zona del lago (*Parking PB / Minigolf*) para recoger mi bicicleta (16:00 - 19:30).

SALIDA: DOMINGO A LAS 08:00

ENTREGA DE LA BICICLETA: DOMINGO DE 06:30 A 07:45.

El día de la carrera, si voy solo...

- Dejo mi vehículo en el aparcamiento para participantes de la estación del pueblo.
- Bajo hasta la salida en bicicleta con una mochila que contiene mis efectos personales. Puedo dejar la mochila en la salida y la recuperaré en la llegada.
- Después de la carrera:
 - O bien bajo en coche hasta la zona del lago (Parking PB / Minigolf – plazas limitadas) para recoger mi bicicleta (entre las 11:00 y las 15:00).
 - O bien bajo caminando para recuperar las piernas y luego regreso a la estación del pueblo en bicicleta.

Si tengo acompañantes...

- Pueden llevarme al lugar y aparcar en el Parking PB.
 - Después de la natación, pueden ir a varios puntos del recorrido en bici. Para el recorrido a pie, aparcan en el parking para corredores del pueblo estación y utilizan la lanzadera si quieren bajar al parque de bicicletas (no hay aparcamiento en la zona del lago).
 - Después de la carrera, bajo en coche a la zona del lago (entrada nº 2 – Parking PB) para recoger mi bicicleta (11:00 – 15:00).
- Lanzadera para acompañantes: 07:00

SALIDA: DOMINGO A LAS 09:00

**ENTREGA DE LA BICICLETA: DOMINGO DE 06:30 A 07H45: O
DE 08:05 A 08:15.**

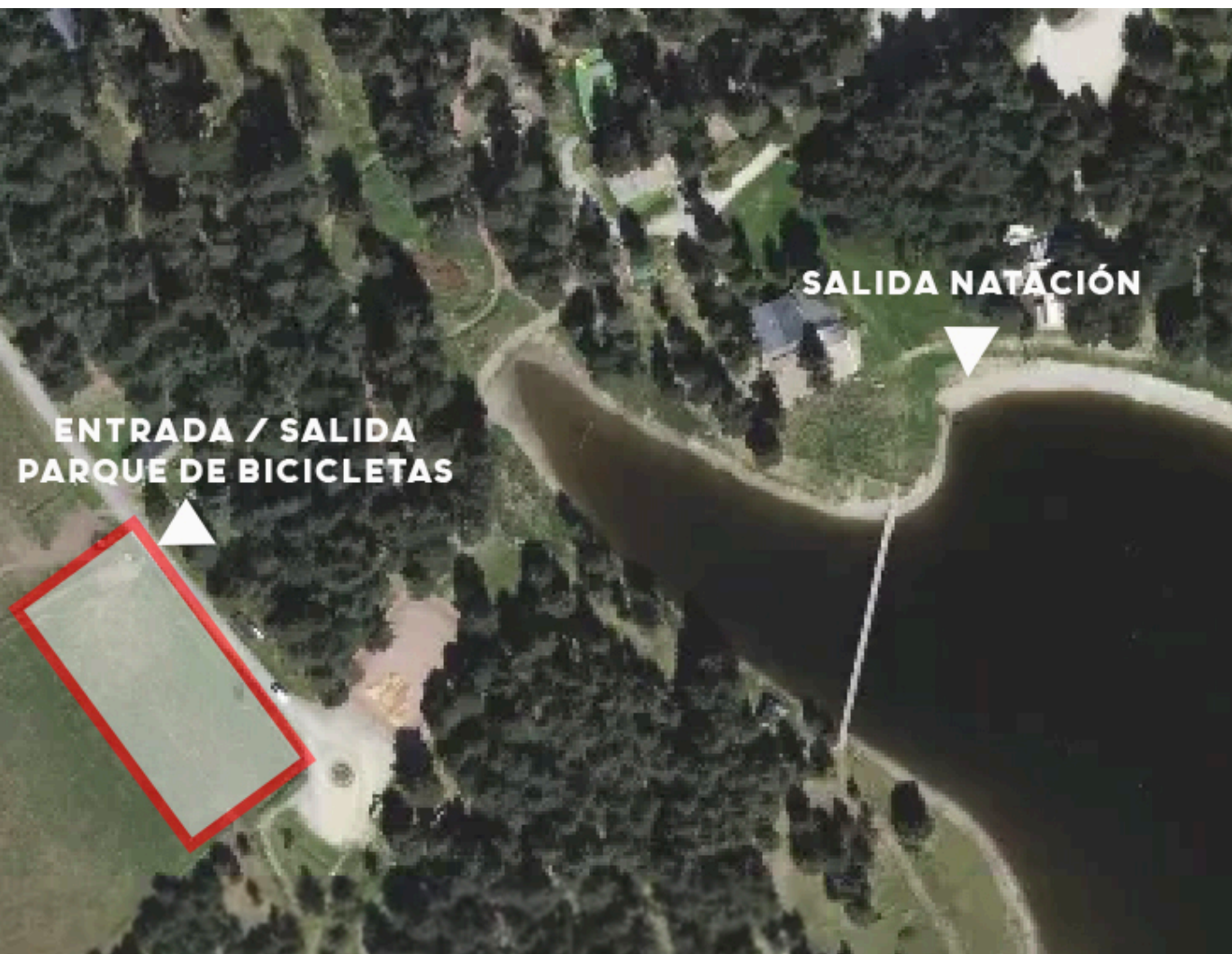
El día de la carrera, si voy solo...

- Dejo mi vehículo en el aparcamiento para participantes de la estación del pueblo.
- Bajo hasta la salida en bicicleta con una mochila que contiene mis efectos personales. Puedo dejar la mochila en la salida y la recuperaré en la llegada.
- Después de la carrera:
 - O bien bajo en coche hasta la zona del lago (Parking PB / Minigolf – plazas limitadas) para recoger mi bicicleta (entre las 11:00 y las 15:00).
 - O bien bajo caminando para aflojar las piernas y luego regreso a la estación del pueblo en bicicleta.

Si tengo acompañantes...

- Pueden llevarme al lugar y aparcar en el Parking PB.
 - Después de la natación, pueden ir a varios puntos del recorrido en bici. Para el tramo a pie, aparcan en el parking para corredores del pueblo estación y utilizan la lanzadera si quieren bajar al parque de bicicletas (no hay aparcamiento en la zona del lago).
 - Después de la carrera, bajo en coche a la zona del lago (Parking PB) para recoger mi bicicleta (11:00 – 15:00).
- Lanzadera para acompañantes: 08:00





ENTREGA DE LAS BICICLETAS:

FULL (OBLIGATORIA): Viernes de 17:00 a 19:00 (opcional en el mismo horario para el HALF)

HALF: Sábado de 07:30 a 08:15

OLYMPIC: Domingo de 06:30 a 07:45 (opcional en el mismo horario para el SPRINT)

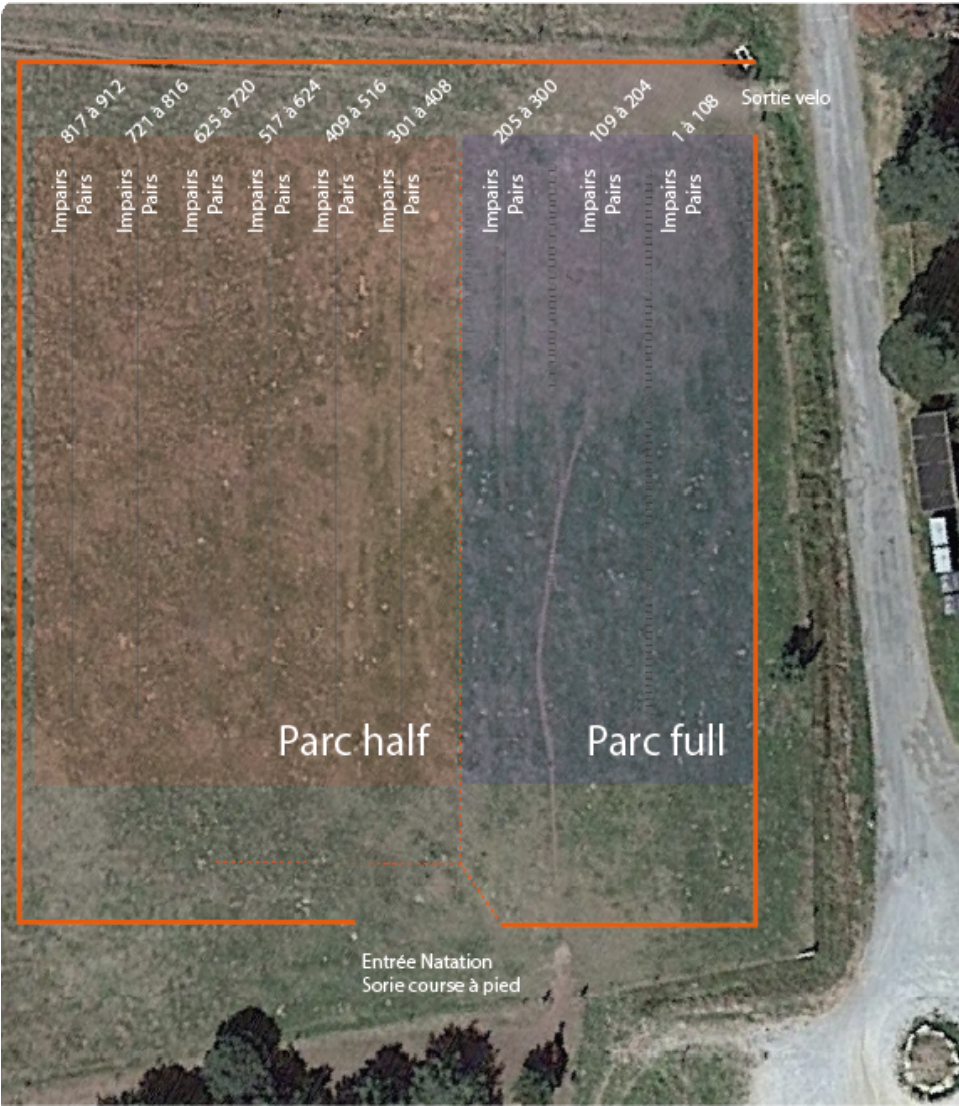
SPRINT: Domingo de 08:05 a 08:15.

