

GRAVEL

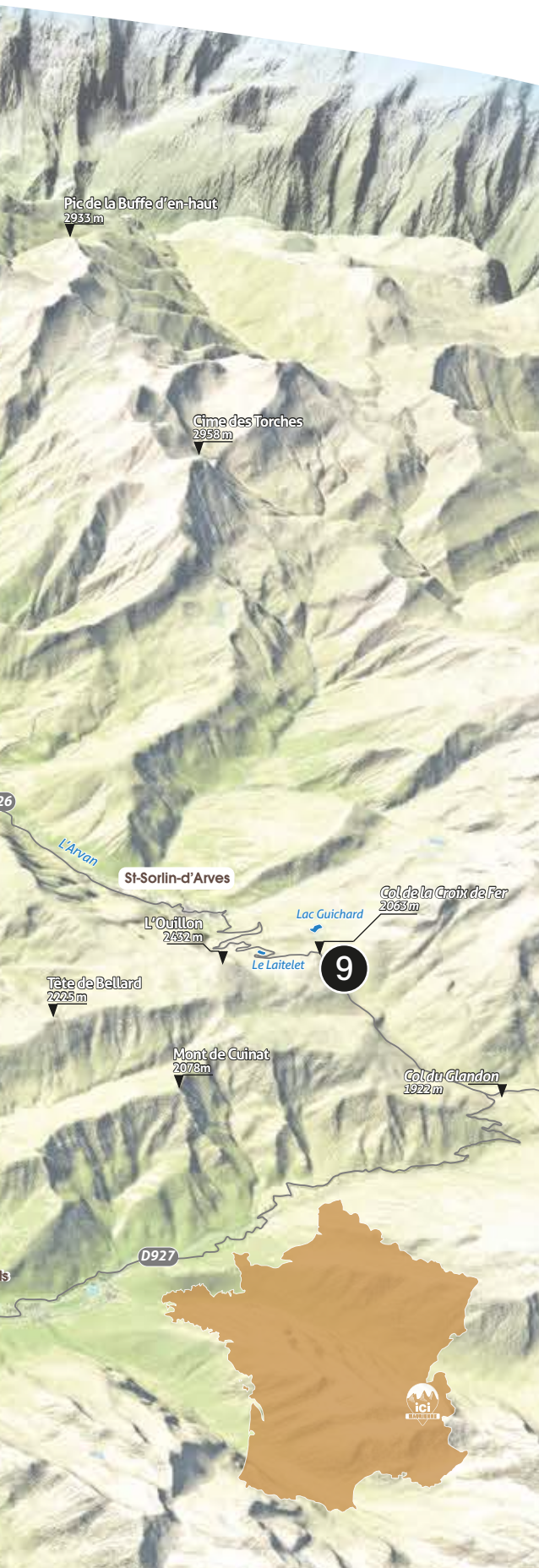
Au Pays des Aiguilles d'Arves
10 parcours tous niveaux | 1 Ultra Gravel Tour des Alpes

Pays des Aiguilles d'Arves





Camp de base Gravel



ALBIEZ							
Parcours d'initiation	1		17km	550m	2h - 3h		
Pied des Aiguilles d'Arves	2		28km	935m	3h - 5h		
SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE							
Les Bottières par Les Léchères et Le Frégny	3		23km	750m	3h - 4h		
Les Bottières par Le Chosalet et St-Pancrace	4		23km	770m	3h - 4h		
Col de la Confrérie	5		29km	910m	3h - 4h		
La Montée de La Toussuire	6		38km	1260m	4h - 5h		
Col du Mollard	7		40km	1250m	4h - 6h		
Col du Chaussy	8		42km	1300m	4h - 6h		
Col de la Croix-de-Fer	9		66km	2190m	6h - 8h		
Col de la Madeleine	10		68km	1815m	5h - 7h		

Les parcours empruntent des portions gravel à la montée et privilégient le retour par la route. Ils ont très peu de circulation et sont agréables à rouler. Les parties gravel à proprement parler vont du chemin carrossable large au sentier. Parfois le relief devient plus marqué et l'effort est plus soutenu, mais sur de courte durée.

Cette sélection de parcours s'adresse à des cyclistes mixtes, pratiquants réguliers polyvalents, amateurs de grands espaces et de challenges personnels souhaitant mixer sport d'endurance et découverte. Le plaisir de rouler autrement !



Au cœur de la vallée de la Maurienne, rejoignez nos plus grands cols par des itinéraires confidentiels. A l'écart du tumulte des routes estivales de montagne, nos 10 parcours imaginés pour la pratique du gravel vous feront découvrir les richesses préservées de notre territoire de montagne. Faites-nous confiance ! Au-delà du défi sportif, on vous promet une réelle expérience immersive à travers nos paysages, notre patrimoine et notre histoire. Prêt pour l'aventure ?



Camp de base gravel

Bénéficiant d'une belle situation géographique, en cœur de vallée, la ville de Saint-Jean-de-Maurienne est riche en histoire et en patrimoine. Au pied des plus grands cols d'Europe, elle sera un lieu de séjour idéal pour profiter de tout le potentiel des montagnes environnantes et de son terroir. L'Opinel, le Beaufort, la Cathédrale, les zones de loisirs mais aussi les innombrables sites d'intérêts aux alentours sont autant de points sur vos parcours qui donneront un sens singulier à votre expérience gravel en Maurienne.



Espace Nordique sauvage

Un secteur peu connu aux airs de Canada ouvert sur la vallée et face aux Aiguilles d'Arves. Pour atteindre le Col du Chaussy, vous traverserez des villages de montagnes typiques et peu connus. N'hésitez pas à vous arrêter sur les différents points de vue, points d'intérêts, sites patrimoniaux et de prendre le temps de souffler.



Camp de base gravel

Un cadre somptueux au pied des Aiguilles d'Arves, un village de montagne qui vit toute l'année et de multiples chemins méconnus qui sillonnent la montagne... Quoi de mieux pour pratiquer et découvrir le gravel ? Sur nos deux parcours dédiés, traversez forêts, pâturages et hauts hameaux alpins pour vivre une expérience de ressourcement absolu.



La porte d'entrée des Sybelles

Versant ensoleillé de la vallée de l'Arvan, les hameaux que vous traverserez au départ de Saint-Jean-de-Maurienne recèlent de trésors méconnus. Chapelles authentiques, églises baroques et points de vue sur la vallée rythmeront vos ascensions. Plus haut, les sommets du domaine des Sybelles et le glacier de l'Etendard à plus de 3400 mètres d'altitude seront une invitation à la contemplation.



Charme et authenticité

De la vallée aux grands cols, les chemins discrets de nos territoires alpins traversent bourgs et villages reculés, qui vivent au rythme des saisons. S'adaptant à des conditions de vie parfois rudes les habitants, les professionnels de la montagne, producteurs, artisans, agriculteurs sont aujourd'hui plus que jamais acteurs du développement de notre vallée. Secteurs certes reculés, ils perpétuent et maintiennent un dynamisme qui en étonnera plus d'un...

Application
"PAYS DES AIGUILLES D'ARVES"

Parcourez le territoire en immersion 3D !

Téléchargement gratuit



Sur iOS Sur Android



NOS INCONTOURNABLES



LES LACETS DE MONTVERNIER



LES AIGUILLES D'ARVES



LE BEAUFORT



LA CATHÉDRALE SAINT-JEAN-BAPTISTE



NOS COLS MYTHIQUES



L'OPINEL

Parcours d'initiation

1



49% route
51% gravel

“

Une double boucle en huit pour faire découvrir le gravel et ses différents terrains de jeu, loin de la circulation, au cœur de paysages majestueux.

”



Un départ tranquille par une petite descente jusqu'au hameau de la Cochette continuant par une agréable piste en herbe qui remonte à Albiez-Montrond. Une petite boucle autour des Contamines avec vue panoramique. Un sentier de découverte ludique et très roulant jusqu'à La Villette. Une montée par la route au Col du Mollard suivie d'une dernière boucle autour de la Croix du Châtel. Grandiose.

LES INCONTOURNABLES



Chapelle Sainte-Marguerite (*Hameau de La Cochette*)

Église Saint-Michel (*Albiez-Montrond*)

Ancien four à pain (*Albiez-Montrond*)



Les Aiguilles d'Arves, le Pic de l'Étendard, le Moine de Champlan, le massif des Arves, le massif des Rousses, le massif de Belledonne, le massif de la Lauzière, le domaine des Sybelles®.



