



Ile Maurice

Vacances sportives: Semaine de Trail Running avec Yan

Je suis un passionné de trail running et suis heureux de faire découvrir mon île par le biais de la course à pied en nature.



Jour 1: Trail de 12 kms (mise en jambe) à Yemen / Matala



Un trail qui passe aux pieds de la chaîne de montagne de Yemen. Relativement roulant, à faible dénivelé, sur des chemins, à la découverte de l'arrière pays de la Rivière Noire, à l'orées des champs de canne à sucre.

Baignade à La Preneuse



Jour 2: Trail de 16 kms (Raid West)



Ce tracé démarre à Pétrin, traverse la partie haute du Parc National des Gorges de la Rivière Noire. Un mélange de sentiers et chemins très variés traversent des paysages superbe, à la rencontre de la belle et luxuriante nature de l'île, du magnifique lagon bleu turquoise des Fonds Blancs, et des saveurs tropicales du village de Chamarel.

Ballade en bateau: plongée en apnée à l'Harmonie + baignade au Fonds Blancs près de la roche cristale.



Jour 3: Trail de 20 kms (Fil – Zepol – Mare aux Joncs – Mare Longue – Camphrier)
dans une nature



magnifique : à travers la forêt endémique de l'île, de ses rivières et cascades, au spectacle grandiose digne du film le Seigneur des Agneaux !
Un parcours technique sur des surfaces glissantes et pentues, avec un dénivelé positif de 800 m.
Baignade à la rivière.

Jour 4: Trail de 15 kms: au domaine privé de Mont sur Mont / Baie du Cap



Ce trail traverse à proximiter des plantations d'ananas, de bananes, de palmiers, de café, de la très belle cascade de Chamarel, des terres des 7 couleurs entre autres...



Les paysages de la vallée de Chamarel, du Morne Brabant sont superbes, sans parler de la beauté des lagons, de la barrière de corail et de l'océan.
Baignade à Baie du Cap

Jour 5: Trail Sud Sauvage. Ce trail de 13 kms débute à proximité de l'usine à sucre de Savannah et



ensuite
au le lieu dit du Souffleur, dans le Grand Sud de l'île, là où les vagues énormes frappent la falaises. Le sentier progresse le long de cette côte sauvage et si belle !



Nous découvrirons
le Pont Naturel, la plage du Bouchon et de la Cambuse.
Baignade à la Cambuse

Jour 6: Trail Morne Brabant. Le domaine privé du Morne protège la plus célèbre montagne de l'île, classée au



Patrimoine
Mondiale. Ce trail traverse le domaine de la famille Cambier et culmine sur le rocher
mythique à 500 m au dessus du niveau de la mer, et redescend jusqu'à la plage
publique du Morne.
Baignade au Morne