UBICACIÓN:

Por favor, respeta tu lugar: tu sitio está indicado al inicio de la fila y con una etiqueta pegada en la línea.

Les rogamos que no cubran sus bicicletas durante la noche (para el Altriman XXL y L) con el fin de reducir la resistencia al viento.

PARQUE DE BICICLETAS - CONTINUACIÓN



ACCESO AL PARQUE DE BICICLETAS

La entrada (y salida) del parque de bicicletas está señalizada con un cartel «Check-In / Check-Out».

Para acceder, es necesario presentar:

- Tu bicicleta numerada con la pegatina;
- Tu casco de bici con la correa de la barbilla abrochada (cualquier casco no homologado o que no cumpla las normas será rechazado);
- El manillar debe estar tapado con tapones;
- Tu portadorsal contigo, dorsal enganchado (con 3 imperdibles) – la organización no proporciona imperdibles;
- Tus cosas de transición (T1 y T2) (excepto para Altriman XXL, que se deben llevar la misma mañana);
- Si estás solo, una bolsa para consignas con la etiqueta proporcionada.

! IMPORTANTE:

EL PARQUE DE BICICLETAS ES ACCESIBLE ÚNICAMENTE PARA ATLETAS Y PERSONAS ACREDITADAS. POR RAZONES DE SEGURIDAD, UNA VEZ REGISTRADA LA BICICLETA, NO PODRÁS SACARLA DEL PARQUE.

BOLSAS DE ASISTENCIA Y MATERIAL DE CARRERA

Para el **Altriman FULL (XXL)**, las bolsas de asistencia proporcionadas por la organización, identificadas como **“Mijanès”, “Le Bousquet”** y **“Paso de carrera a pie / Meta”**, deberán entregarse a los voluntarios el sábado por la mañana antes de la salida. Coloque en cada bolsa las etiquetas que recibirá durante la recogida del dorsal. Tres camiones estarán estacionados junto al área de transición, cada uno destinado a un punto específico.

Después de la carrera, las bolsas **“Mijanès”** y **“Le Bousquet”** serán devueltas al área de transición.

PARA LAS DEMÁS PRUEBAS, las bolsas de llegada (*no proporcionadas por la organización*) deberán entregarse a los voluntarios antes de la salida.

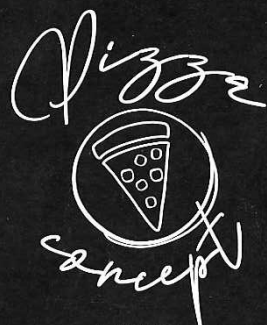
A la entrada del área de transición, tome una caja y coloque en ella todo su material de carrera. Esta caja deberá permanecer junto a su bicicleta. Durante la competición, no se permitirá dejar ningún objeto fuera de la caja.

Cuando recoja su bicicleta después de la carrera, deberá devolver la caja vacía y limpia en la entrada del área de transición.

! IMPORTANTE :

Solo podrá recuperar sus pertenencias y su material del área de transición presentando su dorsal y únicamente dentro de los horarios autorizados.





Pizzas Burgers SALADES DESSERTS

...

PRODUITS FRAIS & PÂTES
FAITES À LA MAIN

04 68 30 09 56

Avenue de Balcère 66210 Les Angles

@pizzaconcept66



COMPOSEZ VOTRE PIZZA !



13€

CHOISISSEZ VOTRE **BASE**

TOMATE OU CRÈME

MOZZARELLA

& AJOUTEZ 3 ingrédients DE VOTRE CHOIX

FROMAGES

Chèvre, Camembert, Reblochon, Gorgonzola

VIANDES

Lardons, Poulet, Jambon blanc,
Jambon Serrano, Chorizo, Œuf

POISSONS

Saumon fumé, Anchois

LÉGUMES

Poivrons confits, Oignons confits,
Champignons frais, Pommes de terre,
Courgettes grillées, Tomates cerises,
Aubergines grillées

SUPPLÉMENT INGRÉDIENT 1,50€
AU CHOIX

COMPOSEZ VOTRE BURGER !



13€

PAIN *Burger* **MAISON**

VIANDE AU CHOIX

Steak Boeuf FR 180G POULET PANÉ OU VÉGÉTARIEN

CHEDDAR · SALADE · OIGNONS CONFITS · CORNICHON

SAUCES

Burger, BBQ, Ketchup, Mayonnaise,
Blanche, Andalouse

POMME DE TERRE POP'S 3,50€

FORMULE
Burger
+ POP'S
15,50€

FORMULE
Burger
+ POP'S + SODA
18€

SUPPLÉMENT INGRÉDIENT 1,50€
CHÈVRE, GUACAMOLE, REBLOCHON,
GORGONZOLA

COMPOSEZ VOTRE SALADE !



13€

UNE **BASE** **MESCLUN**

5 ingrédients DE VOTRE CHOIX À AJOUTER

FROMAGES

Chèvre, Camembert, Reblochon, Grana Padano

VIANDES

Lardons, Poulet, Jambon blanc,
Jambon Serrano, Chorizo, Œuf dur

POISSONS

Saumon fumé, Anchois

LÉGUMES

Poivrons rouges, Oignons frits,
Champignons frais, Pommes de terre,
Courgettes, Aubergines, Tomates cerises,
Concombre, Mais, Cœur d'artichauts
Olives noires

SUPPLÉMENT INGRÉDIENT 1,50€
1/2 BURRATA 2€

PIZZA CONCEPT

Résidence La Matte, 1 Av. de Balcère, 66210 Les Angles . 04 68 30 09 56 .

EQUIPO OBLIGATORIO

OBLIGATORIO

PARA TODAS LAS CARRERAS:

Vaso reutilizable (Écocup). Gorro de natación (proporcionado por la organización).

PARA EL FULL:

Luz frontal desde el anochecer. Chaqueta impermeable.

PARA EL FULL Y EL HALF:

Teléfono móvil cargado.

PARA EL FULL, EL HALF Y EL OLYMPIC:

Cantimplora o botella de al menos 350 ml.

PARA EL SPRINT:

Vaso reutilizable o flask.

RECOMENDADO

PARA TODAS LAS CARRERAS:

Zapatillas de trail;
Teléfono móvil cargado;
Manta térmica;
Chaqueta impermeable;
Crema solar.

! LOS TRIATLETAS QUE NO TENGAN EL MATERIAL OBLIGATORIO SERÁN DESCALIFICADOS.



En todas las pruebas se aplicará el reglamento de la Federación Francesa de Triatlón (FFTRI). Habrá árbitros presentes.

En todos los recorridos de ciclismo, la carretera estará abierta al tráfico. Es obligatorio mantenerse en el lado derecho de la calzada y respetar el código de circulación, salvo que un señalizador le dé prioridad. Cualquier triatleta sorprendido recortando una curva será descalificado inmediatamente.