17 km



550m



550m



1670m



Sud-Est



Juin à Octobre



2h - 3h

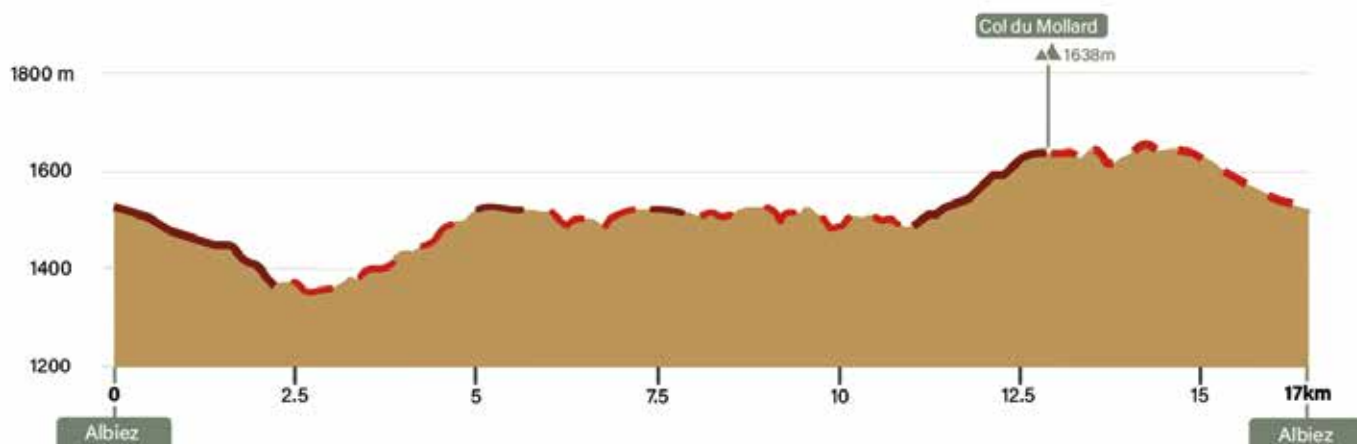


Place Opinel

CARNET DE ROUTE

Départ Albiez Parking gratuit Place Opinel → Saint-Jean-de-Maurienne

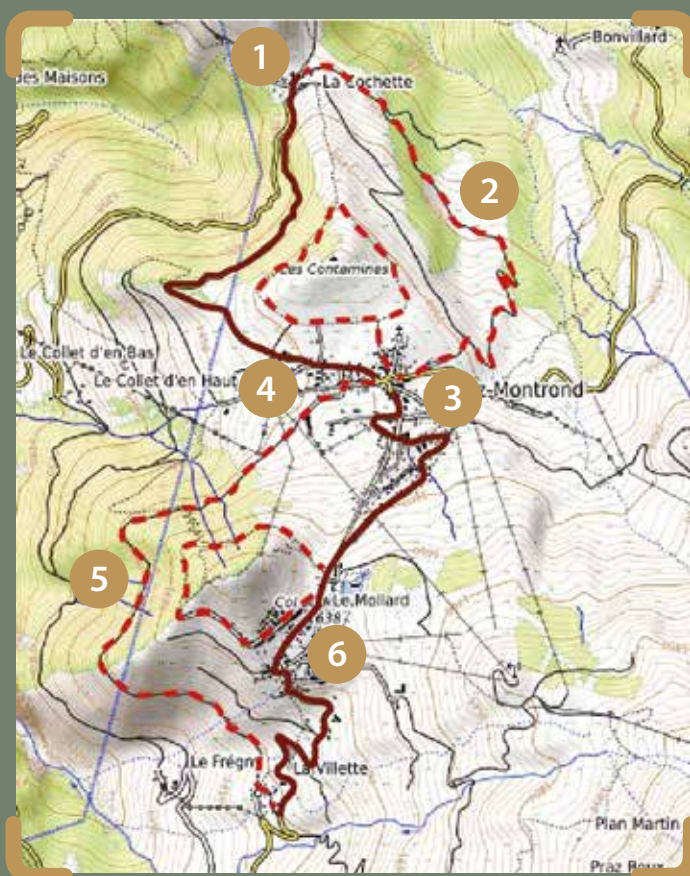
→ Hameau de La Cochette → Albiez-le-Vieux → Les Contamines → Chemin du Rival →
La Villette → Col du Mollard → Tour de la Croix du Châtel → **Albiez-Montrond**



SUR LE PARCOURS

- Point d'eau potable et aire de pique-nique (*Col du Mollard*).
- Plan d'eau et aire de pique-nique au-dessus (*Col du Mollard*).
- Aire de pique-nique (*Albiez-Montrond*).

À DÉCOUVRIR



- 1 Église Sainte-Marguerite
- 2 Vue sur le Moine de Champlan
- 3 Église Saint-Michel
- 4 Vue sur le Pic de l'Étendard
- 5 Vue sur la Combe Genin et ses cheminées de Fées
- 6 Vue sur les Aiguilles d'Arves

— Route
- - - Gravel



Départ du parking place Opinel au centre du village d'Albiez-Montrond. De là, descendre direction Saint-Jean-de-Maurienne, (D110, vers vallée de l'Arvan).

Descendre environ 2 km puis sur l'épingle prendre tout droit au hameau «La Cochette». Vous arrivez sur la place où se trouve la très belle chapelle Sainte-Marguerite.

Continuer encore quelques mètres puis prendre à droite au niveau de l'embranchement (direction Albiez-Montrond). Le goudron laisse très vite place à la piste avec un revêtement herbeux.

La première partie gravel peut commencer : la vue se dégage à cet endroit et vous pouvez observer en face de vous Casse-Massion, à gauche le beau village d'Albiez-le-Jeune et en dessous la cheminée des Fées «le Moine de Champlan» (direction Nord-Est), une merveille géologique.

De là, une descente très courte et pas raide où il faut bien rester sur la droite sur les deux embranchements en Y. Poursuivre cette piste avec un revêtement lisse et un peu caillouteux par moment. La pente est faible pour la suite de l'itinéraire. La fin du parcours est totalement dégagée et vous pouvez observer la Pointe d'Emy et le domaine skiable d'Albiez. De l'autre côté, le domaine des Sybelles, l'Espace Nordique du Grand Coin. Vous pourrez profiter de la vue sur la belle église Saint-Michel avec son horloge du 16^e siècle.

Sur la fin, bien rester sur la piste principale (ne pas prendre une piste moins marquée qui va tout droit dans le dernier lacet). 100m après ce lacet, tourner à gauche pour arriver en 200m au centre du village.

Du centre du village aller en direction de «Mairie – Église» puis prendre la première rue à gauche (Rue Froide). Poursuivre jusqu'au panneau «Albiez-le-Vieux | alt 1510m » puis prendre à droite et continuer la piste herbeuse. Vous pouvez apercevoir Albiez-le-Jeune en face avec le Moine de Champlan en contrebas. La piste est roulante, ne pose pas de difficulté, et est majoritairement à plat avec quelques petites descentes très douces.

A l'altitude 1498 mètres, bien rester sur la piste qui part sur votre gauche. Vous arrivez assez vite au panneau en bois vers 1505 mètres d'altitude. De là,

suivre «Albiez-le-Vieux» pour retrouver le chemin pris à l'aller. Revenir par le même itinéraire jusqu'au centre du village.

Du village poursuivre sur la «Rue du milieu» puis à gauche sur chemin du Rival et continuez la route. Vous pourrez profiter de la vue somptueuse sur le domaine des Sybelles, le Pic de l'Étendard et le Mont-Charvin.

Après avoir quitté la route, la deuxième portion gravel commence une fois la piste atteinte (sentier de découverte). La section est très roulante. L'itinéraire rejoint assez vite la forêt mais laisse plusieurs points de vue sur le paysage notamment sur la Combe Genin et ses cheminées des Fées.

Quelques courtes descentes sans difficultés sur un bon revêtement sont à prévoir jusqu'à rejoindre le hameau de la Villette. Une fois que vous êtes sur le goudron, prendre sur votre gauche. Vous rejoignez 200 mètres plus loin la D80 où vous prendrez à gauche afin de poursuivre jusqu'au col du Mollard. Du col basculer sur l'autre versant sur quelques mètres puis prendre à gauche la piste direction «Boucle du tour du Châtel».

Un peu après, le sentier se sépare en deux. Prendre à droite (balisage VTT FFC jaune) et longer le sentier roulant qui part à l'horizontal sur votre droite. Vous distinguez le village d'Albiez-Montrond en contrebas. Après quelques mètres, une petite descente est à prévoir, attention à ne pas prendre trop de vitesse même si le revêtement est bon.

S'en suit une remontée avec un passage assez difficile. La pente se radoucit ensuite très vite. Vous rejoignez assez vite le goudron (vers l'altitude 1645 mètres) où se trouve une table de pique-nique avec une très belle vue sur les Aiguilles d'Arves et le Pic de l'Étendard.

Prendre la route direction «Retour col du Mollard». Vous passez devant des habitations. Au niveau du croisement, prendre à gauche et retourner au col du Mollard quelques mètres après. Du col, redescendre à Albiez-Montrond par la route jusqu'au point de départ, au centre du village.



LE MOINE DE CHAMPLAN



Pied des Aiguilles d'Arves

2



45% route
55% gravel

“

Un itinéraire entièrement cyclable qui vous permettra de rejoindre ces majestueuses montagnes : les Aiguilles d'Arves emblème de la Maurienne.

”



Un départ en douceur par une piste entourée de montagnes et un point de vue exceptionnel sur la Combe Genin. Une succession de petites descentes et de petites montées pour rejoindre le Chalmieu direction le pied des Aiguilles d'Arves par un parcours très roulant et sauvage, le tout dans un cadre majestueux.

