21 au 26 Aout 2017

*Préparé par Yves Babolat*

PROJET  *VTT'ALPES*

Période : courant juillet

Les chiffres : 6 jours, 6 personnes, 6 massifs alpins, 7 heures par jour, environ 20 000 m de dénivelée négative et 4000 de positif, 270 kms (remontées mécaniques comprises !!).



**Départ : *ST JEAN DE MAURIENNE***

**PROJET :** Après avoir traversé la Savoie en 2016, le projet propose de poursuivre, au travers des Alpes centrales, entre St Jean de Maurienne et Colmars en utilisant au maximum les remontées mécaniques et la voiture pour limiter les montées en pédalant.

La mégavalanche, l'Izoard et autres cols mythiques en points d'orgue.

Type : Beaucoup d'enduro, pistes trouvées par traces GPS et carte IGN ou pistes balisées en station.

**!**

**BUDGET PREVISIONNEL** : Le budget évalué en fonction de l'expérience de l'an passé se situe entre **550 et 650** euros la semaine sans compter le transport individuel pour aller et venir à Grenoble. Soit approximativement au maximum :

DEMI-PENSION : 350 euros - REPAS MIDI : 80 euros - REMONTEES : 120 euros - VEHICULE+ ESSENCE : 100 euros

**MISE EN GARDE** : Toutes les indications qui suivent sur les parcours sont données à titre indicatif. La durée, les dénivelées sont évaluées. Les traces GPS sont faites à la main mais le plus précises possible.

**TRANSFERT VOITURE** : Trois étapes nécessitent en cours de journée un court transfert en voiture : pour éviter un pédalage sur route en col (étape 3), pour accéder à un col mythique ; l'Izoard (étape 4), pour éviter de la route sans intérêt pour le VTT (étape 5). S'ajoute des transferts très courts entre certains points d'arrivées et de départs du lendemain : étape 2 pour joindre Bourg à Venosc, étape 4 pour joindre Chateau-Queyras à Risoul et étape 6 pour joindre Barcelonnette à PraLoup.

**S'Y RENDRE ET REVENIR :**  Regroupement des participants le dimanche soir à **Grenoble** où seront parquées les voitures. Départ en fourgon pour St Jean de Maurienne le lundi matin, 1H15 de route. Retour à Grenoble le vendredi soir, 3h30 de route.

**ORGANISATION : Départ le lundi à cause de contraintes de jour d'ouverture des remontées.**

-Logement en gite, auberge ou hôtel en demi-pension.

-Repas du midi en restaurant ou picnic

-Transport en fourgon+remorque, des effets personnels entre étape de départ et d'arrivée conduit chaque jour par un membre différent du groupe (6 jours, 6 personnes).

*Chaque jour, le conducteur pourra faire une partie de l'étape. proposition est faite.*

**Parcours naturel**

**Transfert voiture**

**Parcours en station**

**LEGENDE PROFIL : Donné à titre indicatif, il détaille en couleur les descentes en station et les descentes naturelles. Il montre la partie de transfert éventuel en voiture :**

**Arrivée : *COLMARS***

**EN CHIFFRES** : 4 départements, 6 jours, 6 personnes, 7-8 heures par jour, 300 kms (remontées mécaniques comprises), 9 domaines.

