



SÉJOUR D'ÉTÉ À LESCHERAINES



28 JUILLET – 5 AOÛT 2012



Savoie Mon+Blanc
simplement merveilleux

PROGRAMME DES ANIMATIONS

Dimanche 29/07

18h00 : Réunion d'accueil 18h30 Pot d'accueil

20h45 : Présentation des circuits

Lundi 30/07

17h00 à 18h45: ouverture de la boutique Cent Cols

Mardi 31/07

17h00 à 18h45: ouverture de la boutique Cent Cols

Mercredi 01/08

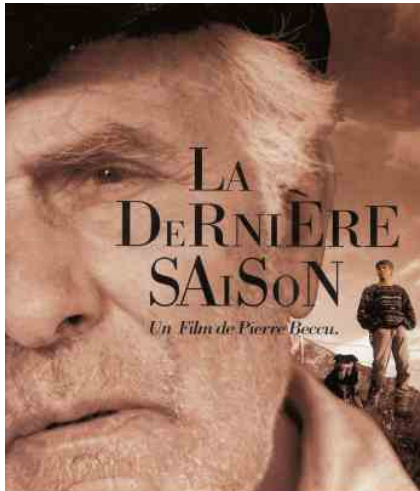
18h00 à 19h00 : animation sur la fabrication de la tome des Bauges et dégustation (syndicat interprofessionnel de la tome des bauges)



Jeudi 02/08

17h00 à 18h45: ouverture de la boutique Cent Cols

Vendredi 03/08 (date susceptible d'être modifiée en fonction de la présence éventuelle de l'acteur principal du film)



20h45 Cinéma à l'Eau Vive : *La Dernière Saison* film français de Pierre Beccu, réalisateur bauju, sorti en 1991.

Ce film réalisé à la gloire des bergers baujus, présente Jean et Laurent, deux bergers de deux générations différentes, l'un attaché aux traditions, l'autre jeune berger révolté. La cohabitation est difficile, jusqu'à l'arrivée de Sophie, la fiancée de Laurent, qui va aider les deux hommes à se comprendre et s'apprécier mutuellement. Pierre Beccu montre avec talent un pan entier de la réalité historique et sociologique savoyarde.

le film a connu à l'époque un accueil presse très chaleureux sur le plan national :

- Télé Loisirs " un très joli film bucolique. Une bouffée d'air pur qui souffle dans les salles de cinéma. "

- Le Figaro " Coup d'essai et de maître. Affrontements de deux sensibilités. Intelligent, sensible, magistralement interprété par Jean Davy. "

- La Revue du Cinéma " Une réussite dans un genre peu visité par notre cinéma quasi exclusivement citadin

Samedi 04/08

À partir de 10h30 : Concentration Internationale du Club des Cent Cols au Col de Plainpalais

13h30 : repas festif à l'Eau-Vive (Lescheraines)

ANIMATIONS DANS LES MAISONS THÉMATIQUES LORS DE VOTRE SÉJOUR EN BAUGES :

dimanche 29 juillet, visite guidée historique de la Chartreuse de 15h30 à 17h

dimanche 29 juillet, le monde mystérieux des insectes (14h à la maison faune flore)

dimanche 29 juillet, A la chasse aux papillons (21h à la maison faune flore)

mercredi 1er août, Corbeaux et compagnie (14h30 et 16h30 à la maison faune flore)

mercredi 1er août, visite guidée historique de la Chartreuse de 15h30 à 17h

jeudi 2 août, atelier parfum (14h à la maison faune flore)

vendredi 3 août, les géopotent fabriquent des montagnes (14h maison du patrimoine)

dimanche 5 août, visite guidée historique de la Chartreuse de 15h30 à 17h

dimanche 5 août, cairns insolites (14h à la maison faune flore)

Pour ces animations, il est indispensable de réserver auprès des maisons thématiques au 04 79 54 97 77

AUTRES VISITES :

Sites : Le Revard (point de vue), le Semnoz (point de vue)

Villes : Annecy, Chambéry (guides conférenciers)

Visite guidée : le village de la Compôte 04 79 60 59 00

Maison du Parc : Le Châtelard

Maison Faune Flore : École en Bauges 04 79 54 97 77

La Chartreuse d'Aillon : maison du patrimoine 04 79 54 97 77

Coopérative laitière de Lescheraines 04 79 63 30 37

Chocolaterie artisanale : carrefour de la Charniaz près de Lescheraines

Argenterie des Bauges : démonstration de tournage sur demande pour groupes sur rendez-vous

Jean-Paul Pernet- La Magne-Saint François de Sales 04 79 63 30 13

L'herbier de la Clappe (Le Noyer) www.lherbierdelaclappe.com (producteur de plantes aromatiques et médicinales). Le lundi de 17h30 à 18h30.