LES INCONTOURNABLES



Chapelle Saint-Roch (*Les Rieux*)
Chapelle Saint-Sébastien (*Le Chalmieu*)
Église Saint-Michel (*Albiez-Montrond*)
Ancien four à pain (*Albiez-Montrond*)



Les Aiguilles d'Arves, le massif des Rousses, le massif de Belledonne, le massif des Arves, les cheminées des Fées de la Saussaz, le massif de la Lauzière et le domaine des Sybelles®



28 km



935m



935m



2119m



Sud-Est



Juin à Octobre



3h - 5h



Place Opinel

CARNET DE ROUTE

Départ Albiez Parking gratuit Place Opinel → Rue du Milieu → Chemin du Rival
→ La Villette → Les Rieux → Montrond La Ville → Le Chalmieu →
Route des Aiguilles → Basse du Gerbier



SUR LE PARCOURS

- 🚲 Dans le dernier tronçon, des bornes sonores interactives racontant l'histoire des gens du pays agrémentent le parcours.
- 🚲 Aire de pique-nique ainsi que de nombreux bancs présents sur cette partie.
- 🚲 Eau potable au Chalmieu (*en-dessous du parking*).

À DÉCOUVRIR



- 1 Église Saint-Michel
- 2 Vue sur la Combe Genin et ses cheminées des fées
- 3 Église Saint-Roch
- 4 Chapelle Saint-Sébastien
- 5 Vue sur les massifs de Belledonne et des Rousses
- 6 Vue sur les Aiguilles d'Arves

— Route
- - - Gravel



Du parking gratuit place Opinel, prendre «Rue du Milieu», puis à gauche «Chemin du Rival» et continuer la route. Vue somptueuse sur le domaine des Sybelles®, le Pic de l'Etendard, le Mont-Charvin.

Au bout de la route la première portion gravel commence (sentier de découverte). La section est très roulante.

Attention. Au bout de 20m, bien prendre à droite pour rester à l'horizontal : l'itinéraire rejoint assez vite la forêt mais laisse plusieurs points de vue sur le paysage. Vous pourrez distinguer la Combe Genin (plein ouest) et ses belles cheminées des fées sur le haut. Quelques courtes descentes sans difficultés sur un bon revêtement sont à prévoir sur cette partie.

La piste débouche au hameau de la Villette. Prendre à droite pour rejoindre la D80 et descendre. Passer le hameau «La Saussaz». 300m après avoir passé le hameau «Les Rieux», prendre une piste sur votre gauche direction «Montrond - La Ville» (la piste reste très proche de la route pendant 300m).

Le deuxième tronçon gravel commence avec un super revêtement. Par une succession de montée/descente, vous rejoignez facilement la route. Prendre à gauche et rejoignez le Chalmieu par la route goudronnée.

Du village, prendre direction « La route des Aiguilles» et débiter l'ascension sur le goudron. Vous évoluerez dans une belle ambiance alpine avec ses pâturages de montagne, au milieu des troupeaux et sous l'œil bienveillant des imposantes Aiguilles d'Arves.

L'altitude se fait déjà sentir une fois les premiers mètres de dénivelé atteints. La première portion de route est bien soutenue, les quelques virages permettent de donner du rythme.

Vous êtes directement plongé dans cette atmosphère hors du temps avec les montagnes qui vous entourent, sans un bruit.

Des vues uniques sur des sommets typiques du massif des Arves comme le Mont Falcon avec ses stries prononcées et sa roche noire. Une fois arrivé au parking «Relais TV», vous avez déjà fait la moitié du parcours.

Vous prenez alors pied sur un très bon revêtement pour poursuivre cette dernière ascension en gravel. Vous pourrez profiter de bancs et tables positionnés sur le parcours. Il y a également des dispositifs sonores installés sur certains bancs, qui diffusent des témoignages des gens du pays.

Prendre à droite au premier embranchement direction «Basse du Gerbier», puis 50m plus loin bien continuer tout droit au deuxième embranchement pour rester sur la piste principale (ne pas prendre à droite).

Au plus près des Aiguilles, la vue devient de plus en plus spectaculaire. Vous êtes alors pleinement immergé dans le cadre de la haute montagne à plus de 2000m d'altitude. Vous serez bercé par le bruit du torrent qui vous accompagnera jusqu'à la fin du parcours.

Une courte section plus difficile sur une centaine de mètres mais avec un bon revêtement est à prévoir avant d'arriver au pont. L'effort de montée prendra fin au niveau du pont, au plus près des Aiguilles d'Arves (altitude 2119m).

La redescente se fait par le même itinéraire, le revêtement est bon, mais restez vigilant notamment au passage raide.

Pour rejoindre Albiez-Montrond, faites le chemin en sens inverse. Vous pourrez apercevoir les cheminées des Fées de la Saussaz une fois que vous débouchez sur la route avant les Rieux (sur votre gauche).

Vous pouvez aussi revenir par la route et le col du Mollard si vous le souhaitez (cette option rajoute 150m de dénivelé positif).





LES AIGUILLES D'ARVES



Les Bottières par Les Léchères et Le Frégny

3



Ascension

12km
55% de route
45% de gravel

“

Une manière de découvrir la station des Bottières par un parcours roulant et au plus près de la nature, le tout dans un environnement bucolique.

”



Un départ par la route de Jarrier jusqu'au lieu-dit Les Léchères, puis une partie gravel bucolique dans les champs. Après un court passage sur route retour sur une portion très roulante qui passe par Montfalcon et qui rejoint directement la station des Bottières.

LES INCONTOURNABLES



Églises Saint-Pierre et Saint-Clément
(Jarrier)



Le Grand Coin, La Croix des Têtes, le Grand Perron des Encombres.



23 km



750m



750m



1290m



Est



Mai - Novembre



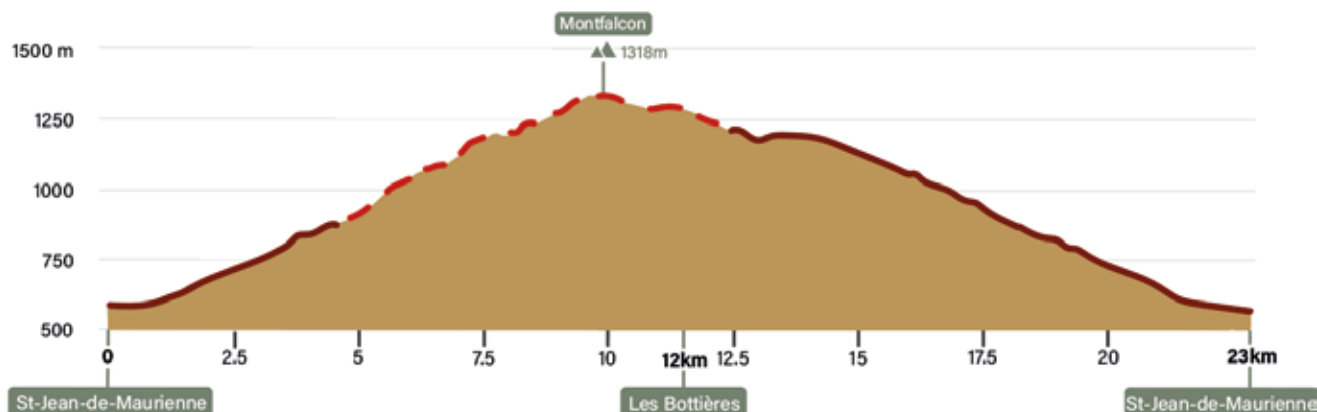
3h - 4h



Place du Champ de Foire (gratuit)

CARNET DE ROUTE

Départ Saint-Jean-de-Maurienne parking « Place du Champ de Foire » → Vallée de l'Arvan
→ Jarrier → Les Léchères → Le Frégny



SUR LE PARCOURS

- Aire de pique-nique (*station des Bottières*).
- Point d'eau potable à Saint-Jean-de-Maurienne (*devant la Mairie*).

À DÉCOUVRIR



1 Ancien four à pain de Montfalcon

4 Vue sur la pointe des Chaudannes

2 Vue sur la Croix des Têtes et le Mont Brequin

5 Églises Saint-Pierre et Saint-Clément

3 Vue sur le Grand Coin

— Route
- - - Gravel



Départ : Saint-Jean-de-Maurienne, parking gratuit «Place du Champ de Foire». Du parking, suivre la vallée de l'Arvan. Au rond-point «Opinel» prendre à droite «Vallée de l'Arvan», puis juste avant le pont Bonrieux tourner sur votre droite direction «Jarrier».

Cet itinéraire secondaire permet de ne pas avoir beaucoup de circulation. Vous prenez assez vite de la hauteur sur la vallée qui se dessine devant vous.

Vous distinguez bien la ville de Saint-Jean-de-Maurienne et son agglomération en contrebas. La vue sur les montagnes aux alentours permet également de se sentir plongé dans un environnement montagnard aux portes de la vallée.

Vous pouvez distinguer assez vite sur votre droite la Chapelle Bonne Nouvelle construite à flanc de montagne. L'ascension sur le goudron est plaisante car la pente est peu soutenue.

Passer quelques hameaux puis tourner à gauche direction «Les Léchères» (point 870m altitude). Encore une zone de goudron (100m) puis vous arrivez au bout de la route avec une grange sur la gauche.