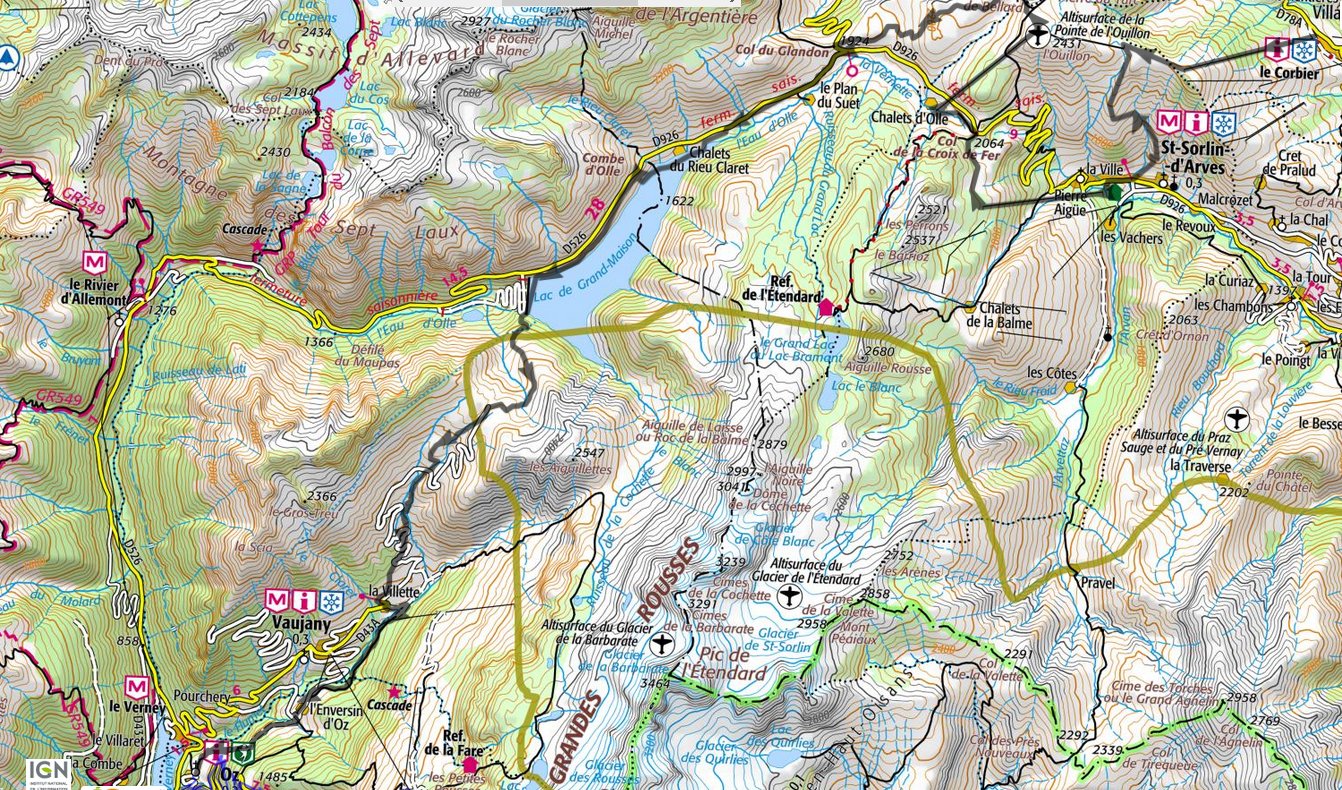
Plus de ***20 000 m de dénivelée négative et 2700 de positif***.

**TYPAGE VTT** : ENDURO. Pistes naturelles trouvées par traces GPS et carte IGN ou pistes balisées en station. Sac à dos léger avec matériel de réparation partagée entre les membres de l'équipe.

LOGEMENT POSSIBLE :

**PARCOURS**

Lundi 21 : Le Corbier-Oz Village *Domaine skiable des Sybelles*

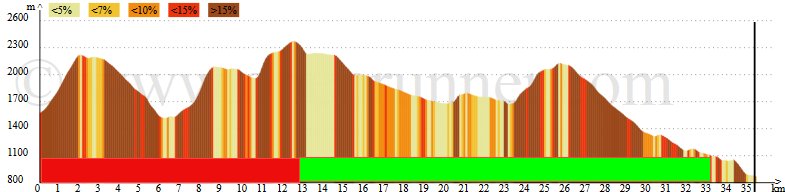


**Départ**

Entre Maurienne et Oisans et ses cols.

**Arrivée**

**PROFIL**



**LES SYBELLES**

*Le Corbier St Sorlin Croix de fer Glandon Lac Grand Maison Col du sabot Vaujany Oz*

LOGEMENT : [HOTEL EDELWEISS](http://www.edelweiss-samoens.com/)  (67 EUROS DEMI-PENSION)

**Difficulté descente** : 3/5 **Difficulté physique** : 3/5

**LOGEMENT** : AUBERGE DE LA CURE (OZ VILLAGE)

**TABLEAU DE BORD**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **lodo D-.jpg**  **Dénivelé négatif** | **lodo D+.jpg**  **Dénivelé positif en vélo** | logo vttiste.jpg  **Distance** | logo remontée.jpg  **Nombre de remontées** | logo voiture.jpg  **Transfert voiture** |
| **-2900** | **+550** | **38 kms** | **3** | **non** |