El drafting está estrictamente prohibido. Las tarjetas azules serán sancionadas con una penalización de tiempo. La zona de drafting es de **12 metros (de rueda delantera a rueda delantera)**.

Durante toda la prueba, está totalmente prohibido tirar basura. Podrá dejar sus residuos en las papeleras situadas en cada punto de avituallamiento.

Para el **Altriman FULL (XXL)**, a partir del anochecer, es obligatorio llevar una **linterna frontal**. Los triatletas sin iluminación serán descalificados.



TARJETA AMARILLA (Posible recibirla en natación, ciclismo o carrera a pie)

Penalización: puesta en conformidad si es posible.

TARJETA AZUL (Posible recibirla únicamente en ciclismo)

Penalización en el tiempo:

- 1 tarjeta: 6 minutos (half y full) – 3 minutos (sprint y olímpico)
- 2 tarjetas: 12 minutos (half y full) – 6 minutos (sprint y olímpico)
- 3 tarjetas: descalificación

TARJETA ROJA (Posible recibirla en natación, ciclismo o carrera a pie)

Penalización: descalificación inmediata sin posibilidad de continuar la prueba

BRIEFING - PASTA PARTY



BRIEFING ALTRIMAN FULL (XXL) – OBLIGATORIO

 Cine Le Castell (11 Pl. du Castell)

 17 Viernes 10 de julio

 18:15 en francés 

19:00 en inglés y español  

El número de plazas en el cine es limitado. El acceso está reservado exclusivamente a los atletas.

Los briefings de las demás pruebas se realizarán en la zona de salida, justo antes del inicio de cada carrera.

PASTA PARTY

 Carpa en el campo de tenis (Rue des Tennis)

 17 Viernes 10 de julio

 A partir de las 19:00

Recuerde traer su vale Pasta 2026 si reservó la comida al momento de la inscripción.

METEO - ASISTENCIA MÉDICA - DESPUÉS DE LA CARRERA

METEO

El Altriman se celebra a más de 1500 metros de altitud. Aunque la temporada es favorable para las competiciones, el clima sigue siendo de montaña: sol intenso, lluvia, tormentas, niebla densa (la famosa Carcanet).

Los cambios de temperatura y de condiciones climáticas pueden producirse rápidamente, tanto en la estación de Les Angles como a lo largo de los diferentes recorridos en bicicleta (con distintas altitudes y valles).

Por lo tanto, sea previsor/a en la elección de su vestimenta y en la preparación de sus bolsas de transición.

ASISTENCIA MÉDICA

Durante todo el fin de semana de competición, un servicio médico estará a su disposición, tanto en la zona de llegada (área de corredores) como en la carretera (ambulancias).

No dude en informar en los puntos de avituallamiento o a un voluntario en el recorrido si tiene dificultades o si observa que otro participante necesita ayuda. El voluntario se pondrá en contacto con la organización para avisar a los servicios de emergencia.

Le recordamos que los médicos están autorizados a retirar de la carrera a cualquier participante cuyo estado de salud consideren insuficiente para continuar la prueba.

AU MARCHÉ

Restaurant - Pizzeria
2 Av de Mont Louis, LES ANGLES

DESPUÉS DE LA CARRERA

La zona postcarrera (justo después del podio de llegada) estará accesible únicamente para el/la atleta. Allí podrá alimentarse y descansar. También habrá un punto de asistencia médica.

Su chip de cronometraje será retirado por voluntarios en cuanto cruce la línea de meta.

Podrá recoger sus pertenencias y su material en el área de transición presentando su dorsal.





EDEN ROC

Bar & Café - Restaurant

6 Av de Mont Louis, LES ANGLES

04 68 04 33 66

PAPILLES
Cave à vin - Épicerie Fine
Av. de Balcere, LES ANGLES
06 87 17 72 10

ROADBOOK ALTRIMAN 2026



NATACIÓN

Las boyas deben dejarse siempre a la derecha (salvo la que precede a la salida del agua). Estarán iluminadas para la prueba FULL.

En caso de niebla en el lago, se activará un recorrido alternativo (recorrido B).

CICLISMO

Los recorridos están señalizados en el suelo con pintura blanca y en altura mediante flechas negras sobre fondo amarillo. Las zonas de peligro están indicadas tanto en el suelo como en altura.

CARRERA A PIE

Los recorridos están señalizados en el suelo con pintura rosa y en altura con flechas negras sobre fondo amarillo, además de cintas de balizamiento naranja y amarillo en las zonas naturales.

LÍMITES DE TIEMPO

ALTRIMAN FULL

Natación: **7h30** (máximo 2 horas)

Llegada ciclismo: **19h00**

Carrera a pie:

- **22h30 en el km 23**
- **00h00 en el km 32,5**

(Para el control horario del Km 32,5, será redirigido a un recorrido más corto.)

PARADA DEL CRONÓMETRO: 01h30

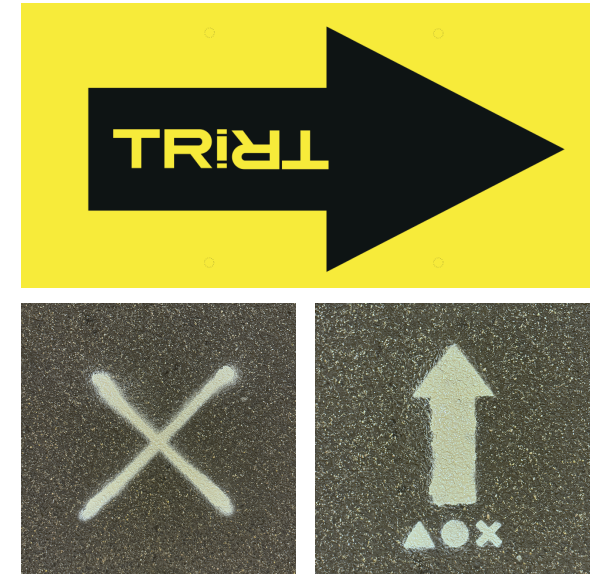
ALTRIMAN HALF - SPRINT

No hay barreras horarias.

ALTRIMAN OLYMPIC

Carrera a pie: **12h15 en el km 1,75**

(Será redirigido al recorrido del Sprint)



⚠ Para el Altriman FULL, se colocarán 2 carteles que indicarán los plazos definitivos establecidos en caso de imprevistos en la natación (niebla, retrasos).

Estos carteles estarán ubicados a la salida del parque cerrado de bicicletas, así como en los avituallamientos de Mijanès.

En ningún caso los plazos definitivos podrán ser inferiores a los aquí indicados.

ANTES DE LA CARRERA

- Entrega obligatoria de la bicicleta: viernes de 17:00 a 19:00.
- Briefing obligatorio: viernes a las 18:15.
- Lanzaderas hacia el área de transición: sábado a las 04:15 y 04:45.
- Entrega de las bolsas de asistencia personal (Mijanès - Le Bousquet): antes de la salida, delante del área de transición.
- Entrega del material de carrera: antes de la salida, en las cajas puestas a su disposición.
- Entrega de efectos personales / bolsa de asistencia para el tramo de carrera a pie (devueltos en meta): antes de la salida, en la entrada del área de transición.

IMPORTANTE

- Teléfono móvil cargado obligatorio.
- Bidón de 350 ml / ECOCUP o flask obligatorio.
- Chaqueta impermeable obligatoria.
- No se proporcionarán vasos en los avituallamientos.
- Linterna frontal obligatoria a partir del anochecer (*sin linterna frontal = descalificación*).
- Está prohibido arrojar residuos.
- Los acompañantes en bicicleta están estrictamente prohibidos (*descalificación*).
- Los acompañantes a pie están autorizados a partir del anochecer.

DESPUÉS DE LA CARRERA

- Buffet en la meta.
- Recogida de bicicletas: hasta la 01:30. Después de esa hora, el área de transición dejará de estar vigilada.
- Foto de los finishers: domingo a las 12:45 en las pistas de tenis.

ZONA DE TRANSICIÓN

Los lugares están numerados. Por favor, respete el lugar que se le ha asignado. Se dispondrá de cajas para guardar sus pertenencias. Es obligatorio que todo esté dentro de la caja.

Las cajas deberán devolverse vacías y limpias al salir del parque cerrado cuando recoja su bicicleta tras la carrera.





NATACIÓN ALTRIMAN FULL

NATACIÓN ALTRIMAN FULL

Salida a las 5:30 en punto (salida masiva).

DOS vueltas de 1900 metros (salida estilo australiano).

Para llegar a la primera boya, diríjase hacia el girofarol del otro lado del lago. Las boyas deben dejarse a mano derecha (excepto la última antes de la salida). Estarán iluminadas.