Vous commencez la partie gravel à cet endroit sur une piste avec un bon revêtement lisse entre terre et herbe pour la première partie. Quelques endroits avec des petits passages soutenus mais courts.

Dans l'ensemble la pente est peu soutenue, avec des alternances entre parties dégagées et parties en forêt, le tout dans une belle ambiance bucolique. Ce premier tronçon peut être très humide et glissant par temps de pluie, ce qui peut augmenter la difficulté de l'itinéraire.

Au premier croisement, prendre à droite (en montée). Au deuxième croisement (altitude 1.018m) prendre à gauche (Sud, en montée).

Sur la partie haute de cet itinéraire, vous pourrez, sur votre droite, observer la chapelle Saint-Roch reconnaissable à ses façades parées de son enduit rose caractéristique.

Lorsque vous rejoignez la route, prendre à droite (Nord, en arrière) pour revenir sur vos pas sur 300 mètres puis prendre la piste sur votre gauche direction «Montfalcon».

La deuxième partie après la jonction est très lisse avec un peu plus de gravier mais très roulante. Pente moyenne. Vous passez d'abord par le hameau du Frégny avec quelques chalets.

Lorsque vous arrivez au niveau du hameau de «Montfalcon», il y a présence d'un four à pain typique et quelques habitations. Au prochain croisement, prendre à gauche (Sud).

Cette dernière partie est une piste à flanc de montagne ponctuée de petites descentes et de petites remontées qui vous amènera sur une route goudronnée. De là, descendre sur votre gauche et prendre à droite pour aller au pied de la station.

Pour le retour, revenez sur vos pas et descendez en direction de Jarrier (à gauche au premier croisement) puis Saint-Jean-de-Maurienne.

Si vous souhaitez faire une boucle, du pied de la station poursuivre en direction de l'Office de Tourisme (sud) et continuer vers la D78D (sud-est). La route monte à nouveau. Vous pourrez en profiter pour admirer les Aiguilles d'Arves sur le chemin.

Après avoir passé le hameau de l'Alpettaz, vous pouvez observer le Pic de l'Etendard en face de vous. Une fois arrivé au croisement de la D78, prendre à gauche direction Saint-Jean-de-Maurienne et retourner au point de départ. Compter 3 kilomètres et moins de 100 mètres de dénivelé supplémentaires jusqu'au croisement.





LA CHAPELLE DE BONNE NOUVELLE



Les Bottières par Le Chosalet et Saint-Pancrace



4

Ascension

12km
60% de route
40% de chemin

“

Une petite aventure aux portes de Saint-Jean-de-Maurienne pour accéder à la station des Bottières par un itinéraire bis atypique .

”



Rejoindre Les Bottières par une petite route surplombant la vallée puis une piste forestière très roulante avec les Aiguilles d'Arves en toile de fond.

LES INCONTOURNABLES



Église de Saint-Pancrace (*Saint-Pancrace*)
Églises Saint-Pierre et Saint-Clément (*Jarrier*)
Chapelle Saint-Bernard (*Hameau Les Colonnes*)



Le massif des Arves, les Aiguilles d'Arves, le Grand Châtelard, la Croix des Têtes, le Grand Perron des Encombres.



23 km



770m



770m



1296m



Est



Mai - Octobre



3h - 4h



Place du Champ de Foire (gratuit)

CARNET DE ROUTE

Départ Saint-Jean-de-Maurienne parking « Place du Champ de Foire » → Vallée de l'Arvan
→ Col de la Croix-de-Fer → Le Chosalet → Saint-Panrace



SUR LE PARCOURS

- Aire de pique-nique (*station des Bottières*).
- Table d'orientation et panorama à la Chapelle Saint-Bernard (*Hameau Les Colonnes*).
- Point d'eau potable à Saint-Jean-de-Maurienne (*devant la Mairie*).

À DÉCOUVRIR



1 Vue sur le Grand Coin

2 Vue sur les Aiguilles d'Arves

3 Église de Saint-Panrace

4 Chapelle Saint-Bernard

5 Églises Saint-Pierre et Saint-Clément

6 La Croix des Têtes

— Route
- - - Gravel



Départ : Saint-Jean-de-Maurienne, parking gratuit «Place du Champ de Foire». Du parking, suivre la vallée de l'Arvan. Au rond-point «Opinel», prendre à droite «vallée de l'Arvan». La première partie de la route emprunte la montée classique à la Croix-de-Fer jusqu'au croisement du Chosalet : prendre à droite (altitude 722m).

La montée est agréable et sur une route peu fréquentée. Épingles après épingles, vous prenez assez vite de l'altitude.

Passer le Chosalet avant de rejoindre la route principale (D78c) puis suivre la route direction «Les Bottières». Une fois sur la route principale, prendre à droite et entrer dans le village de Saint-Pancrace. Vous pourrez en profiter pour observer l'église datant du XVIème siècle (sur votre droite).

Environ 300m après la sortie du village, prendre la piste sur votre gauche (en arrière) direction les Bottières.

La partie gravel commence sur une piste très roulante et vous fait basculer plein Est au soleil. Le panorama change assez vite et vous pourrez profiter de la vue sur le massif des Arves.

La montée est très agréable et avec de faibles pourcentages. Quelques portions comportent un peu plus de gravier ou des cailloux mais sans augmenter la difficulté globale.

A la première épingle, ne pas aller tout droit car risque de danger, mais bien suivre l'épingle sur la droite.

Après le hameau «Les Côtes» vous retrouverez le goudron et passerez devant des petites maisons sympathiques.

Vers la fin de la montée, repérer à droite une route direction «Les Colonnes». Dix mètres après, vous arrivez à un col (non répertorié); prendre à droite le chemin en herbe direction «Chapelle Saint-Bernard».

Après 300 mètres, vous arrivez à la chapelle et vous pourrez profiter d'une vue extraordinaire sur le massif des Arves.

Une magnifique table d'orientation vous fait découvrir le nom de ces montagnes qui vous entourent. Prolongez cette piste sur 50 mètres et découvrez sur la gauche un ancien four à pain très bien entretenu. Vous pourrez en profiter pour le visiter.

Depuis le four, suivre la route goudronnée qui vous ramène 10m sous le col ; prendre à droite.

Repasser ce col et après une courte descente, rejoindre la D78D sur votre droite et descendre pour arriver à la station des Bottières. Profiter sur le chemin d'une vue sur le Grand Châtelard, le Grand Coin et la vallée de la Maurienne.

Continuer jusqu'à un croisement : prendre à gauche direction Jarrier puis Saint-Jean-de-Maurienne.





ÉGLISE DE SAINT-PANCRACE



Col de la Confrérie

5



Ascension

13km
60% route
40% gravel

“

Une autre manière de découvrir le Col de la Confrérie de façon inédite, en pleine nature, en empruntant une succession de petites routes et de pistes roulantes.

”



Un départ à plat depuis la Combe des Moulins jusqu'au hameau du Tilleret, puis une piste roulante qui rejoint le lieu-dit «La Fesse». De là, l'itinéraire propose une dernière partie ludique autour du Pinet qui rejoint, par la route, le Col de la Confrérie.

LES INCONTOURNABLES



Église Saint-Germain (*Albiez-le-Jeune*)
Église de Villargondran (*Villargondran*)



La vue sur la falaise calcaire de la Croix des Têtes, le Gand Coin, Cime de Lancheton, le Grand Perron des Encombres.



29 km



910m



910m



1390m



Sud



Juin - Octobre



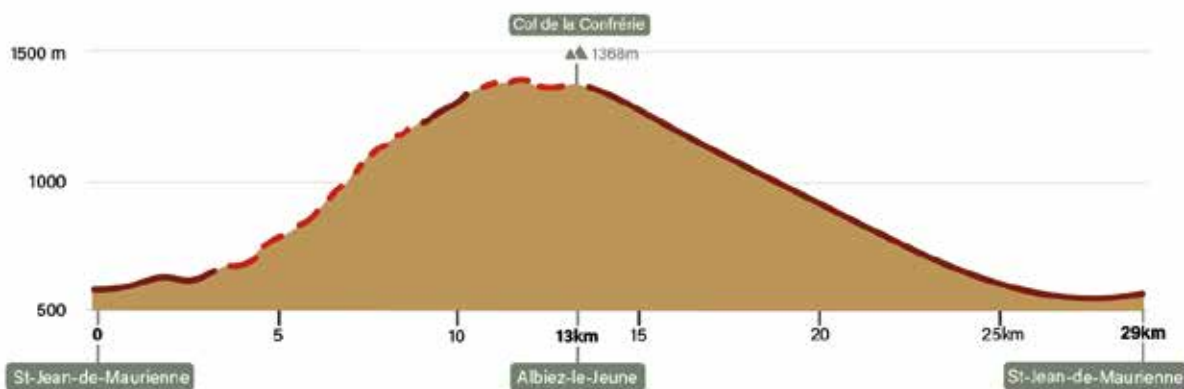
3h - 4h



Place du Champ de Foire (gratuit)

CARNET DE ROUTE

Départ Saint-Jean-de-Maurienne parking « Place du Champ de Foire » → Vallée de l'Arvan
→ Albiez-Montrond | Col du Mollard → Le Tilleret



SUR LE PARCOURS

- 🚲 Sanitaires au centre du village d'Albiez-le-Jeune (*à côté de l'église*).
- 🚲 Plan d'eau et zone de loisirs des Léchères (*en contrebas du col*).
- 🚲 Coin pique-nique agréable dans la zone de loisirs à proximité du terrain de tennis.
- 🚲 Point d'eau potable à Saint-Jean-de-Maurienne (*devant la Mairie*).