**PARCOURS ACCOMPAGNATEUR**

Voiture :65 kms, 1h20

En VTT : de Kms 0 à 15 en station des Sybelles avec groupe, puis redescente au Corbier, soit

*Total de 20 kms. et 1550 de D-.*

**Parcours accompagnateur (En voiture : 47 kms, 55')**

En VTT : Départ de Oex. Faire 8 kms de plat, puis 12 de montée par la route jusqu'aux Carroz (d+650m) pour rejoindre le groupe au km 26 et prendre télésiège. Descente d-1400

*Total de 34kms . KIKI*

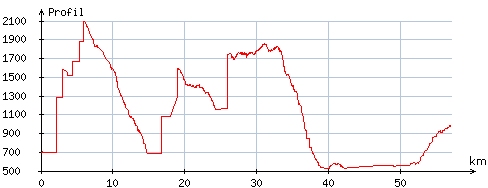
Difficulté descente : 3 ou 4/5

Difficulté physique : 3/5

LOGEMENT : [HOTEL DOME DE MIAGE](http://www.restaurant-miage.com/HddmMainFr.html) (57,5 EUROS DEMI-PENSION)

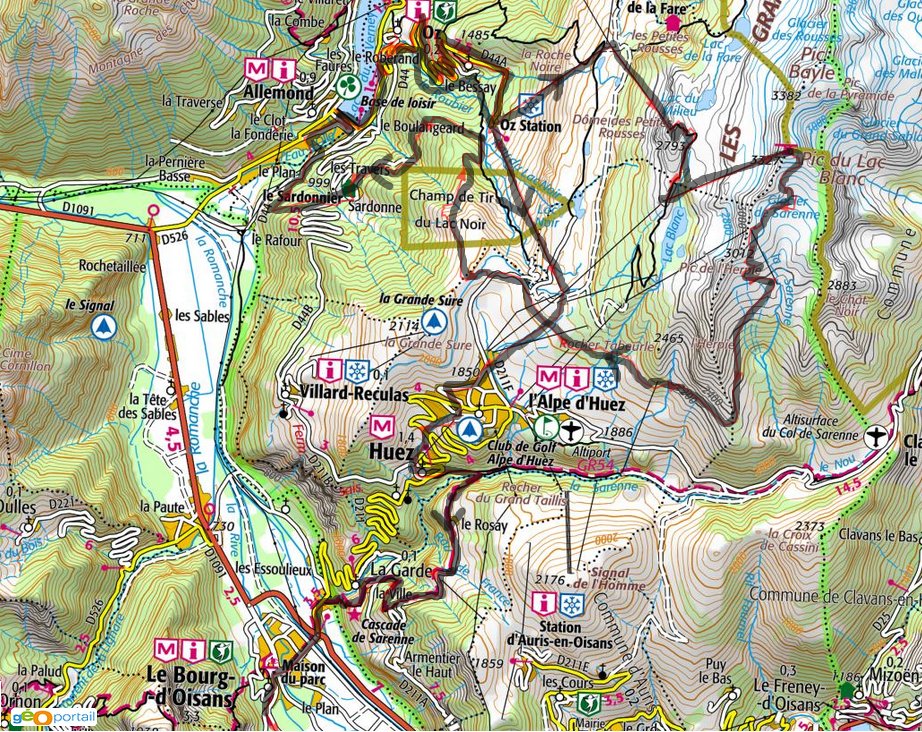
**Trajet**





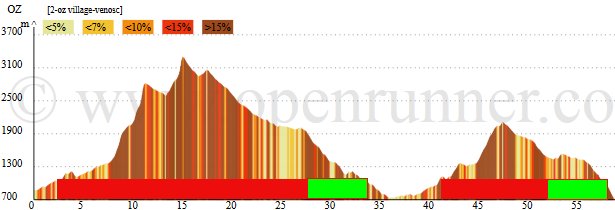
**Départ**

Mardi 22 : Oz Village-Le Bourg d'Oisans *Domaine skiable de l'Alpe d'Huez*

** PARCOURS**

La fameuse Mégavalanche d-2500m

**Arrivée**

** PROFIL**

**L'ALPE D'HUEZ**

**L'ALPE D'HUEZ**

Oz Pic blanc (3300m) MEGAVALANCHE Allemond Oz Alpe d'Huez Bourg

**TABLEAU DE BORD**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **lodo D-.jpg**  **Dénivelé négatif** | **lodo D+.jpg**  **Dénivelé positif en vélo** | logo vttiste.jpg  **Distance** | logo remontée.jpg  **Nombre de remontées** | logo voiture.jpg  **Transfert voiture** |
| **-4350** | **+200** | **61 kms** | **6 (dont 2 bus)** | **non** |

