



Aux Portes de la Ville de Sisteron  
La ville accueillera en mai 2009  
les départs et arrivées des 5 circuits  
proposés, un grand moment de sport  
avec les cyclistes de toute la France  
et d'ailleurs, accompagnés de  
plusieurs invités de prestige...



Repérages avec le sisteronnais Max Rey  
La découverte des tracés  
au travers des paysages somptueux



Monsieur le Député Maire de Sisteron Daniel SPAGNOU  
accueille les organisateurs en compagnie de  
Monsieur MICHEL et Madame GRACIA



Séance de travail avec Madame GRACIA,  
adjointe au maire de Sisteron  
Les belles étapes de l'édition 2009 se dessinent ...



**INSCRIPTION en LIGNE**  
**www.lasisteronne.com**

Info : O.C.C : Vélodrome de Costebelle  
83400 HYERES - Tel/Fax : 04 94 57 66 66  
email : occostebelle@wanadoo.fr

**NOMBREUX LOTS  
A TOUS LES PARTICIPANTS**

- Une paire de Lunette Cycliste EKOI
- Divers Produits énergétiques (liquide-solide) : INKOSPOR - VIT'EFFORT
- 1 Bidon INKOSPOR
- 1 Cadeau Surprise
- Supplément pour les Dames : Un bijou pendentif - Perle de Majorque ORQUIDEA

**NOMBREUX LOTS  
A LA LOTERIE**

- 2 Stages STEPHEN ROCHE à Majorque
- 1 Vélo Course
- 1 Vélo Ville
- 1 VIT
- 3 Invitations VIP sur une étape du «Tour Méditerranéen Cycliste Professionnel»
- Bons d'Achats offerts par le groupe : « ATLAS - FLY »
- etc...

**Sisteron** « Perle de la Haute Provence », ville fleurie de 8000 habitants, se trouve à 484 mètres d'altitude. De par sa situation, elle est un coin de paradis pour les touristes. Ville natale de Paul Arène, elle est dominée par la Citadelle, œuvre de Vauban, parure de la Ville, son orgueil, son plus grand intérêt. Elle est aussi, le reflet de son histoire, elle couronne Sisteron et marque la frontière entre la Provence et le Dauphiné. Au pied de la Citadelle, la vieille ville, avec ses monuments, ses ruelles, ses andrônes pittoresques, sa cathédrale Notre Dame des Pommiers du XIIIe siècle... et son plan d'eau agréablement situé entre vieille ville et Durance, comprenant 5000 mètres carrés pour la baignade, qui feront la joie des estivants.

**Auron** fut longtemps le dernier point de ravitaillement pour les bergers des troupeaux transhumant vers les alpages. Ce village est perché à 1131m d'altitude pour une population de 34 habitants. Serré entre de puissances montagnes, la grotte de Saint-Vincent vous attend, elle est la plus spacieuse de la région.

**Saint-Geniez** culmine à 950 mètres et compte 90 habitants. Quelques kilomètres avant d'arriver à St-Geniez vous trouverez sur votre gauche dans le défilé de Pierre Ecrite une inscription du Ve siècle, gravée à même le rocher à la gloire de Dardanus, venu fonder vers 420 une cité qu'il nomma Theopolis. Tout laisse à croire qu'il s'agirait de St-Geniez. A l'Est du village se dresse sur la crête d'un profond ravin, le rocher de Dromon au pied duquel se trouve une chapelle, lieu de pèlerinage.

**Mison**, fort de 1000 habitants est situé à 640 mètres d'altitude et est constitué d'un village et de deux hameaux. La Silve et les Armands, traits d'union entre Provence et Dauphiné. Le village est dominé par les ruines du vieux château des « Mévouillon » à proximité, se trouve le lac collinaire pour les passionnés de pêche et de photos.

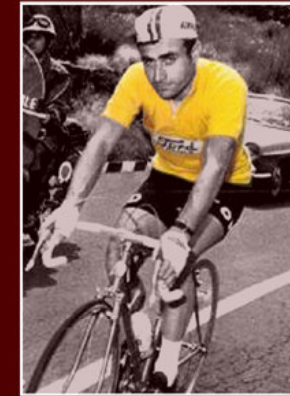
**Entreprelles** englobe, depuis 1973 les communes de Mézien, Vinhos et de Saint-Symphorien, rattachées à celle d'Entreprelles, pour n'en former qu'une seule. On voit une grande barre rocheuse littéralement scisée par un torrent, le « Riou du Jabron », offrant ainsi un majestueux défilé reliant la patrie sud à la partie haute et septentrionale appelée Mézien, bنية au pied des falaises. Ainsi que le farneux « pont de la Reine Jeanne » daté du XIVe siècle.

