

---

*TAGHIGHACHTE – LAC D'ISLI COURSE A PIED – 10 km - 11h00*

---

RESUME EPREUVE CAP : cette épreuve vous permettra d'atteindre le lac salé d'Isli, l'un des deux lacs (avec celui de Tisli) qui forment la légende des Fiancés. Selon cette légende, les lacs auraient été formés par les larmes de deux jeunes amoureux qui ne purent se marier. Le lac d'Isli est rempli par les larmes du fiancé alors que celui de Tisli est rempli des larmes de la fiancée. Au-delà de la légende, ces deux lacs constituent le refuge d'une faune très importante (loutre, oiseaux aquatiques...).

Le parcours rejoint très rapidement un petit col (après Taghighachte) avant de descendre légèrement et de monter plus sévèrement. Après un premier plateau, la montée (plus sévère) permet de rejoindre le col principal (avec vue sur le col d'Isli). Une descente rapide permet alors de rejoindre les berges du lac et, par la gauche, parvenir jusqu'à une série de tentes qui forment le signal de l'arrivée.

Ce parcours montagneux permet à cette montagne de montrer toute sa beauté avec ses couleurs ocre, jaune, et parfois rouge, ses formes plissées et ses plateaux parsemés de cultures.

---



- **Départ au même niveau que l'arrivée de l'étape précédente / bien indiquer le début de la piste en haut sur la gauche.**
- **Prévoir Camelback et de la protection solaire,**
- **Départ contrôlé sur quelques mètres (jusqu'à la sortie du village)**

La piste se trouve au-dessus de l'arrivée de l'épreuve précédente juste après la peupleraie.



Montée légère jusqu'à un petit col. Depuis le col, on rejoint tranquillement une vallée d'où l'on aperçoit des cultures et une ferme. La piste est très marquée.

La montagne est magnifique, très désertique mais offrant toute une série de couleurs entre tons ocre, jaune, orange. En bas de la vallée, nous sommes à 2335 m.



**1 km24** : la piste remonte en empruntant un passage d'un écoulement d'eau naturel.



**2 km** : à 2399 m, un premier champ d'orge (petit) apparaît ainsi, qu'ici et là, des cairns. La montagne est aride mais la montée n'est pas très difficile.



**2km43** : à 2447 m (30 minutes lors de la reco depuis le début), nous atteignons un plateau sur lequel un vaste champ d'orge s'étend cette fois-ci. Un oued (à sec) se situe sur la droite. Nous continuons et coupons le champ d'orge pour aller vers la gauche entre les 2 montagnes.



**2km80** : début d'une montée plus raide en zigzags.



**3km** : 2500 m, la montée est plus raide, la vue sur le plateau et les cultures est magnifique. Au loin, on aperçoit un muret en pierre (chemin de muletier). Nous sommes entre deux montagnes parsemées de petites plantes.



**3km34** (45min lors de la reco) : le mur en pierre est rejoint, nous empruntons le sentier par gauche. Très belle vue sur la montagne plissée. Le sentier de muletier est parfaitement marqué.



**3km90** : fin du chemin de muletier et montée par une piste en zigzags dans un pierrier pour rejoindre un col que nous soupçonnons.



**4km56** (1h05 lors de la reco), 2679 m : Arrivée au COL, la vue panoramique sur le lac salé d'Isli en contrebas est exceptionnelle, la descente (via de grands zigzag) est très visible par le chemin de muletier.



**4km87**, 2648m : peu après le début de la descente, on aperçoit les 2 lacs, Isli (eau salée) et Tislit (eau douce).



**5km61**, 2533m : **bifurcation**, à droite une piste part en contournant le lac par la droite. Lors de la reconnaissance, nous avons fini la descente directement à travers pente pour rejoindre les berges du lac (au niveau d'une grande ferme et de cultures que l'on aperçoit très rapidement).



**9km46**, 2300m : arrivée au niveau des berges du lac.



**9km90** : arrivée au chemin d'accès du lac (lieu d'arrivée).

**DUREE DE L'EPREUVE LORS DE LA RECO 2h20 min (mais sans courir)**. Un retour en VTT, en liaison non chronométrée, est possible pour une partie du peloton (descente jusqu'à Tissila puis montée progressive jusqu'à Agoudal).