**Difficulté descente** : 5/5 **Difficulté physique** : 3/5

**PARCOURS ACCOMPAGNATEUR**

Voiture : 13kms, 15' puis à la fin Bourg-Venosc 20 kms, 20'

En VTT : De km 0 à 36 en station avec le groupe pour la mégavalanche soit

*Total de 36kms. et 2850 de D-.*

**LOGEMENT** : (VENOSC)

**LOGEMENT** : (MONETIERS)

**PARCOURS ACCOMPAGNATEUR**

Voiture : 65 kms, 1h20 avec arrêt à la Grave

En VTT : La Grave avec le groupe soit

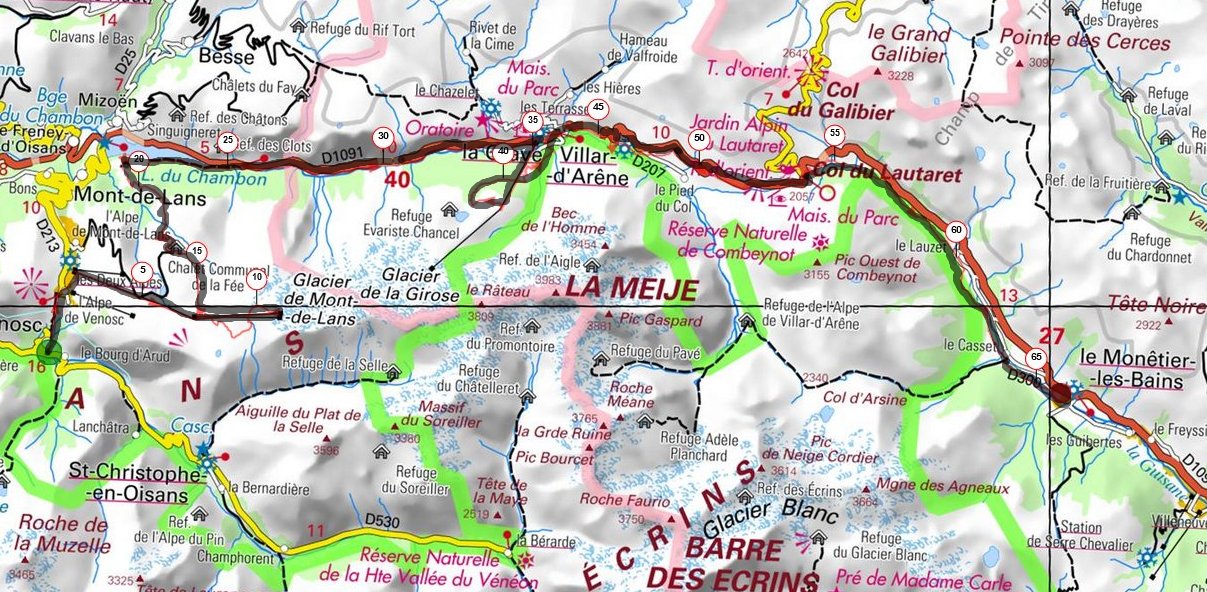
*Total de 6 kms et 1000 de D-.*

**TABLEAU DE BORD**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **lodo D-.jpg**  **Dénivelé négatif** | **lodo D+.jpg**  **Dénivelé positif en vélo** | logo vttiste.jpg  **Distance** | logo remontée.jpg  **Nombre de remontées** | logo voiture.jpg  **Transfert voiture** |
| **-3700** | **+370** | **55 kms** | **4** | **10 kms**  **La grave-Lautaret** |

