

## Le Havre Urban Trail fait son retour les 15 et 16 juin 2019 !



*L'offre de course s'élargit pour satisfaire les milliers de personnes attendues et proposer un week-end sportif hors norme !*

Venez donc (re)découvrir **le trail urbain du Havre** et faites votre choix parmi les **sept épreuves** du LHUT:

**NB : l'épreuve du 15 juin peut se cumuler avec l'une des épreuves du 16 juin.**

### *Samedi 15 Juin :*

**La Verticale (18h) :** un kilomètre vertical à l'assaut de la tour « carré » de l'Hôtel-de-Ville du Havre pour gravir ses 17 étages, ses 76m et ses 436 marches jusqu'à la terrasse panoramique. Une épreuve exceptionnelle haute en sensation, un élan vertical aux départs décalés et aux places limitées !

Vous pouvez participer aux challenges des Défis en cumulant l'épreuve « LA VERTICALE » et l'épreuve de votre choix du dimanche.

**PETIT DEFI :** La verticale + Escalator 10km

**HALF DEFI :** La Verticale + Half Marathon

**GRAND DEFI :** La verticale + Marathon



*Dimanche 16 Juin :*

**L'Escalator (9h) :** une course de 10 km accessible à tous avec ses 1000 marches et ses 250m D+.

**L'Half-Marathon Trail (10h) :** 21 km pour approcher les sensations du trail long avec ses 2000 marches et 510m D+.

**Le Havre Marathon Trail (9h30) :** l'épreuve mythique de 42,195 km avec plus de 4600 marches, 1150m D+ et ses trois formules proposées :

- **LHMT Solo** : l'épreuve qui se court en solitaire.
- **LHMT Duo** : l'intégralité du parcours à courir à deux, ensemble.
- **LHMT Relais** : deux coureurs qui se relaient au semi-marathon.



**La Marche (10h15) :** une marche dans les marches de 7 km, sans chronométrage mais avec des paysages splendides !

Marcheurs, sportifs occasionnels ou confirmés, compétiteurs, le LHUT vous offre des épreuves exceptionnelles et la découverte de l'extraordinaire patrimoine du Havre et de son agglomération. Vous serez bluffés par ses paysages urbains et maritimes sublimes.

- Venez courir dans le centre-ville classé Patrimoine mondial par l'UNESCO
- Arpentez le front de mer qui a inspiré les peintres impressionnistes
- Partez à l'assaut de la ville haute en gravissant ses célèbres escaliers
- Empruntez les Jardins Suspendus, les parcs urbains, les sentiers nichés au cœur de la ville
- Admirez les belles demeures du 19e, le Fort de Tourneville, l'abbaye de Graille
- Laissez-vous surprendre par des lieux insolites et inoubliables.