Fromagerie du val d'Aillon (muséographie) www.fromagerieaillon.com

Scierie à grand cadre de Bellecombe (mardi de 14h à 18h)

Le jardin du grand pré cieux (Le Châtelard) <http://tributerre.over-blog.com>

ANIMATIONS :

dimanche 29 juillet, fête des s'naillles et de l'artisanat (la Féclaz)

festival musique et nature : mercredi 31 juillet 21h, église du Châtelard (Requiem de Maurice Durufle et de Jean Richafort avec le chœur du King's college de Londres) / vendredi 3 août 21, église de Saint Pierre d'Albigny Benjamin Alard (orgue). Billeterie à l'OT du Coeur des Bauges.

bar plan d'eau de Lescheraines : samedi 4 août Hoover Craft (punck rock)

pizzeria le Tétraz (Aillon le Jeune) dimanche 5 août, Colubilys (imitateur de Coluche)

dimanche 5 août, 24e concours de bucherons (Aillon station)

Quelques petites balades pédestres faciles : circuits balisés, pancartes

LA CASCADE DU PISSIEU : Dénivelée : +50 m Durée : 1h Départ : L'Eau Vive

Depuis l'Eau Vive, passer de l'autre côté du plan d'eau et suivre le chemin qui longe les plans d'eau. Au bout du dernier plan d'eau, suivre le sentier sur la droite. Il va passer vers une carrière et rejoindre une route qui mène à Attilly. Prendre à gauche, puis une cinquantaine de mètres plus loin le sentier qui part à droite et vous mènera à la Cascade du Pissieu. Il existe un topoconte qui permet d'agrémenter la balade (voir en fin de page)

LE MARIET : Dénivelée +120 m Durée : 2h Départ : parking de Montagny au-dessus d'Arith(6km)

En voiture : D'Arith monter à Montagny au dernier hameau puis, à la petite chapelle tourner à gauche et suivre la route goudronnée jusqu'à un large parking.

A pied : suivre une piste prolongeant la route pendant 20 mn. 100m après une épingle, prendre à droite le chemin pastoral s'enfonçant dans la forêt (pancarte). Dans la forêt, à la croix, prendre à droite et suivre le chemin pavé jusqu'au Mariet. A l'entrée du Mariet, quitter le large chemin pour un bon sentier sur la droite en lisière qui vous conduira au petit lac. Retour par le même itinéraire ou en coupant dans l'alpage depuis le lac pour gagner la large piste qui passe vers les chalets.

LA CROIX DU NIVOLET PAR LE SIRE : Dénivelée +250 m Durée : 2h30 Départ : La Féclaz (15 km)

Superbe belvédère sur le bassin Chambérien et le Lac du Bourget

En voiture : de la Féclaz, face à l'office de tourisme prendre la route du Sire et aller au terminus de la route.

A pied : du parking, suivre le chemin pastoral qui monte à proximité du télésiège (rassurez vous c'est le seul endroit vraiment pentu de la promenade) pour gagner la large croupe herbeuse et panoramique (décollage parapentes). De là, gagner par la gauche les vieux chalets du Sire et s'engager sur le large chemin en forêt. La Croix du Nivolet se découvre au dernier moment.

A noter : Le Topoconte "Cyclamon et les cairns" proposent 4 balades familiales sur les communes du Châtelard, Lescheraines et les Aillons. Le Topoconte est en vente 5€ à la maison du Parc, les maisons thématiques du Parc et les OT d'Aillon et du Châtelard.

Autre sentier pédagogique : sentier des tannes et glaciers (Margériaz). Disponible dans les mêmes sites que le topoconte. Sur cette randonnée, rencontre avec la chèvrerie des tannes et glaciers (vente de fromage).

Idée sympa : location vélo à assistance électrique avec visio-guide et GPS : 4 circuits thématiques de 1h30 à 3h30 - Maison Faune Flore : École en Bauges 04 79 54 97 77(entre 6 et 15€)

VISITES PARC :

visite de la maison faune flore (Ecole) tarif réduit (2€)

visite de la Chartreuse maison du patrimoine (Aillon station) au tarif réduit (2.50€). Exposition de So-lange Kowaleski.



Monsieur le Président,

Lescheraines, commune rurale de 752 habitants vivant sur 817 hectares entre 570 mètres et 1131 mètres, se situe dans le Cœur du Parc Naturel Régional du Massif des Bauges.

Nous aurons plaisir à vous accueillir du 28 juillet au 5 août 2012 dans le cadre de la base de loisirs de Lescheraines, et du village vacances de « l'Eau Vive ».