En caso de niebla, se establecerá un recorrido alternativo (recorrido B).

Corte horario: 7:30 (máximo 2 horas).





CICLISMO ALTRIMAN FULL

VER EL RECORRIDO



DESCARGAR EL
TRACK GPX



RECORRIDO CICLISTA

193 km - 4.940m D+

Recorrido señalizado con **flechas blancas en el suelo y flechas negras sobre fondo amarillo** en los puntos elevados.

Se trata de un recorrido de montaña, salvaje y espectacular. Esto implica que algunas carreteras pueden encontrarse en mal estado y que puede haber gravilla en determinados tramos. Extreme la precaución.

Seis avituallamientos: Matemale (Km 42), Mijanès (Km 74), Col de Pailhères (Km 85), Belfort-sur-Rebenty (Km 122), Le Bousquet (Km 156) y Quérigut (Km 172).

Control horario: 19:00 en el área de transición.

Material obligatorio:

- Teléfono móvil cargado.
- Chaqueta impermeable (*podrá dejar de ser obligatoria en función de las condiciones meteorológicas*).

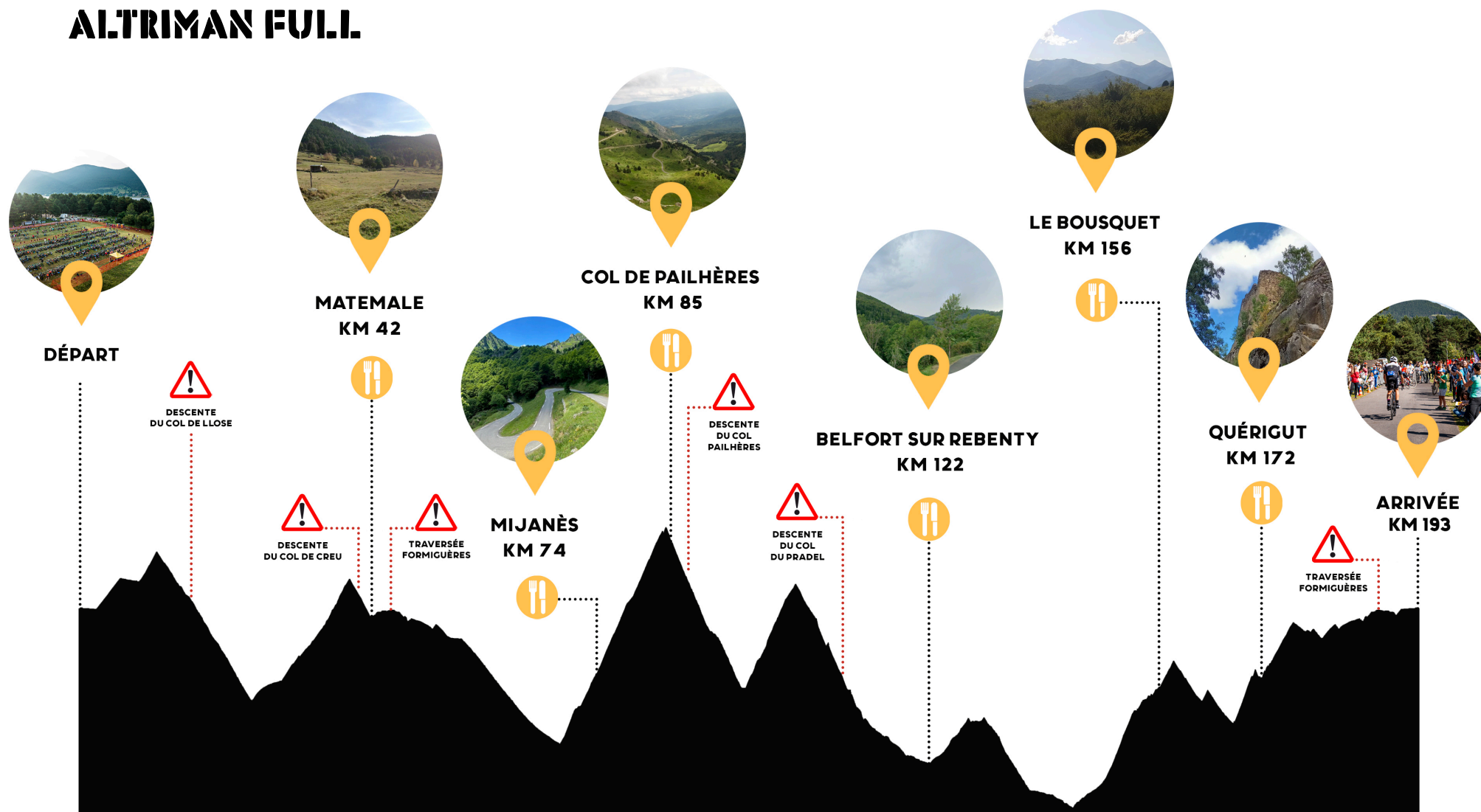
! Tramos técnicos

Dado que la carretera permanece abierta al tráfico, es obligatorio circular por el lado derecho de la calzada. Cualquier triatleta que sea sorprendido recortando una curva será descalificado inmediatamente.

- Descenso del **Col de la Llose** (Km 11 al 25): carretera estrecha y sinuosa.
- Descenso del **Col de Creu** (Km 39 al 42,5): carretera estrecha y sinuosa.
- Travesía de **Formiguères** (Km 46,5 al 47,6): debido al mercado y al elevado número de vehículos presentes, el cronometraje será neutralizado durante el paso por el pueblo. Dispondrá de 3 minutos para recorrer 400 metros, es decir, una velocidad de 8 km/h.
Aproveche este tramo para recuperar fuerzas y circular con tranquilidad. Grandes paneles indicarán el inicio y el final de la zona de cronometraje neutralizado.
- Descenso del **Col de Pailhères** (Km 85 al 96): descenso muy rápido.
- Descenso del **Col du Pradel** (Km 103,5 al 114): carretera estrecha y sinuosa, en mal estado y con presencia de gravilla.
- Travesía de **Formiguères** en el regreso (Km 186 al 186,6): debido al mercado y al elevado número de vehículos presentes, el cronometraje será neutralizado durante el paso por el pueblo. Dispondrá de 3 minutos para recorrer 400 metros, es decir, una velocidad de 8 km/h.

Las últimas informaciones y posibles actualizaciones se comunicarán durante el Briefing.

ALTRIMAN FULL



¿Accidente o abandono? Informe obligatoriamente al Centro de Control de Carrera (número indicado en el dorsal) o transmita el mensaje a un señalizador o a un motorista de la organización.

El drafting está estrictamente prohibido. Las tarjetas azules serán sancionadas con **6 minutos de penalización**.

Los vehículos de asistencia están estrictamente prohibidos. Los infractores serán **descalificados**.



CARRERA A PIE ALTRIMAN FULL

VER EL RECORRIDO



DESCARGAR EL
TRACK GPX



⚠️ Linterna frontal obligatoria a partir del anochecer (sin linterna frontal: descalificación).

Está prohibido arrojar residuos. (Hay papeleras disponibles en todos los puntos de avituallamiento.)

Los acompañantes en bicicleta están estrictamente prohibidos (descalificación).

Los acompañantes a pie están autorizados a partir del anochecer.

Recorrido de carrera a pie de 42 km.

Habrà controles de paso en cada punto de avituallamiento.

Señalizado en el suelo con pintura rosa (y en altura con flechas negras sobre fondo amarillo), además de cintas de balizamiento naranja y amarillo.

Nueve puntos de avituallamiento: salida del parque cerrado de bicicletas, Angléo (x2), Balcère (x2), Iglésiettes (x2), Soula (x2).

Uso obligatorio de ECOCUP o bidón – no se facilitarán vasos en los avituallamientos.

Cortes horarios carrera a pie:

22:30 en el km 23

00:00 en el km 32,5

(Para el control horario del Km 32,5, será redirigido a un recorrido más corto.)

PARADA DEL CRONÓMETRO: 01:30.

ANTES DE LA CARRERA

- Entrega de la bicicleta: viernes de 17:00 a 19:00 o sábado de 07:30 a 08:15.
- Briefing obligatorio: sábado a las 08:20 en la salida.
- Lanzaderas hacia el área de transición: sábado a las 07:00 y a las 07:30.
- Entrega del material de carrera: sábado, en las cajas.
- Entrega de efectos personales (devueltos en meta): antes de la salida, en la entrada del área de transición.