À DÉCOUVRIR



1 Vue sur le Grand Châtelard

2 Vue sur le massif des Arves

3 Église Saint-Germain

4 Vue sur la Croix des Têtes et les crêtes de Lancheton

5 Église de Villargondran

— Route
- - - Gravel



Départ : Saint-Jean-de-Maurienne parking gratuit «Place du Champ de Foire». Du parking, suivre vallée de l'Arvan, au rond-point Opinel prendre direction Col du Mollard. Une fois arrivé dans la zone de loisirs de la Combe, axe avec une faible circulation, vous pouvez encore vous échauffer avec cette portion en faux plat montant.

Tourner à gauche direction Le Tilleret. La route encore présente quelques centaines de mètres laisse place à la piste (ne pas continuer le chemin tout droit). Bien suivre la piste en tournant à gauche pour traverser le torrent.

Après le torrent prendre à droite en contournant une barrière. L'ascension commence par une piste étroite mais roulante. Le début est un peu technique mais devient très vite plus facile. La pente est peu soutenue sur l'ensemble de l'itinéraire.

Vous évoluez dans une ambiance ombragée au cœur de la forêt avec une succession d'épingles. Attention de ne pas s'embarquer sur des petits chemins plus raides ; prendre chaque fois le chemin principal (Vérifiez votre position sur le tracé GPX). La dernière ligne droite comporte une zone très soutenue et plus technique sur 100 mètres, puis devient moins exigeante.

Vous rejoignez le hameau de «La Ville» et le goudron. Vous retrouvez très vite le soleil qui vous accompagnera le reste de l'ascension.

Prenez le temps d'observer les chalets typiques et certaines curiosités comme l'oratoire Notre-Dame-des-Neiges.

Poursuivez cette route peu fréquentée et peu soutenue : la vue se dégage au fur et à mesure et le paysage s'ouvre devant vous.

Vous pouvez distinguer le Mont-Charvin, les Aiguilles d'Arves et La Pointe d'Emy au cours de l'ascension.

Après avoir passé les dernières maisons du hameau du «Buisson», continuer tout droit lors d'un premier croisement de 2 routes.

Puis, au niveau d'une patte-d'oie, prendre sur votre gauche une petite route qui revient en arrière. La route goudronnée devient au bout de 50m une piste

bien roulante. Elle vous dépose sur la route. Prendre à droite sur le goudron sur 150 mètres.

Au prochain croisement prendre la piste sur votre gauche. Passer devant une exploitation (située sur votre gauche). Suivez cette piste qui longe une clairière.

Au niveau du prochain croisement, où se trouve une table de pique-nique, bien continuer tout droit (ne pas prendre à droite).

La piste monte encore un court instant puis descend sur un revêtement herbeux sans difficulté. Cette portion de gravel est très roulante et vous plonge dans une ambiance boisée. La piste vous amène sur la route. Prendre à droite : le col de la Confrérie est tout proche (300m).

Du col, vous avez une très belle vue sur le Grand Coin, Cime de Lancheton, le Grand Perron des Encombres et la Croix des Têtes avec son pilier calcaire caractéristique.

Poursuivre 100m pour visiter le village d'Albiez-le-Jeune et son église.

Descente : revenir sur vos pas puis continuez sur cette route direction Villargondran puis Saint-Jean-de-Maurienne.





ÉGLISE SAINT-GERMAIN



Montée de La Toussuire

6



Ascension

21km
75% de route
25% de chemin

“

Un parcours varié et ludique pour accéder à la station de La Toussuire dans un environnement calme et reposant.

”



Un départ par la Combe des Moulins jusqu'au lieu-dit «Le Plan des Rois» pour rejoindre la route du Col de la Croix-de-fer et bifurquer direction «Charvin» par une piste très roulante et sauvage. Petit crochet par Le Corbier, puis passage ludique et panoramique avant de rejoindre la station de La Toussuire.

LES INCONTOURNABLES



Chapelle Notre-Dame du Ski (*La Toussuire*)
Église Saint-Vivien (*Fontcouverte*)



Les Aiguilles d'Arves, le domaine des Sybelles®, la Croix des Têtes, le Grand Coin, le Grand Truc, la Cime des Torches.



38 km



1260m



1260m



1679m



Est-Sud



Mai - Octobre



4h - 5h



Place du Champ de Foire (gratuit)

CARNET DE ROUTE

Départ Saint-Jean-de-Maurienne parking « Place du Champ de Foire » → Vallée de l'Arvan
→ Albiez-Montrond | Col du Mollard → Chemin du Merderel (à droite après « le Plan des Rois »)
→ À gauche sur la RD26 → Charvin



SUR LE PARCOURS

- Aire de pique-nique au Crêt de la Servitude et avant Plan Chaud.
- Plan d'eau du Tigny (*avant Villarembert*)
- Zone de loisirs à la Toussuire.
- Point d'eau potable à Saint-Jean-de-Maurienne (*devant la Mairie*).

À DÉCOUVRIR



1

Vue sur les Aiguilles d'Arves et la pointe de Scolette

2

Chapelle Notre-Dame-du Ski

3

Vue sur le massif des Arves et la Croix des Têtes

4

Vue sur le Mont Brequin et la Cime des Torches

5

Église Saint-Vivien

— Route
- - - Gravier



Départ : Saint-Jean-de-Maurienne parking gratuit «Place du Champ de Foire». Du parking suivre la direction «Vallée de l'Arvan», une fois au rond-point Opinel prendre direction «Col du Mollard».

Les kilomètres s'enchaînent facilement et vous arrivez assez vite au lieu-dit «Le Plan des Rois». Tourner à droite par le chemin du Merderel qui débouche sur la D926. Tourner à gauche direction le Col de la Croix de Fer.

Vous quittez cette route à droite en direction du hameau «Charvin». Une petite descente s'en suit. Au niveau d'un embranchement, poursuivre à gauche (ne pas aller au hameau centre) ; la section gravel démarre au bout de 200m.

La piste est roulante, sans difficulté, avec une pente peu soutenue pour arriver à une zone confortable avec tables et bancs : le Crêt de la Servitude. Il y a même une petite fontaine et des espaces ombragés pour se reposer.

Poursuivre cette section ombragée sur un terrain roulant alternant petites bosses et courtes descentes. Suivre direction «Villarembert» lors des embranchements. Sur la fin se trouve une partie bien soutenue et technique sur 100 mètres puis la pente est moins forte.

Le chemin est plus roulant. Vous arrivez au niveau de la station d'épuration où vous rejoignez la partie bitumée quelques mètres plus haut. Avant d'entrer dans le village de Villarembert, prendre la route sur votre gauche pour arriver à la station du Corbier.

Avant la station essence Total, prendre à droite au niveau du grand parking, poursuivre cette route (direction service technique) pour passer au niveau d'un centre équestre. A l'intersection suivante, suivez «Plan Chaud- La Toussuire».

La deuxième petite section gravel, très roulante, commence avec une pente régulière. Elle vous amènera à un très joli point de vue, avec une aire de pique-nique.

Vous pourrez admirer la Cime des Torches, le Mont Charvin, le Grand Truc, la Meije... De l'autre côté vous découvrirez la Croix des Têtes avec son grand pilier calcaire caractéristique, le Grand Perron des Encombres ou le Mont Brequin.

S'en suit une portion roulante sur herbe pour rejoindre la route : prendre à droite pour gagner la station de la Toussuire sans difficulté. Vous arrivez au panneau «Kilomètre O», fin de l'ascension. 10 mètres auparavant se trouve une chapelle sur votre gauche.

Du panneau «Kilomètre O», revenez sur vos pas jusqu'à la bifurcation puis tourner à gauche direction «Saint-Jean-de-Maurienne» et laissez-vous descendre par la route jusqu'au point de départ.





ÉGLISE SAINT-VIVIEN



Col du Mollard

7



Ascension

18km
40% route
60% gravel

“

Une nouvelle manière d'aborder le col du Mollard par une série de pistes loin des sentiers battus et dans une ambiance sauvage.

”



Un départ classique par la route du Mollard pour ensuite s'échapper par une piste jusqu'au Frégný avec une vue atypique sur la Combe Genin. Le parcours se prolonge par une petite portion sur route avant de rejoindre le col par un dernier challenge gravel au plus près des montagnes.

LES INCONTOURNABLES



Berceau de la famille Opinel (*Gevoudaz*)
Chapelle Notre-Dame-de-Vie-et-de-Grâce (*Collet d'en Bas*)
Église Saint-Michel (*Albiez-Montrond*)



La vue inédite sur la combe Genin, le pic de l'Étendard, le massif des Rousses, les Aiguilles d'Arves, le domaine des Sybelles®.