Mercredi 23 : Venosc-Le Monetier *Domaine skiable des 2 Alpes et de la Grave*

**PARCOURS**

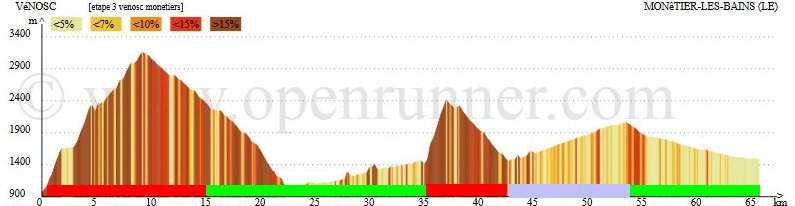


d-1500 aux 2 alpes puis la Grave.

**Arrivée**

**Départ**

**PROFIL**



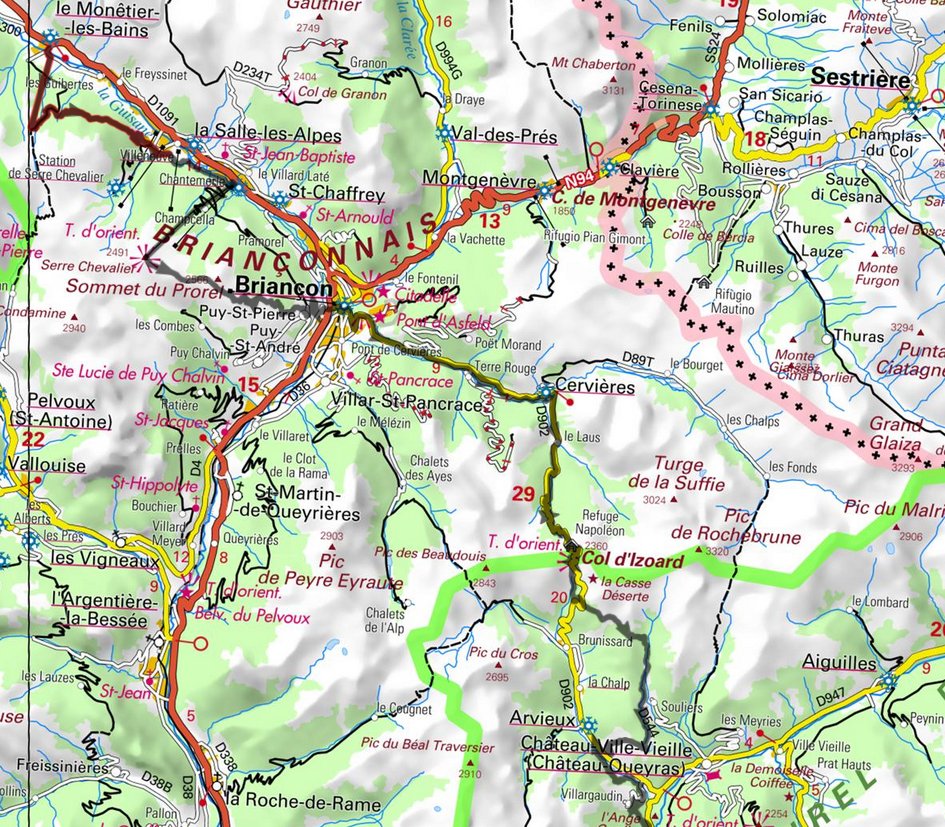
**LA GRAVE**

**LES 2 ALPES**

Venosc Glacier Mt de Lans Lac du Chambon La Grave Col du Lautaret LeMonetier

**Difficulté descente** : 4/5 **Difficulté physique** : 3/5

Jeudi 24 : Le Monetier-Chateau-Queyras *Domaine skiable de Serre-Chevalier*



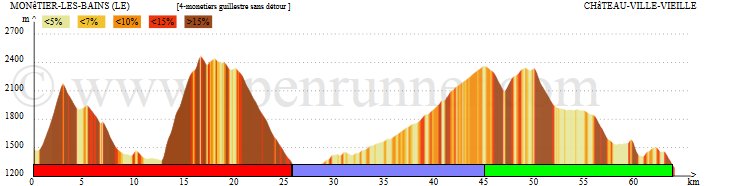
**PARCOURS**

**Départ**

Les Hautes-alpes et le col de l'Izoard.