IMPORTANTE

- Teléfono móvil cargado obligatorio.
- Bidón de 350 ml / ECOCUP o flask obligatorio.
- No se proporcionarán vasos en los avituallamientos.
- Está prohibido arrojar residuos. *(Papeletas disponibles en todos los puntos de avituallamiento.)*
- Los acompañantes en bicicleta están estrictamente prohibidos *(descalificación)*.

DESPUÉS DE LA CARRERA

- A su llegada, tendrá a su disposición un buffet.
- Si aún le queda algo de energía, la fiesta continúa con **DJ Thai** *(comida disponible en el lugar y ambiente garantizado)*.

ZONA DE TRANSICIÓN

Las plazas están numeradas. Por favor, respete la plaza que le ha sido asignada. Tendrá a su disposición cajas para guardar su material. Todas sus pertenencias deberán permanecer obligatoriamente dentro de la caja.

Al recoger su bicicleta después de la carrera, deberá devolver la caja vacía y limpia a la salida del área de transición.





NATACIÓN ALTRIMAN HALF

NATACIÓN ALTRIMAN HALF

Salida a las 8:30 en punto (salida masiva).
UNA vuelta de 1900 metros.

Las boyas deben dejarse a mano derecha, excepto la última antes de la salida.

En caso de niebla, se establecerá un recorrido alternativo (recorrido B).





CICLISMO ALTRIMAN HALF

VER EL RECORRIDO



DESCARGAR EL
TRACK GPX



RECORRIDO CICLISTA 102 km - 2.126m D+

Recorrido señalizado con **flechas blancas en el suelo** y **flechas negras sobre fondo amarillo** en los puntos elevados.

Se trata de un recorrido de montaña, salvaje y espectacular. Esto implica que algunas carreteras pueden encontrarse en mal estado y que puede haber gravilla en determinados tramos. Extreme la precaución.

Dos avituallamientos:

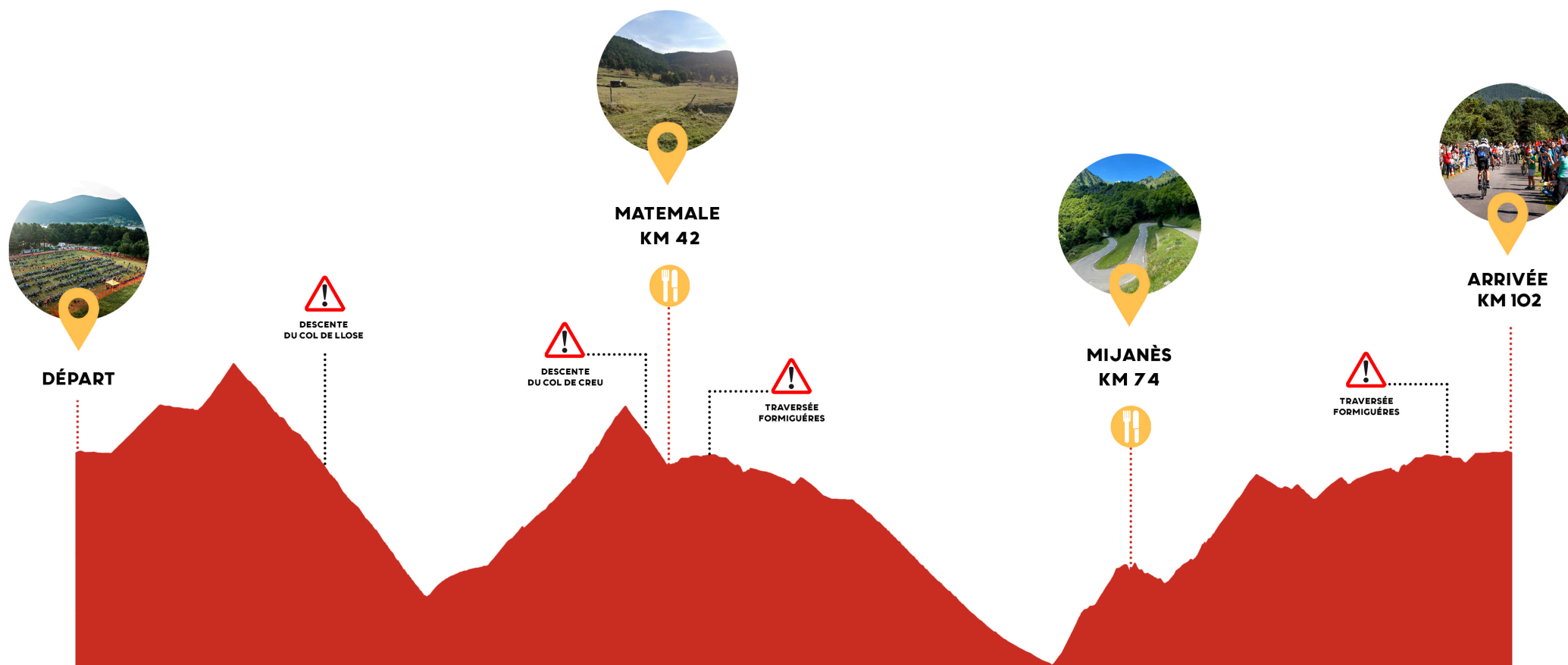
- Matemale (Km 42)
- Mijanès (Km 74)

! Tramos técnicos

Dado que la carretera permanece abierta al tráfico, es obligatorio circular por el lado derecho de la calzada. Cualquier triatleta que sea sorprendido recortando una curva será descalificado inmediatamente.

- Descenso del **Col de la Llose** (Km 11 al 25): carretera estrecha y sinuosa.
- Descenso del **Col de Creu** (Km 39 al 42,5): carretera estrecha y sinuosa.
- Travesía de **Formiguères** (Km 46,5 al 47,6 y, en el regreso, del Km 94,5 al 95): debido al mercado y al elevado número de vehículos presentes, el cronometraje será neutralizado durante el paso por el pueblo. Dispondrá de 3 minutos para recorrer 400 metros, es decir, una velocidad de 8 km/h. Aproveche este tramo para recuperar fuerzas y circular con tranquilidad. Grandes paneles indicarán el inicio y el final de la zona de cronometraje neutralizado.

ALTRIMAN HALF



Accidente o abandono? Informe obligatoriamente al Centro de Control de Carrera (*número indicado en el dorsal*) o transmita el mensaje a un señalizador o a un motorista de la organización.

El drafting está estrictamente prohibido. Las tarjetas azules serán sancionadas con **6 minutos de penalización**.

Los vehículos de asistencia están estrictamente prohibidos. Los infractores serán **descalificados**.



CARRERA A PIE ALTRIMAN HALF

VER EL RECORRIDO



DESCARGAR EL
TRACK GPX



! Está prohibido arrojar residuos.

(Hay papeleras disponibles en todos los puntos de avituallamiento.)

RECORRIDO A PIE

21 km - 696m D+

Se realizarán controles electrónicos en cada punto de avituallamiento.

Recorrido señalizado con **flechas rosas en el suelo**, **flechas negras sobre fondo amarillo** en los puntos elevados y **cintas de balizamiento naranjas y amarillas**.

Avituallamientos:

- Cada 5 km
- Salida del área de transición
 - Angléo
 - Balcère
 - Iglésiettes

ECOCUP o flask obligatorio.

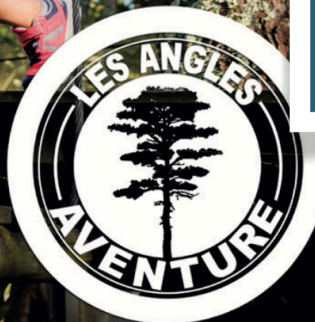
No se proporcionarán vasos en los avituallamientos.



FAMILLES Dès 2 ANS
ACCROBRANCHE
LAC DE MATEMALE

PARCOURS AVENTURE

Tél. 06 09 99 39 49
www.angles-aventures.fr



ESPACE LOISIRS
DU LAC de
MATEMALE



La plage
à la
montagne !

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

**Pyrénées
Catalanes**



POINTS INFO ouverts 7j/7
du 3 juillet au 31 septembre

N°1 : de 10h à 18h
N°2 : de 10h à 12h et de 13h30 à 17h
+33 (0)7 72 51 86 73



Stationnement
obligatoire
sur les parkings
situés aux entrées
de site



de 9h à 19h
du 5 juillet
au 31 août

1^{ère} heure gratuite
(valable 1 fois / jour)

Abonnement saison
15 € / véhicule
en vente au Point Info N°1



Zone de baignade
surveillée de 11h à 17h



Tenez votre
chien en laisse

La redevance « stationnement »
permet à la Communauté de communes
d'investir pour l'amélioration des services
et des aménagements de l'espace loisirs du
lac de Matemale...