40 km



1250m



1250m



1713m



Sud-Ouest



Juin - Octobre



4h - 6h



Place du Champ de Foire (gratuit)

CARNET DE ROUTE

Départ Saint-Jean-de-Maurienne parking « Place du Champ de Foire » → Vallée de l'Arvan
→ Albiez-Montrond | Col du Mollard



SUR LE PARCOURS

- 🚲 Point d'eau potable et aire de pique-nique (au col du Mollard).
- 🚲 Plan d'eau (au col du Mollard).

À DÉCOUVRIR



- 1 Église Saint-Michel
- 2 Chapelle Notre-Dame-de-Vie-et-de-Grâce
- 3 Vue sur la combe Genin et ses cheminées des fées
- 4 Vue sur le Pic de l'Etendard et le massif des Rousses
- 5 Vue sur les Aiguilles d'Arves

— Route
- - - Gravel



Départ : Saint-Jean-de-Maurienne parking gratuit «Place du Champ de Foire». Du parking, suivre vallée de l'Arvan. Au rond-point Opinel, prendre direction Col du Mollard. Une fois arrivé dans la zone de loisirs de la Combe, axe avec une faible circulation, vous pouvez encore vous échauffer avec cette portion en faux plat montant.

Après Saint-Jean-de-Maurienne, les kilomètres s'enchaînent facilement et vous arrivez assez vite au pied du col après avoir traversé l'Arvan. La pente se redresse et les premiers virages se dessinent. Prendre le temps d'admirer sur la droite le paysage qui se dégage avec le domaine des Sybelles®. La première partie est assez ombragée.

Après une série d'épingles, la forêt laisse place à un paysage moins dense avec de beaux champs. La vue sur les sommets aux alentours se dégage : la partie la plus belle commence. Passer le village du Collet d'en Bas puis continuer un premier lacet. Au deuxième lacet, prendre tout droit (entre 2 maisons) sur une portion raide. Rejoindre une belle piste : tourner à droite ; la première portion gravel commence.

La piste part à l'horizontal sur la droite (revêtement très roulant). Vous replongez au cœur d'une ambiance boisée qui va vous offrir une vue sublime sur la combe Genin (sur votre droite : plein ouest).

Prendre un temps pour observer cette merveille géologique et distinguer de belles cheminées des fées (en haut à droite).

Après cette courte halte, la piste se redresse légèrement pour passer au-dessus du hameau du Frégny.

Ensuite, vous arrivez sur un Y : prendre à gauche sur la route goudronnée et monter. Rejoindre la route départementale (D80) au hameau «La Saussaz» : prendre à gauche.

Passer le panneau «La Villette» tout en restant sur la D80 (ne pas aller à La Villette). Au lacet suivant, prendre la piste tout droit (plein Est) : le deuxième tronçon gravel démarre.

Vous êtes tout de suite dans le cœur de l'action avec une succession de virages et une pente qui se redresse. Il faut bien rester concentré sur cette partie avec un revêtement plus joueur et technique mais roulant. Une portion courte mais un beau challenge technique à relever.

La fin est plus facile, la pente se radoucit et vous rejoignez assez vite une belle piste large et lisse. Une fois cette portion atteinte, vous avez fait le plus dur !

Lorsque vous rejoignez cette piste, prenez le temps d'admirer la vue à 360 degrés. Du pic de l'Etendard en passant par la pointe d'Emy jusqu'aux Aiguilles d'Arves, le panorama vous laisse sans voix.

Prendre sur votre gauche (Est sur quelques mètres puis plein Nord). Après un faux plat, rejoindre la route par une petite descente sur le Mollard. De là, poursuivre jusqu'au col du Mollard. Vous pourrez vous rafraîchir avec l'eau potable de la fontaine et admirer le panorama.

Pour la descente, basculer sur l'autre versant sur la D80 direction Albiez-Montrond, puis au niveau du village vous pouvez descendre par Albiez-le-Jeune/Villargondran (prendre D80 à droite) ou par la vallée de l'Arvan (prendre D110 à gauche).





LE COLLET D'EN BAS



Col du Chaussy

8



Ascension

23km
70% route
30% gravel

“

Une aventure hors des chemins classiques en plein cœur de la montagne, dans un environnement unique et sauvage.

”



Un départ par les majestueux lacets de Montvernier puis une immersion gravel en forêt par une piste très roulante, une pause contemplative au hameau de La Colonne, une fin sur route en passant par les alpages du Chaussy et une arrivée panoramique au col.

LES INCONTOURNABLES



Chapelle Notre-Dame du Chaussy
(*Col du Chaussy*)

Les chapelles Saint-Antoine et Saint-Jacques
(*Montbrunal*)

La Tour de Bérold (*le Châtel*)

Église Saint-Martin (*Hermillon*)



Les Aiguilles d'Arves, le massif de Belledonne, le massif de la Lauzière, les alpages du Chaussy, le Grand Coin.



42 km



1300m



1300m



1533m



Sud



Juin - Octobre



4h - 6h



Place du Champ de Foire (gratuit)

CARNET DE ROUTE

Départ Saint-Jean-de-Maurienne parking « Place du Champ de Foire » → Nationale direction Lyon - Chambéry → Hermillon → Pontamafrey → Pontamafrey panneau « Les Lacets de Montvernier » → Col du Chaussy



SUR LE PARCOURS

- Point d'eau potable au col du Chaussy et à Montvernier.
- Aire de pique-nique au hameau de La Colonne et au col du Chaussy.
- Restauration et rafraîchissement (*Ô P'tits Lacets à Montvernier et à l'Auberge du Chaussy au col*).

À DÉCOUVRIR



- 1 Vue sur les massifs de la Lauzière et de Belledonne
- 2 Chapelle Notre-Dame du Chaussy
- 3 Vue sur les Aiguilles d'Arves
- 4 Chapelle Saint-Antoine et Saint-Jacques
- 5 Tour de Bérold
- 6 Église Saint-Martin

— Route
- - - Gravel



Départ : Saint-Jean-de-Maurienne, parking gratuit «Place du Champ de Foire». Prendre la départementale direction Lyon-Chambéry (en descente). Au premier rond-point, tout droit direction Hermillon.

Au deuxième rond-point, à gauche direction «Col du Chaussy par les Lacets». Traverser la zone industrielle et continuer jusqu'à Pontamafrey direction «les Lacets de Montvernier».

Les élégants Lacets de Montvernier se dressent devant vous. Virage après virage le bas de vallée semble déjà loin et l'arrivée au village de Montvernier est proche. A Montvernier, à gauche direction «Col du Chaussy».

Passer «Le Noiret», «Montbrunal» (très belle chapelle Saint-Antoine et Saint-Jacques sur la droite), puis un bon kilomètre après, à gauche en arrière direction «Aire de pique-nique», atteindre Le Fragnin (avec ses beaux chalets).

Au Fragnin, la première section gravel commence. Elle vous amène par une traversée quasiment à l'horizontal au hameau de la Colonne. De là, le panorama sublime sur les massifs de Belledonne et de la Lauzière se dresse devant vous.

Poursuivre direction «Bonvillard». Quelques petites montées et descentes sur une piste très lisse vous permettent de rejoindre la route goudronnée.

Prendre à droite pour rejoindre le Col du Chaussy sur moins de 3 kilomètres. La pente n'est pas très soutenue. Vous évoluerez dans une ambiance boisée avec quelques trouées qui vous permettent d'observer votre environnement.

Par la suite vous quittez cette partie ombragée afin d'évoluer dans une ambiance totalement dégagée et le paysage s'ouvre devant vous. Encore quelques efforts et vous êtes arrivé au col du Chaussy à 1533 mètres d'altitude.

Vous pourrez profiter de rafraîchissements et vous restaurer à l'Auberge du Chaussy (ouvert en saison touristique seulement). Du col, la vue est magnifique sur le massif de la Lauzière (Versant la Chambre) avec vue imprenable sur le Grand Pic de la Lauzière.

Sur le versant St-Jean-de-Maurienne, les Aiguilles d'Arves se dressent devant vous avec tous ses sommets qui l'entourent. Vous pourrez également observer sur votre gauche la Montagne des Coins avec ses sommets arrondis. De l'autre côté se trouve l'Armélaz.

Vous pouvez prendre le temps de regarder la Chapelle Notre-Dame du Chaussy avec sa belle façade à côté du panneau du col. Il y a plusieurs tables et bancs pour se reposer ou se restaurer. Quelques mètres en contrebas du col en direction de Montpascal se trouve une fontaine d'eau potable.

Pour la descente, suivre le versant en direction de Montpascal (D77) pour arriver à Montvernier. La descente est très belle et permet d'apprécier le paysage alentour avec les Aiguilles d'Arves.

Vous passerez par le hameau de Montbrunal puis du Noiret. Une fois au hameau de Montvernier, continuer en direction d'Hermillon (ne pas descendre par les lacets empruntés à la montée).

La route redescend encore un peu puis vous avez une courte montée pour atteindre Le Châtel. De là, poursuivre la descente jusqu'à Hermillon. Vous arriverez au rond-point avec un vélo. De là, prendre le même itinéraire que celui de l'aller et revenir au parking du Champ de Foire.