**Arrivée**

**PROFIL**

****

**SERRE-CHEVALIER**

Le Monetier Salle des alpes Briançon Col de l'Izoard Arvieux C-Queyras

**TABLEAU DE BORD**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **lodo D-.jpg**  **Dénivelé négatif** | **lodo D+.jpg**  **Dénivelé positif en vélo** | logo vttiste.jpg  **Distance** | logo remontée.jpg  **Nombre de remontées** | logo voiture.jpg  **Transfert voiture** |
| **-3500** | **+410** | **47 kms** | **3** | **20 kms**  **Serre-Izoard** |

**Difficulté descente** : 3/5 **Difficulté physique** : 3/5

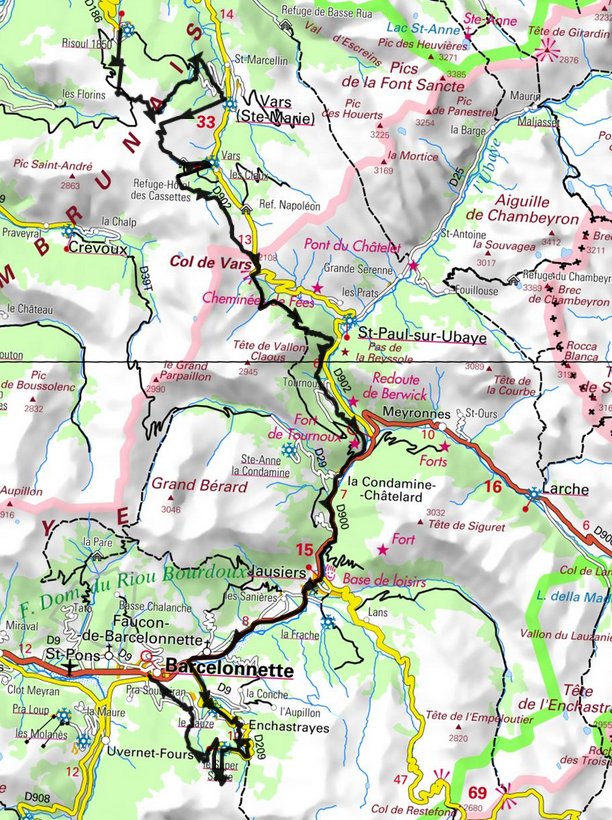
**PARCOURS ACCOMPAGNATEUR**

Voiture : 14 kms, 25' pour Briançon. puis 60 kms, 1h15 pour Guillestre

En VTT : Aller à Briançon et faire 2 descentes en station, soit

*Total de 10 kms et 2200 de D-*

**LOGEMENT** : (RISOUL OU GUILLESTRE)



**TABLEAU DE BORD**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **lodo D-.jpg**  **Dénivelé négatif** | **lodo D+.jpg**  **Dénivelé positif en vélo** | logo vttiste.jpg  **Distance** | logo remontée.jpg  **Nombre de remontées** | logo voiture.jpg  **Transfert voiture** |
| **-3700** | **+370** | **51 kms** | **6** | **20 kms**  **Chatelard-Sauze** |

Vendredi 25 : Risoul-Barcelonnette *Domaine skiable de Risoul-Vars et du Sauze*

**LOGEMENT** : (BARCELONNETTE)

**PARCOURS ACCOMPAGNATEUR**

Voiture : 40 kms, 1h jusqu'à Contamine, puis 15 kms, 15' pour le Sauze.

En VTT : de Kms 0 à 15 en station avec le groupe, puis retour à Risoul, soit

*Total de 20 kms. et 1400 de D-.*

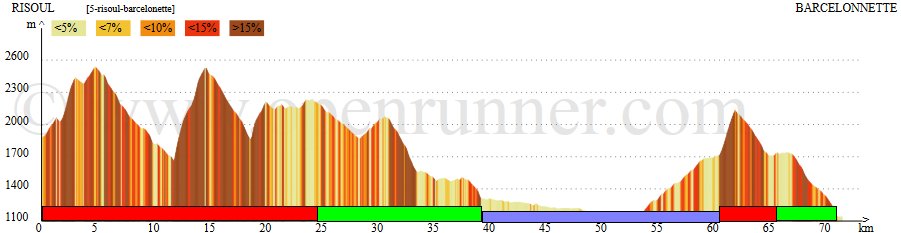
**Difficulté descente** : 3/5 **Difficulté physique** : 3/5

**PARCOURS**

**Départ**

Entrée dans la vallée de l'Ubaye.