Les activités



P'tit resto du mini-golf
Mini golf & practice de golf
Angles aventure (parcours accrobranche)
Explor'game (jeu de piste numérique)
Pump track (parcours cross et initiation VTT)
Les crinières blondes (centre équestre)
Les p'tits bateaux de la Matte
Les p'tits bolides de la Matte
Trampo'lac (trampolines ascensionnels)
Aqualac (jeux aquatiques)
Bar-restaurant l'Ourson
Planet'air (jeux gonflables)
Club nautique l'Ourson
Anim'arc
Fugues VTT
Trottinettes électriques (sorties encadrées)
Alaskan forever (chiens de traîneau)
La bonne barkette (snack-buvette)
Rider zone (E-foil, bike-surf)
Water game (parcours aquatique gonflable)
Camping du lac ***
Cheval rando (centre équestre)
Complexe sportif intercommunal (piscine, fitness, stade...)

ESPACE LOISIRS DU LAC DE MATEMALE

ANTES DE LA CARRERA

- Entrega de la bicicleta: domingo de 06:30 a 07:45.
- Briefing obligatorio: domingo a las 07:50 en la salida.
- Entrega del material de carrera: domingo, en las cajas.
- Entrega de efectos personales (devueltos en meta): antes de la salida, en la entrada del área de transición.

IMPORTANTE

- ECOCUP o flask obligatorio.
- No se proporcionarán vasos en los avituallamientos.
- Está prohibido arrojar residuos.
(Hay papeleras disponibles en todos los puntos de avituallamiento.)
- Los acompañantes en bicicleta están estrictamente prohibidos (descalificación).

DESPUÉS DE LA CARRERA

- Comida incluida en la llegada (previa reserva durante la inscripción).
- Recogida de bicicletas: hasta las 15:00. Después de esa hora, el área de transición dejará de estar vigilada.

ZONA DE TRANSICIÓN

Los puestos están numerados. Por favor, respete el lugar que le ha sido asignado.

Habrán cajas disponibles para guardar sus pertenencias. Estas deberán estar obligatoriamente dentro de la caja.

Las cajas deberán ser devueltas vacías y limpias al salir del parque cerrado cuando recoja su bicicleta tras la carrera.





NATACIÓN ALTRIMAN OLYMPIC

NATACIÓN ALTRIMAN OLYMPIC

Salida a las 8:00 en punto (salida masiva).
UNA vuelta de 1500 metros.

Las boyas deben dejarse a mano derecha (excepto la última antes de la salida).

En caso de niebla, se establecerá un recorrido alternativo (recorrido B).





CICLISMO ALTRIMAN OLYMPIC

VER EL RECORRIDO



DESCARGAR EL
TRACK GPX



¿Accidente o abandono? Informe obligatoriamente al Centro de Control de Carrera (número indicado en el dorsal) o transmita el mensaje a un señalizador o a un motorista de la organización.

RECORRIDO CICLISTA

45,9 km - 1.061m D+

Recorrido señalizado con **flechas blancas en el suelo** y **flechas negras sobre fondo amarillo** en los puntos elevados.

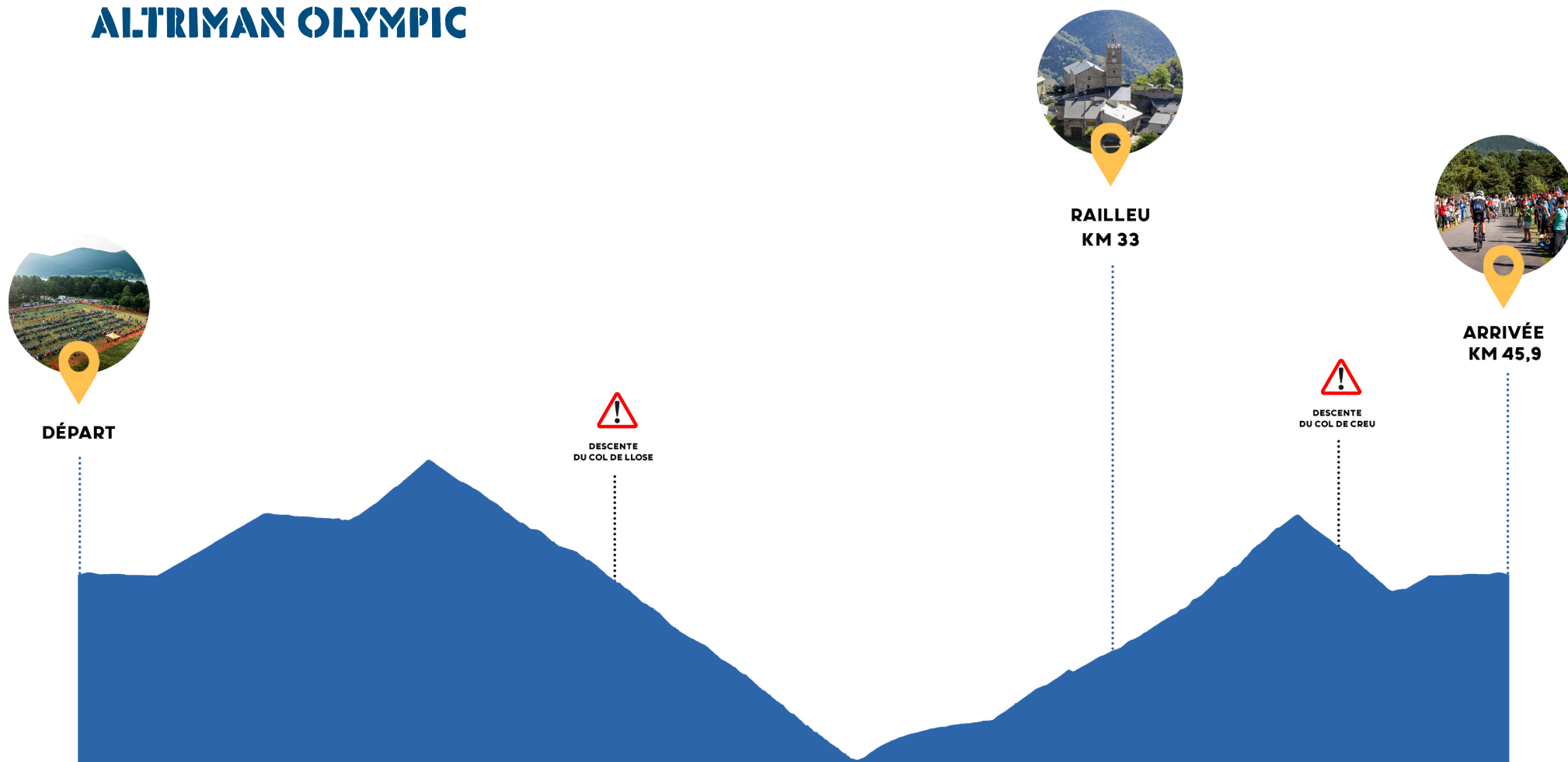
Se trata de un recorrido de montaña, salvaje y espectacular. Esto implica que algunas carreteras pueden encontrarse en mal estado y que puede haber gravilla en determinados tramos. Extreme la precaución.

Avituallamiento: Railleu (Km 33).

Tramos técnicos

- Descenso del **Col de la Llose** (Km 11 al 25): carretera estrecha y sinuosa.
- Descenso del **Col de Creu** (Km 39 al 42): carretera estrecha y sinuosa.

ALTRIMAN OLYMPIC



El drafting está estrictamente prohibido. (Tarjeta azul: penalización de 3 minutos).
Los vehículos de asistencia están estrictamente prohibidos. (Descalificación inmediata).



CARRERA A PIE ALTRIMAN OLYMPIC

VER EL RECORRIDO



DESCARGAR EL
TRACK GPX



RECORRIDO A PIE

10,5 km - 327m D+

Se realizará un control electrónico en el punto de avituallamiento.

Recorrido señalizado con **flechas rosas en el suelo**, **flechas negras sobre fondo amarillo** en los puntos elevados y **cintas de balizamiento naranjas y amarillas**.

Avituallamientos: en la salida del área de transición y en el **Km 5**.

ECOCUP o flask obligatorio.

No se proporcionarán vasos en los avituallamientos.

Control horario de la carrera a pie:

12:15 en el Km 1,75

(Será redirigido al recorrido del Sprint).

! Está prohibido arrojar residuos.

(Hay papeleras disponibles en todos los puntos de avituallamiento.)

ANTES DE LA CARRERA

- Entrega de la bicicleta: domingo de 06:30 a 07:45 o de 08:05 a 08:15.
- Briefing obligatorio: domingo a las 08:50 en la salida.
- Lanzadera hacia el área de transición: domingo a las 07:00.
- Entrega del material de carrera: domingo, en las cajas.
- Entrega de efectos personales (devueltos en meta): antes de la salida, en la entrada del área de transición.