LES LACETS DE MONTVERNIER



Col de la Croix de Fer

9



Ascension

35km
75% route
25% gravel

“

Une succession de passages gravel, et de routes panoramiques qui vous conduiront jusqu'au sommet du col de la Croix de Fer.

”



Un départ commun avec le col du Mollard puis une piste offrant une vue atypique sur la Combe Genin. Une route panoramique et sauvage dans un décors de montagnes jusqu'à Malcrozet, un chemin ludique le long de l'Arvan puis la plus belle partie du col de la Croix de Fer.

LES INCONTOURNABLES



Chapelle Saint-Joseph (*Saint-Sorlin-d'Arves*)
Chapelle Saint-Pierre (*Saint-Sorlin-d'Arves*)
Église baroque Saint Saturnin (*Saint-Sorlin-d'Arves*)
Chapelle Saint-Sébastien (*Les Rieux*)
Chapelle Notre-Dame-de-Vie-et-de-Grâce (*Collet d'en bas*)



Les Aiguilles d'Arves, le massif des Grandes Rousses, de Belledonne et des Arves, les cheminées des fées du Villard.



66 km



2190m



2190m



2064m



Sud-Est



Juin - Octobre



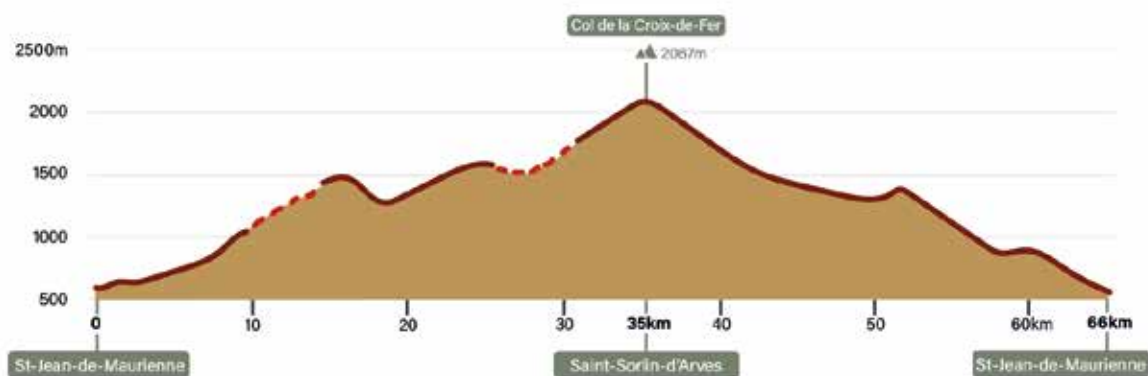
6h - 8h



Place du Champ de Foire (gratuit)

CARNET DE ROUTE

Départ Saint-Jean-de-Maurienne parking « Place du Champ de Foire » → Vallée de l'Arvan
→ Albiez-Montrond | Col du Mollard → Saint-Sorlin-d'Arves



SUR LE PARCOURS

- Point d'eau potable (devant l'office de tourisme de Saint-Sorlin-d'Arves).
- Table d'orientation (au col de la Croix de Fer).
- Aire de pique-nique (au lac du Laitalet).

À DÉCOUVRIR



- | | | |
|--|---|---|
| 1 Vue sur le massif de Belledonne | 4 Vue sur le Pic de l'Etendard | 7 Vue sur la Combe Genin et ses cheminées des Fées |
| 2 Église Baroque Saint-Saturnin | 5 Vue sur les cheminées des Fées du Villard | 8 Chapelle Notre-Dame-de-Vie-et-de-Grâce |
| 3 Chapelle Saint-Pierre | 6 Vue sur les Aiguilles d'Arves et de la Saussaz | |
- Route
- - - Gravel



Départ : Saint-Jean-de-Maurienne, parking gratuit «Place du Champ de Foire». Du parking, toujours suivre la direction «Vallée de l'Arvan». Une fois au rond-point Opinel prendre direction «Col du Mollard». Après une petite montée, vous basculez dans la zone de loisirs de la Combe.

Après Saint-Jean-de-Maurienne, les kilomètres s'enchaînent facilement et vous arrivez assez vite au pied du col après avoir traversé l'Arvan. La pente se redresse et les premiers virages se dessinent. Vous pourrez prendre le temps d'admirer sur la droite le paysage qui se dégage avec le domaine des Sybelles®.

La première partie est assez ombragée. Après une série d'épingles, la forêt laisse place à un paysage moins dense avec de beaux champs. La vue sur les sommets aux alentours se dégage: la partie la plus belle commence.

Passer le village du Collet d'en Bas puis continuer un premier lacet, puis au deuxième lacet prendre tout droit (entre 2 maisons) sur une portion raide. Rejoindre une belle piste : tourner à droite ; la première portion gravel commence.

La piste part à l'horizontale sur la droite sur un revêtement très roulant. Vous replongez au cœur d'une ambiance boisée qui va vous offrir une vue sublime sur la combe Genin (sur votre droite : plein ouest). Prenez un temps pour observer cette merveille géologique, vous pourrez distinguer des cheminées de fées (en haut à droite).

Après cette courte halte, la piste se redresse légèrement pour passer au-dessus du hameau du Frégny. Ensuite, on arrive sur un Y : prendre à gauche sur la route goudronnée et monter.

Rejoindre la route départementale (D80). Au hameau La Saussaz : prendre à droite. La route descend et vous arrivez assez vite au barrage de Belleville. De là, prendre à droite direction Saint-Jean-de-Maurienne sur moins de 2 kilomètres.

Prendre à gauche direction «Saint-Sorlin-d'Arves» et emprunter cette route avec peu de trafic mais offrant une très belle vue.

Sur cette petite route secondaire panoramique, prendre le temps d'observer la chaîne des Grandes Rousses avec le Pic de l'Etendard et son glacier. Vous

pourrez également observer, après avoir passé le hameau «Le Villard», des curiosités géologiques que sont les cheminées des fées sur votre gauche.

Une fois arrivé au croisement de la route principale (à Malcrozet), prendre tout droit une petite route qui descend et rejoint la rivière de l'Arvan. De là, rester sur cette rive et suivre le sentier découverte qui longe la rivière (balisage de trail).

Le revêtement est très bon et permet de vous plonger au cœur d'une ambiance boisée avec le chant de l'eau qui descend de la montagne. Vous rejoignez un grand parking. De là, prendre à droite pour rejoindre le village de Saint-Sorlin-d'Arves et prendre direction «chemin des glaciers» puis le petit chemin qui passe devant la très belle chapelle Saint-Joseph.

Rejoindre la route principale pour gravir la plus belle partie du Col de la Croix de Fer. Il reste depuis le village 7 kilomètres pour vous emmener à plus de 2000 mètres d'altitudes. Une fois passé Saint-Sorlin-d'Arves, vous êtes en plein cœur de la montagne et le calme vous accompagnera jusqu'au sommet.

Lacets après lacets, l'altitude se fait sentir mais la vue est à couper le souffle. Avant la dernière épingle, vous passez devant le très joli lac du Laitalet pour finir par une longue ligne droite.

Une fois arrivé au sommet, vous pourrez savourer votre effort récompensé par une vue sublime sur le massif de Belledonne, les Aiguilles d'Arves, la Cime des Torches, la Meije et le Mont Charvin.

Pour la descente, deux choix s'offrent à vous : revenir par Saint-Jean-de-Maurienne ou descendre du côté de la vallée du Glandon et par Saint-Etienne-de-Cuines.





LA COMBE GENIN



Col de la Madeleine

10



Ascension

35km
60% route
40% gravel

“

Un itinéraire très roulant au cœur de la montagne et des alpages pour une arrivée au col de la Madeleine.

”



Un départ par les élégants lacets de Montvernier puis une piste en forêt pour rejoindre Bonvillard, une pause pique-nique au lac du Loup puis une série d'alpages et le domaine skiable de Saint-François-Longchamp.

LES INCONTOURNABLES



Les chapelles Saint-Antoine et Saint-Jacques (*Montbrunal*)
Les chapelles Sainte-Marguerite et de l'Immaculée Conception (*Pontamafrey*)



Les alpages, la vue sur les Aiguilles d'Arves, les panoramas sur les massifs de Belledonne et de la Lauzière et les cheminées des fées.



68 km



1815m



1815m



1993m



Sud



Juin - Octobre



5h - 7h



Place du Champ de Foire (gratuit)

CARNET DE ROUTE

Départ Saint-Jean-de-Maurienne parking « Place du Champ de Foire » → Nationale direction Lyon - Chambéry → Hermillon → Pontamafrey → Pontamafrey panneau « Les Lacets de Montvernier »



SUR LE PARCOURS

- Point d'eau potable (à Montvernier, au lac du Loup et à la Chambre).
- Toilettes et aire de pique-nique au joli lac du Loup.
- À l'automne les alpages prennent leurs couleurs dorées et les myrtilliers un rouge vif.