Depuis janvier 2009, les villes de **Valernes** et de **Vaulmelh** se sont associées à cette première édition. Vaulmelh sera un "point de Ravitaillement" (voir Verso)

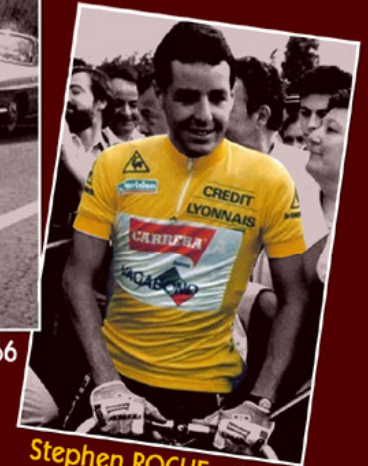


**VENEZ NOMBREUX**  
DECOUVRIR ...

**La Sisteronne**  
patronnée par **La Provence** Cyclo sportive / Cyclotourisme  
CycloLoisir / Randonnée



Lucien AIMAR - 1966



Stephen ROCHE - 1987



**22, 23 et 24 Mai 2009**

**5 circuits**  
Départs - Arrivées  
**à Sisteron (04)**



Venez découvrir les magnifiques parcours proposés par 2 anciens vainqueurs du Tour de France

www.lasisteronne.com

# Les Parcours

Samedi 23 mai

## PARCOURS BLEU (87km)

Samedi 23 mai 2009

Départs : 7h30 (Cyclosportive)  
et 8h (Cycloloisir, randonnée, cyclotouriste)  
Parking Alcazar, rue des Combes,  
chemin de la Marquise  
8.5km : Ribiers  
15km : Le Plan Carrefour à gauche  
28km : Serres les Ormes  
44km : Sédéron **CONTROLE/RAVITAILLEMENT**  
50km : Col de la Pigière sommet  
57km : Monfroc  
66km : St Vincent sur Jabron  
74km : Noyers sur Jabron  
78km : Pecoule  
87km : av. de la Durance /  
rue Pasteur / av. du Gand /  
rue Ste Ursule / allée de Verdun  
**ARRIVEE**

## PARCOURS ORANGE (142km)

Samedi 23 mai 2009

Départs : 7h30 (Cyclosportive)  
et 8h (Cycloloisir, randonnée, cyclotouriste)  
Parking Alcazar, rue des Combes,  
chemin de la Marquise  
8.5km : Ribiers  
15km : Le Plan Carrefour à gauche  
28km : Serres les Ormes  
44km : Sédéron **CONTROLE/RAVITAILLEMENT**  
62km : Ferrassières  
67km : Haut Labouret  
71km : Revest du Bion  
84km : Banon  
94km : Le Rocher d'Ongles  
101km : St Etienne Les Orgues  
**CONTROLE/RAVITAILLEMENT**  
114km : Montée du Signal de Lure  
133km : Carrefour Droite Bevons  
140km : Carrefour Pont Barrage  
rue Pasteur / av. du Gand /  
rue Ste Ursule / allée de Verdun  
**ARRIVEE**

Dimanche 24 mai

## PARCOURS VERT (82km)

Dimanche 24 mai 2009

Départs : 7h30 (Cyclosportive)  
et 8h (Cycloloisir, randonnée, cyclotouriste)  
Parking Alcazar, rue des Combes,  
chemin de la Marquise  
8.5km : Ribiers  
15km : Le Plan Carrefour à gauche  
20km : Laragne Montéglin  
25.5km : Les Bertrands  
30km : Ventavon  
34km : Monetier - Allemont  
36km : Claret  
43km : Melve  
48km : Sigoyer  
50km : Col de Grele  
52km : Vaumelh **RAVITAILLEMENT**  
56km : Valernes  
63km : Plan de la Baume  
75km : Entrepièrres **CONTROLE**  
82km : av. de la Durance /  
rue Pasteur / av. du Gand /  
rue Ste Ursule / allée de Verdun  
**ARRIVEE**

## PARCOURS JAUNE (150km)

Dimanche 24 mai 2009

Départs : 7h30 (Cyclosportive)  
et 8h (Cycloloisir, randonnée, cyclotouriste)  
Parking Alcazar, rue des Combes,  
chemin de la Marquise  
8.5km : Ribiers  
20km : Laragne Montéglin  
25.5km : Les Bertrands  
30km : Ventavon  
34km : Monetier - Allemont  
36km : Claret  
43km : Melve  
48km : Sigoyer  
50km : Col de Grele  
52km : Vaumelh **RAVITAILLEMENT**  
56km : Valernes  
63km : Plan de la Baume  
70km : Sommet Plan de la Baume  
85km : St Geniez **CONTROLE**  
95km : Aulhon **RAVITAILLEMENT**  
96km : Col de Fond Belle  
100km : Melan  
107km : Le Planas  
109km : Les Bourres  
116km : Les Baudouins  
125km : Fontenelle  
130km : Maligne  
139km : Volonne  
150km : av. de la Durance /  
rue Pasteur / av. du Gand /  
rue Ste Ursule / allée de Verdun  
**ARRIVEE**

## PARCOURS BLANC (29km)

Dimanche 24 mai 2009

Départ : 14h00 (Cycloloisir, randonnée,  
cyclotouriste, en famille)  
Parking Alcazar, rue des Combes,  
chemin de la Marquise  
8km : Ribiers à droite  
14km : Mison les Armands  
**CONTROLE/RAVITAILLEMENT**  
23km : Servoules  
26.5km : Traversée ZI METELINE  
29km : av. de la durance,  
rue de fond chaude, rue chapusie,  
rue porte sauve, allée de verdun  
**ARRIVEE**



Sisteron

communauté  
de communes  
de SISTERONNAIS