IMPORTANTE

- ECOCUP o flask obligatorio.
- No se proporcionarán vasos en los avituallamientos.
- Está prohibido arrojar residuos. *(Hay papeleras disponibles en todos los puntos de avituallamiento.)*
- Los acompañantes en bicicleta están estrictamente prohibidos *(descalificación)*.

DESPUÉS DE LA CARRERA

- Comida incluida en la llegada *(previa reserva durante la inscripción)*.
- Recogida de bicicletas: hasta las 15:00. Después de esa hora, el área de transición dejará de estar vigilada.

ZONA DE TRANSICIÓN

Los puestos están numerados. Por favor, respete el lugar que le ha sido asignado.

Habrán cajas disponibles para guardar sus pertenencias. Todo debe colocarse obligatoriamente dentro de la caja.

Las cajas deberán ser devueltas vacías y limpias al salir del parque cerrado, cuando recoja su bicicleta tras la carrera.





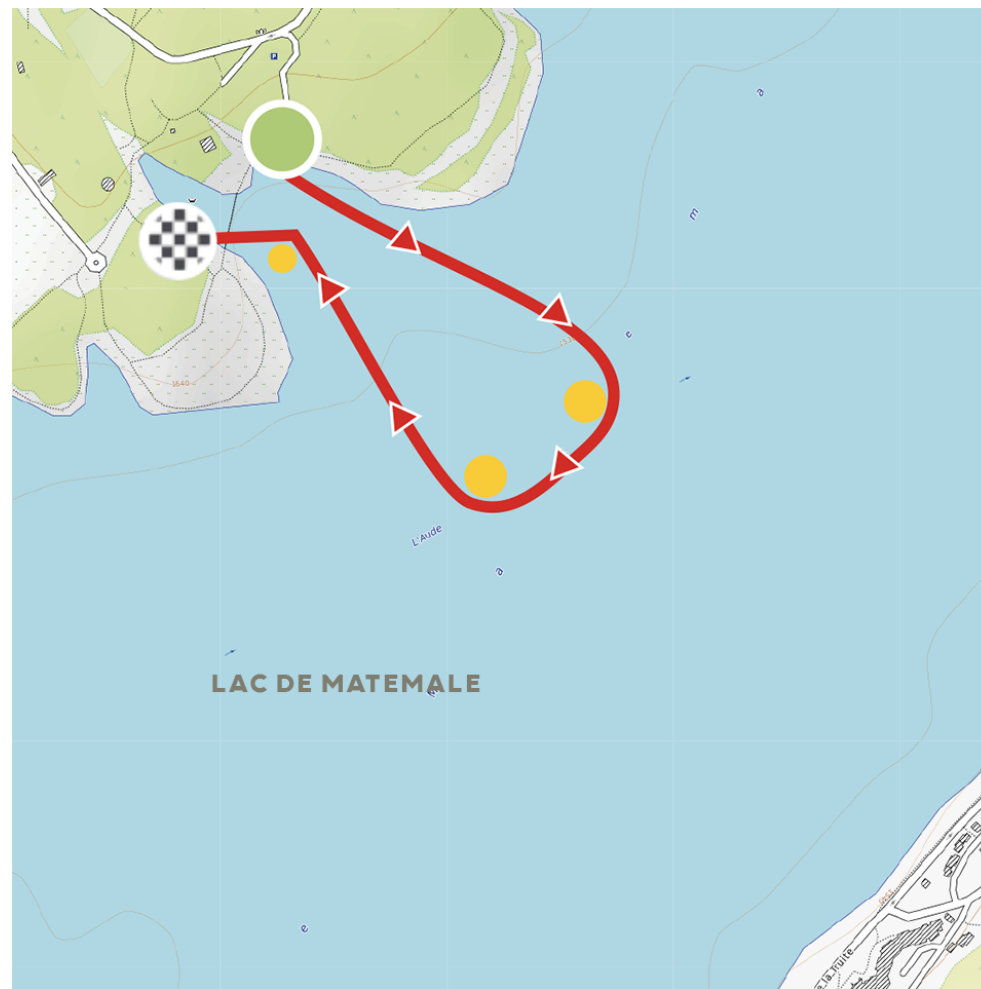
NATACIÓN ALTRIMAN SPRINT

NATACIÓN ALTRIMAN SPRINT

Salida a las 9:00 en punto (salida masiva).

UNA vuelta de 750 metros.

Las boyas deben dejarse a mano derecha, excepto la última antes de la salida.





CICLISMO ALTRIMAN SPRINT

[VER EL RECORRIDO](#)[DESCARGAR EL TRACK GPX](#)

RECORRIDO CICLISTA 20,7 km - 261m D+

Recorrido señalado con **flechas blancas en el suelo y flechas negras sobre fondo amarillo** en los puntos elevados.

Se trata de un recorrido de montaña, salvaje y espectacular. Esto implica que algunas carreteras pueden encontrarse en mal estado y que puede haber gravilla en determinados tramos. Extreme la precaución.

! Tramos técnicos

- Travesía del pueblo de **Les Angles** (Km 12 al 13). Tramo estrecho con presencia de numerosos vehículos. Se requiere máxima precaución.

¿Accidente o abandono? Informe obligatoriamente al Centro de Control de Carrera (*número indicado en el dorsal*) o transmita el mensaje a un señalizador o a un motorista de la organización.

El drafting está estrictamente prohibido.
(Tarjeta azul: penalización de 3 minutos).

Los vehículos de asistencia están estrictamente prohibidos.
(Descalificación inmediata).

ROADBOOK ALTRIMAN 2026



DÉPART



ARRIVÉE
KM 20,7





CARRERA A PIE ALTRIMAN SPRINT

VER EL RECORRIDO



DESCARGAR EL
TRACK GPX



RECORRIDO A PIE

5,28 km - 157m D+

Recorrido señalado con **flechas rosas en el suelo**, **flechas negras sobre fondo amarillo** en los puntos elevados y **cintas de balizamiento naranjas y amarillas**.

Avituallamientos: en la salida del área de transición y en la meta.

ECOCUP o flask obligatorio.

No se proporcionarán vasos en los avituallamientos.

! Está prohibido arrojar residuos.

(Hay papeleras disponibles en todos los puntos de avituallamiento.)

LISTA DE PRODUCTOS DISPONIBLES EN LOS AVITUALLAMIENTOS

(*servidos en plato por los voluntarios)

Habr  avituallamientos previstos cada 15 a 30 km en bicicleta y aproximadamente cada 5 km en la carrera a pie. Planifique su alimentación e hidratación en consecuencia.

CICLISMO

- Productos OVERSTIMS
- Pasta de frutas
- Barras de cereales
- Galletas
- Frutas*
- Agua sin gas y Coca-Cola

CARRERA A PIE

- Productos OVERSTIMS
- Pasta de frutas
- Barras de cereales
- Galletas
- Frutas*
- Agua sin gas y Coca-Cola
- Productos salados*

! No hay vasos en los avituallamientos.
El uso de Ecocup es obligatorio en todas las carreras.

(Ecocup y bidones a la venta en la Boutique Altriman).

No se proporcionan bidones por razones ecológicas. Los corredores deberán detenerse para rellenar **sus propios bidones**.



 **Por favor, conserve los envases o deposítelos en las papeleras disponibles (tirar basura = penalización, y descalificación en caso de reincidencia).**

L'OURSON

CABANE & CANTINE

Restaurant du lac

Brunch-Midi-Tapas-Soir-Snack

Base nautique de l'ourson

Tel: 09 62 50 26 72



SUPERETTE
Proxi *By* Carrefour
Face à l'office du tourisme
Avenue de Balcère
66210 Les Angles
Tel: 04.68.04.45.20
proxylangles@gmail.com



CITA CON SU CORREDOR EN LOS SIGUIENTES PUNTOS

CICLISMO FULL

Paso por Matemale (avituallamiento km 42)
Mijanès (avituallamiento km 74)
Collado de Pailhères (Km 86)
Belfort sur Rebenty (km 122)
Le Bousquet (km 156)
Quérigut (km 172)

CICLISMO HALF

Paso por Matemale
 (avituallamiento km 42)
Mijanès
 (avituallamiento km 74)

⚠ QUEDA EstrictAMENTE PROHIBIDO:

- Seguir a su corredor en coche (en bicicleta o a pie).
- Prestar asistencia a un corredor.
- Abastecer o proporcionar material a los participantes.
Se aplicará tolerancia en las zonas de avituallamiento, únicamente para la entrega de bidones y alimentos.
- Acompañar a un corredor en MTB o a pie en el recorrido a pie antes del anochecer.
Se permitirá un acompañante durante unos cientos de metros, pero en ningún caso en todo el recorrido.
- Entrar en el parque cerrado de bicicletas. El acceso está estrictamente reservado a los participantes.
- Pedimos a los acompañantes que no suban al Coll de Creu **(PELIGRO PARA LOS CICLISTAS)**.