**Arrivée**

**PROFIL**

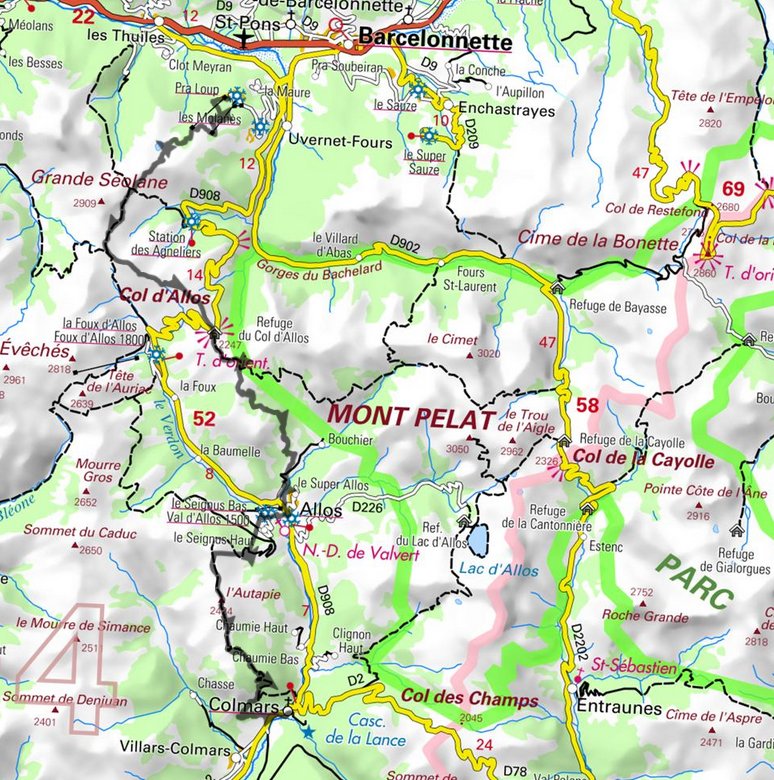
**SAUZE**

**RISOUL-VARS**

Risoul St Marie Les Claux Col St Paul Contamines- Barcelonnette Sauze Barcelonnette

de Vars Chatelard

Samedi 26 : Pra Loup-Colmars *Domaine skiable de Pra Loup et d'Allos*



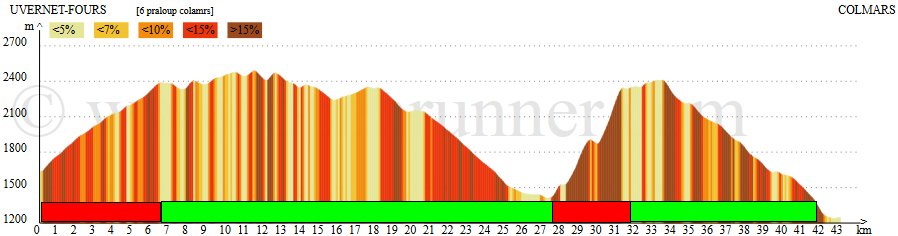
**Départ**

**PARCOURS**

Une étape de descentes sauvages

**Arrivée**

**PROFIL**



**SEIGNUS**

**PRA LOUP**

Pra Loup Col des Thuiles Col d'Allos Allos, le seignus L'Autapie **Colmars**

**TABLEAU DE BORD**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **lodo D-.jpg**  **Dénivelé négatif** | **lodo D+.jpg**  **Dénivelé positif en vélo** | logo vttiste.jpg  **Distance** | logo remontée.jpg  **Nombre de remontées** | logo voiture.jpg  **Transfert voiture** |
| **-2400** | **+760** | **43 kms** | **4** | **non** |

**Difficulté descente** : 3/5 **Difficulté physique** : 4/5

**PARCOURS ACCOMPAGNATEUR**

Voiture : 35 kms, 1h

En VTT : 3 Descentes seul sur Pra loup, soit

*Total de 10 kms. et 1000 de D-.*

**RETOUR JUSQU' A GRENOBLE 3h30 de route.**