À DÉCOUVRIR



- 1 Vue sur le Mont-Blanc
- 2 Vue sur les cheminées des Fées
- 3 Chapelle Sainte-Marguerite
- 4 Le Lac du Loup
- 5 Vue sur les massifs de Belledonne et de la Lauzière
- 6 Chapelle Saint-Antoine et Saint-Jacques
- 7 Chapelle de l'Immaculée Conception

— Route
- - - Gravel



Départ : Saint-Jean-de-Maurienne, parking gratuit «Place du Champ de Foire». Prendre la départementale direction Lyon-Chambéry (en descente). Au premier rond-point, prendre tout droit direction Hermillon. Au deuxième rond-point, aller à gauche direction «Col du Chaussy par les Lacets». Traverser la zone industrielle, continuer jusqu'à Pontamafrey direction «Les Lacets de Montvernier».

Les élégants Lacets de Montvernier se dressent devant vous. Virages après virages, le bas de vallée semble déjà loin et vous vous rapprochez rapidement du village de Montvernier est proche. A Montvernier, prendre à gauche direction «Col du Chaussy».

Passer «Le Noiret», «Montbrunal» (très belle chapelle Saint-Antoine et Saint-Jacques sur la droite), puis un bon km après, aller à gauche en arrière direction «Aire de pique-nique» pour atteindre «Le Fragnin» (avec ses beaux chalets).

Au Fragnin, la première section gravel commence. Elle vous amène, au hameau de La Colonne par une traversée quasiment à l'horizontal. De là, le panorama sublime sur les massifs de Belledonne et de la Lauzière se dressent devant nous. Poursuivre direction «Bonvillard». Succession de petites montées et descentes sur une piste très lisse qui vous permet de rejoindre la route goudronnée. Prendre à gauche et vous arrivez très vite au hameau de Bonvillard.

Au hameau prendre à droite direction «Lac du Loup» (panneau un peu caché), où vous trouverez tables/bancs, toilettes et eau potable.

La vue se dégage progressivement lorsque vous atteignez les alpages. L'ambiance montagne commence à se faire ressentir : vous êtes bercé par cette nature sauvage et muette, le tout sous les regards des cimes. Au panneau «La Grolle» à 1810 mètres, regarder plein ouest la merveille géologique des «Cheminées des Fées».

La progression rapide sur cette piste avec un revêtement quasi parfait est un pur bonheur.

Une petite descente est à prévoir au kilomètre 32 (moins de 100 D-) pour rejoindre la route lorsque vous êtes sur le domaine skiable, prudence sur cette partie. Le revêtement nécessite de faire attention mais tout se fait sur le vélo. La pente est peu soutenue.

Vous retrouvez la route classique du col (1798m) : il reste 2km de montée où vous aurez tout le loisir de vous mesurer aux autres cyclistes. L'effort sera récompensé au sommet avec le Mont-Blanc en toile de fond.

La descente du col se fait par la route principale D231. Juste en dessous de «Saint François Longchamp 1400», profitez du magnifique belvédère sur les cheminées des Fées.

Arrivé à la Chambre, prendre alors à gauche direction Saint-Etienne-de-Cuines. Après le pont direction Sainte-Marie-de-Cuines, en face de vous.

Tout de suite après le BB Hôtel, prendre à gauche la Route des îles. Très peu fréquentée, cette route est parfaite pour rejoindre Pontamafrey (juste après le tunnel sous l'autoroute, vous pouvez faire un aller-retour gravel pour aller admirer la chapelle de l'immaculée Conception.)

Traverser l'Arc direction Pontamafrey/ Montvernier. Traverser Pontamafrey et finir par la même route prise à l'aller pour rejoindre votre point de départ : Saint-Jean-de-Maurienne.





LAC DU LOUP

















GRAVEL, AU PAYS DES AIGUILLES D'ARVES

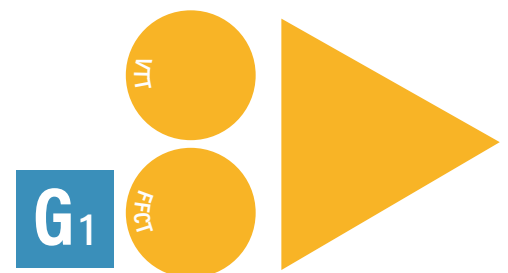
La pratique du gravel implique une lecture du terrain plus attentive que sur la route. Faites attention aux zones les plus glissantes et bougez votre corps autour du vélo pour obtenir le maximum d'adhérence. Ces mouvements doivent être doux et la prise d'angle en virage sera limitée. Votre niveau technique s'améliorera avec le temps, ainsi que le choix des bonnes trajectoires.

PRÉPAREZ VOTRE SORTIE :

-  Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage.
-  Informez-vous sur les conditions météorologiques.
-  En cas de précipitations, les parcours peuvent évoluer et devenir glissants.
-  Les parcours se pratiquent hors période d'enneigement.
-  Le port du casque est indispensable.
-  Respectez les propriétés privées et les zones de culture.
-  Faites attention aux engins agricoles et forestiers.
-  Faites attention aux chiens de protection pastoraux, contournez les troupeaux.
-  Refermez les barrières derrière vous.
-  Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages.
-  Évitez la cueillette sauvage des fleurs, des fruits et des champignons.
-  Gardez vos débris, soyez discret et respectueux de l'environnement.

COTATION ET BALISAGE

VERT	Facile. Parcours découverte, idéal en famille
BLEU	Moyen. Parcours abordable par tous les pratiquants
ROUGE	Difficile. Parcours destiné au pratiquant régulier et entraîné
NOIR	Très difficile. Parcours destiné au pratiquant à la recherche de défi



LE COUP DE CŒUR DE THIBAUT,
NOTRE EXPERT GRAVEL

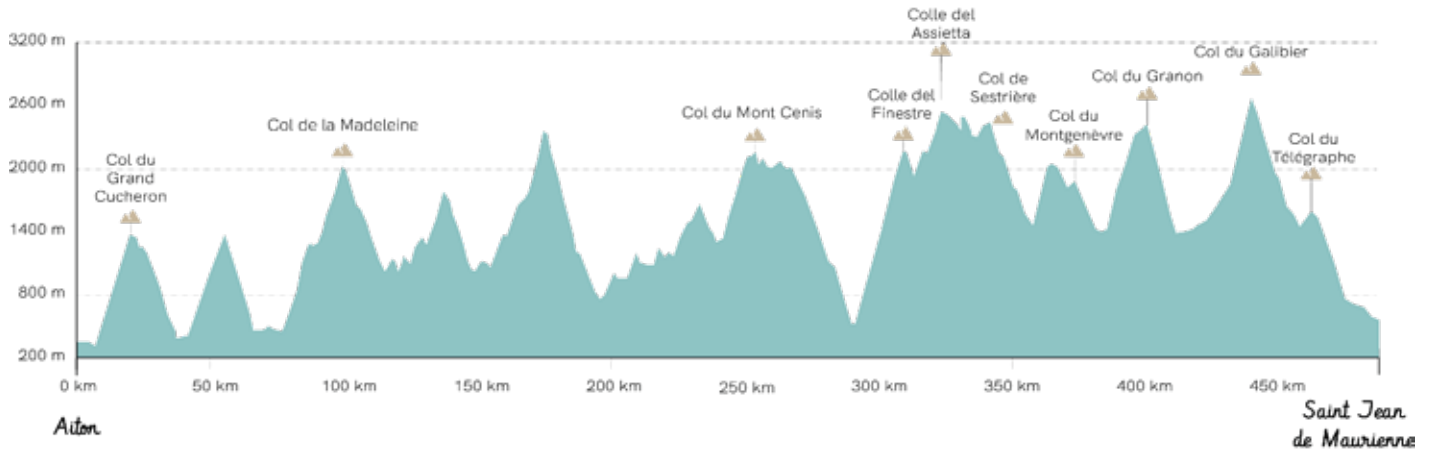


« La pratique du gravel m'a permis de redécouvrir et d'explorer la Maurienne par des **itinéraires atypiques et hors des sentiers battus**. Entre alpages, pistes forestières, lacs et montagnes, la diversité des parcours pour découvrir cette destination ne vous laissera pas indifférent. **L'une des plus belles ascensions** est la montée du col de la Madeleine par une variante inédite qui permet de rejoindre le sommet de ce géant du Tour de France en passant par le somptueux Lac du Loup. **Partez à l'aventure sur ce territoire exceptionnel !** »

L'UTRA GRAVEL TOUR DES ALPES

Entre Maurienne, Tarentaise, Italie et Hautes-Alpes

Pour les amateurs de gravel et d'aventure, un itinéraire 100 % montagne qui vous mènera à la conquête de quelques-uns des plus beaux cols alpins par des routes et chemins sauvages. Sur plus de 460 kms, vous avalerez près de 14 700m de dénivelé positif et pas moins de 15 cols dont 11 à plus 2000 mètres d'altitude.





DÉCOUVREZ NOTRE TERRITOIRE

www.montagnicimes.com

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ GRAVEL SUR STRAVA



« Pays des Aiguilles d'Arves camp de base gravel »

Rejoignez l'aventure alliant plaisir du sport et découverte du territoire.
Restez informés de nos prochains itinéraires.

OFFICE DE TOURISME MONTAGNICIMES



Place de la cathédrale - Ancien Évêché | 73300 - Saint-Jean-de-Maurienne



info@montagnicimes.com



+33 (0)4 79 83 51 51



@montagnicimes



#montagnicimes