CLASIFICACIÓN MASCULINA FULL *(recorrido ciclista reducido)

ANNÉES	INSCRITS	FINISHERS	VAINQUEURS	NATIONALITÉ	TEMPS
2025	298	265 (89%)	Martin Nicolas	FRA	08:01:58*
2024	280	211 (75%)	Firmin MASSET	BEL	11:48:31
2023	191	117 (61%)	Thomas LEMAITRE	FRA	12:20:32
2022	142	88 (62%)	Cédric LABADENS	FRA	12:34:56
2021	286	148 (52%)	Florian PIERRE	FRA	13:17:26

CLASIFICACIÓN FEMENINA FULL *(recorrido ciclista reducido)

ANNÉES	INSCRITS	FINISHERS	VAINQUEURS	NATIONALITÉ	TEMPS
2025	10	8 (80%)	Clémentine CHALLOT	FRA	10:34:55*
2024	8	6 (75%)	Hanna TAMOUDI	FRA	14:09:38
2023	5	5 (100%)	Hanna TAMOUDI	FRA	16:18:06
2022	8	5 (62%)	Blandine WATTIGNY	FRA	16:28:41
2021	14	6 (42%)	Karine BODINEAU	FRA	17:02:32

#ALTRIMAN2026

Publica tus fotos, videos y comentarios sobre el Altriman en Facebook e Instagram...

¡Haz que la carrera cobre vida en todo el mundo... y en la línea de meta!

Las mejores fotos publicadas en Instagram serán difundidas en directo en Facebook.



@ALTRIMANOFICIAL

Usa el hashtag #altriman2026



Tous nos produits sont fabriqués et cuits sur place



ARTISAN BOULANGER-PÂTISSIER

Le Pain Des Angles

Téléphone : 04.68.04.41.20

Adresse : 10 Avenue de Balcère,
66 210 Les Angles

Site internet (Facebook, instagram) :
Le Pain des A




INTERSPORT®
Les Angles **CENTRE STATION**

Spécial coureur

- 20 % *

sur présentation du dossard

* offre valable sur les produits non remisés



RESULTADOS Y SEGUIMIENTO

¡Sigue en directo el recorrido de un triatleta en la aplicación Time'Inlive!

En el Altriman, se realizará un control en todos los puntos de avituallamiento de ciclismo y carrera a pie.

(Atención, no es un seguimiento GPS, sino únicamente registros de tiempo en los distintos puntos de paso de la carrera).

Escanee el código QR para descargar la aplicación.



ChezNANOU

Boucherie Charcuterie
Plats Cuisinés



Una buena carrera es un ambiente cálido, una organización bien engrasada, una seguridad impecable... y, con un poco de suerte, sol.

Pero aparte de cruzar los dedos por el clima, todo lo demás depende de los voluntarios.

Sin ellos, no hay dorsales, no hay recorrido seguro, no hay avituallamientos... Simplemente, no hay carrera.

No siempre lo pensamos, rara vez los agradecemos, y sin embargo: son indispensables.

Cuando organizamos, empezamos por pedir ayuda a los miembros del club, la familia, los amigos... pero nunca es suficiente.

Entonces, lanzamos un llamado a las buenas voluntades, esperando no tener que pagar a "voluntarios" que arruinan el presupuesto.

¿Te gustan las carreras? ¿Quieres que eventos como este sigan existiendo en tu zona?

Piensa en devolver el favor.

Durante el festival, ya son cerca de 200... pero aún hacen falta más. Ya seas corredor, vecino de Les Angles o alrededores, familiar o amigo de un participante:

¡1 hora, 1 día o 3, cada ayuda cuenta!

Y ven a vivir el Altriman desde dentro.

benevole@altriman.com



LA COMIDA DEL DOMINGO

Acompáñenos a disfrutar de la tradicional comida catalana del Altriman: Arroz de Montaña (previa reserva durante la inscripción).

¿DÓNDE?

Bajo las carpas instaladas en la cancha de tenis.

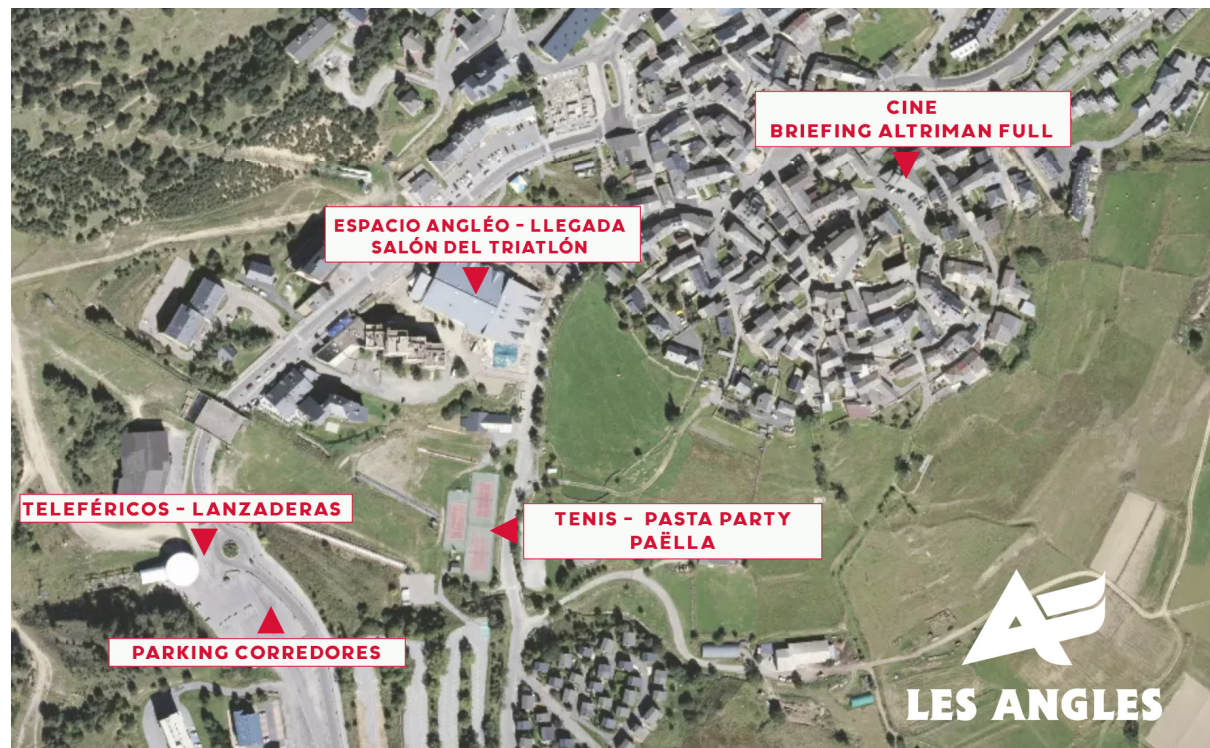
¿CUÁNDO?

El domingo a partir de las 11:30.

¿Y DESPUÉS?

Gracias por clasificar tus residuos:

 restos de comida y materiales reciclables → contenedores previstos para ello.



Durante todo su recorrido atravesarán territorios maravillosos y queremos agradecer a los municipios que los administran por permitirnos transitar por ellos y por toda la ayuda que nos brindan para llevar adelante esta hermosa aventura.

Gracias a ellos:

Municipio de Les Angles, Municipio de Matemale, Municipio de Formiguères, Municipio de Puyvalador, Municipio de Ayguatébia Talau, Municipio de Railleu, Municipio de Escouloubre, Municipio de Rouze, Municipio de Mijanès, Municipio de Ascou, Municipio de La Fajolle, Municipio de Merial, Municipio de Niort de Sault, Municipio de Belfort sur Rebenty, Municipio de Aunat, Municipio de Bessède de Sault, Municipio de Saint Colombe sur Guette, Municipio de Roquefort de Sault, Municipio de Le Bousquet, Municipio de Carcanières, Municipio de Querigut.

No duden en volver a visitar estos pueblos.



También agradecemos a nuestros socios institucionales. Estamos en la misma dinámica: desarrollar nuestro deporte y dar a conocer nuestro territorio.

