



1ère étape à la Clusaz le 26 avril... Avec ou sans brise-glace ?

L'Alpine Lakes Tour est un championnat amical en Stand Up Paddle sur les plus beaux lacs des Alpes. En 2013, pour la première édition, 7 étapes ont eu lieu rassemblant 350 participants de 6 nationalités différentes, du champion de Suisse Master à des débutants ! En 2014, ils seront certainement beaucoup plus nombreux encore !

L'Alpine Lakes Tour est une expérience. A la fois une expérience sportive, sensorielle et humaine. Glisser au milieu des montagnes sur des eaux cristallines, découvrir de nouvelles sensations de glisse, rencontrer des personnes partageant la même curiosité et la même envie.

La première étape à La Clusaz sera tout à fait exceptionnelle. Il s'agit de la toute première course de Stand Up Paddle organisée sur un lac de montagne à cette période de l'année. Le lac sera partiellement gelé !

«De toutes les courses où j'ai participé, c'est ici le plus bel endroit. Une course organisée dans un endroit pareil, pour moi, c'est un rêve.» - Robert Etienne (américain), pionnier du stand up paddle en Europe.

En 2014, pour sa 2ème édition l'Alpine Lakes Tour compte 10 étapes :

- Lac des Confins (Haute-Savoie) : le 26 avril (confirmé)
- Lac du Sautet (Isère) : 1er juin (confirmé)
- Lac d'Annecy (Haute-Savoie) : 15 juin (confirmé)
- Lac de Serre-Ponçon (Hautes-Alpes) : 5/6 juillet (confirmé)
- Lac Léman, Genève (Suisse) : 20 juillet (confirmé)
- Lac de Roselend (Savoie) : 16/17 août (confirmé)
- Lac Léman, Sciez (Haute-Savoie) : 30 août (confirmé)
- Lac du Bourget (Canal de Savière) : 21 septembre (confirmé)
- Lac d'Aiguebelette (Savoie) : mai ou octobre

- Lac de Neufchatel (Suisse) : à l'étude
- Lac de Tignes (Savoie) : à l'étude
- Lac de la Gruyère (Suisse) : à l'étude

La compétition

L'Alpine Lakes Tour est une compétition ouverte à tous les niveaux de pratiquants, du débutant au champion confirmé. Tout le monde se sent à sa place à son niveau, pas de VIP, les meilleurs conseillent les débutants. Il y aura même cette année des courses pour les enfants !

Formats de course

Suivant les étapes 2 à 3 distances sont proposées. La distance débutants et enfants : 1 à 3 km, la distance intermédiaire : 5 à 6 km et la distance longue 10 à 14km.

Également des jeux, du yoga, des initiations

A chaque étape de l'Alpine Lakes Tour, les organisateurs proposent un programme mixant compétition, jeux (courses en tandem, épreuves de slalom, courses en marche arrière) et autres activités telles que le Yoga Paddle !

Le Stand Up Paddle un sport en pleine expansion

Le Stand Up Paddle un sport complet, qui gaine et muscle en douceur. On peut le pratiquer selon son humeur en mode relaxation, défoulement, compétition ou jeu selon son humeur ! C'est un sport qui séduit aussi bien les hommes que les femmes.

En pleine expansion dans le monde entier, il suscite l'intérêt d'un très large public : des enfants aux athlètes de haut niveau. Chacun trouve dans ce sport un intérêt à la hauteur de ses objectifs.

Le Stand Up Paddle (également appelé «paddle» ou «SUP») est l'ancêtre du surf moderne, anciennement pratiqué par les rois polynésiens sur d'immenses planches taillées dans des troncs d'arbre, il a été repris ensuite dans les années 1940 par le célèbre champion de natation hawaïen Duke Kahanamoku et sa bande de copains, les premiers « Beach boys ».

Dans les années 1960, ces fameux Beach boys l'utilisent sur la plage de Waikiki pour prendre des photos des touristes qui viennent pratiquer le surf.

Ce sont les watermen, notamment Laid Hamilton et Dave Kalama qui ont relancé cette forme de surf, en pratiquant aussi les parcours « downwind » le long des côtes de Maui, ainsi que des traversées d'île en île, notamment en participant à la célèbre course de pirogue Molokai 2 O'ahu.

La pratique sur les lacs alpins

Le Stand Up Paddle est à la fois un sport doux, écologique, facile d'accès, ludique et un excellent moyen de découvrir les lacs alpins, quasiment 6 mois sur 12 et même pour les plus téméraires il peut se pratiquer en hiver, à condition de mettre une combinaison intégrale !

Le 25 janvier dernier était d'ailleurs organisée par la même équipe que l'Alpine Lakes Tour, la 1ère Glagla Race !

En étant debout, les pratiquants ont une approche très différente : ils peuvent voir les fonds, les poissons, découvrir les rives, la faune, les petits ports, les châteaux et les maisons sous un angle tout à fait privilégié.

widiwici organise pour la 2ème année consécutive l'Alpine Lakes Tour.

widiwici, ou le plus grand terrain de jeu de France ! Aujourd'hui sur le site widiwici.com, plus de 10 000 widistes (membres de widiwici) se lancent des défis et renouvellent la pratique sportive ! widiwici est un véritable réseau social où l'on s'amuse, rencontre de nouveaux partenaires, on fait du sport pour le plaisir, en ayant tous les bénéfices pour le corps et l'esprit.

widiwici c'est la liberté de faire du sport quand je veux, comme je veux ! widiwici c'est le réseau social du sport. Son approche incite tout un chacun à sortir de son train-train sportif pour aller découvrir de nouvelles activités sportives, rencontrer des passionnés de sport avec un esprit de jeu et de découverte !

Vidéos édition 2013

- Sévrier, 16 juin 2013 : <https://vimeo.com/69022522>
- Roselend, 18 août 2013 : <https://vimeo.com/72866007>
- La Clusaz, 12 octobre 2013 : <https://www.youtube.com/watch?v=31jiGrzhegs>

Photos

- La Clusaz <http://www.flickr.com/photos/b16/sets/72157636534667876/>
- Roselend <http://www.flickr.com/photos/b16/sets/72157635169978235/>

Contact presse

Benoit Mouren (widiwici) tel : 06 85 85 6006 / mail : info@alpinelakestour.com

Plus d'infos : www.alpinelakestour.com / [Kit photos à télécharger](#)