Nous vous souhaitons un agréable séjour et pour peu que le temps soit clément, vous pourrez admirer nos paysages préservés et nos richesses souter-raines cachées.

La qualité de notre territoire a été reconnue par le label Géopark décerné en 2011 par l'UNESCO, le Parc Naturel Régional du Massif des Bauges étant le 3^e territoire national à obtenir cette distinction.

Lescheraines, véritable carrefour d'accès du canton du Châtelard qui regroupe 14 communes dans le cadre d'une communauté de communes de

4 800 habitants, a su préserver une activité économique encore vivante et le maintien de commerces de proximité qui vous réserveront le meilleur accueil.

Vous êtes tous des cyclistes chevronnés ayant franchi plus de 100 cols, notre massif vous permettra de maintenir votre forme et votre coup de pédale.

Prenez le temps de vous restaurer et de rendre visite à la fruitière de Lescheraines qui pratique la vente directe et qui vous assurera accueil, prix et qualité grâce à nos AOC et à la qualité du travail de nos agriculteurs.

Bienvenue à toutes et tous, nous nous retrouverons au col de Plainpalais le 4 août lors de votre rassemblement.

Michel Le Pavec,
Maire de Lescheraines

Le mot du Conseiller Général du Canton



Je suis très heureux d'accueillir en Bauges le Club des Cent Cols pour sa concentration internationale annuelle, qui marque en 2012 son quarantième anniversaire.

Longtemps resté à l'écart du développement économique et touristique des territoires voisins, le cœur des Bauges a préservé ses patrimoines culturels et naturels légués par les générations précédentes.

Conscients de cette richesse, les élus ont décidé de créer un parc naturel régional qui a pour mission d'assurer un développement doux du territoire en préservant ses patrimoines.

Le parc a obtenu en 2011 le label Géopark, décerné par l'UNESCO, qui permettra de protéger et de valoriser les sites géologiques remarquables du territoire.

Le parc permet aussi de développer les liens entre un territoire rural protégé et ses villes portes pour lesquelles il offre un vaste espace de loisirs.

Le col de Plainpalais, où se déroulera votre rassemblement, est d'ailleurs le principal passage entre Chambéry, capitale de la Savoie, et le cœur des Bauges, assurant un lien fort entre l'urbain et le rural.

Je vous souhaite donc à toutes et à tous un très bon séjour en Bauges, et j'espère que cette découverte de notre massif vous incitera à y revenir.

Albert Darvey
Conseiller Général du canton du Châtelard



Après le Beaufortain en 2008, c'est un autre visage de la Savoie que vous allez découvrir. C'est en ami que je vous y accueille. J'ai élaboré des itinéraires routiers et muletiers afin de vous faire partager ma passion pour ce massif que j'ai l'habitude de sillonner en vélo, à pied, en ski de fond ou en raquettes. Ce massif des Bauges, souvent méconnu du grand public, est resté authentique. Il saura vous charmer et vous donner envie d'y revenir.

Je n'ai pas oublié les accompagnants non-pédalants et

j'ai recensé un programme d'activités possibles. En choisissant Les Bauges, l'année du quarantième anniversaire du club, nous (le CA) avons voulu vous faire découvrir des cols qui font partie de l'histoire du Club des Cent Cols.

Ces cols Baujus ne sont-ils pas ceux qui inaugurèrent la collection de notre Président fondateur, Jean Perdoux ? Les routes bucoliques de ce massif l'ont vu passer de nombreuses fois ainsi que d'autres régionaux de l'étape et figures historiques du Club comme Henri Dusseau, Nicole et René Poty, François Rieu...

Suivez leurs traces, vous ne serez pas déçus !

Je remercie tous ceux qui m'ont apporté leur aide dans la préparation de ce séjour :

- Ceux qui m'ont accompagné pour quelques reconnaissances parfois musclées (Roger Colombo, Guy Harlé, Nathalie Mauret, Raymond Barbier, Robert Bocqueraz et Raymond Costerg).
- Roger Colombo qui a rédigé les feuilles de route des circuits routiers tandis que Guy Harlé comme pour Rémuzat a réalisé les tracés GPS routiers.
- Patrick Schleppe qui a assuré la partie publication informatique.
- Annabelle Poty qui a rédigé un texte de présentation du massif pour la revue et notre site web que j'ai repris dans cette plaquette.
- Jean-Pierre Lambert qui a passé aussi beaucoup de temps pour assurer la gestion des inscriptions à ce séjour.
- les élus : M. Le Pavéc, Maire de Lescheraines, M. Jean-Louis Dumaz, Maire de Les Déserts sur laquelle se situe le col de Plainpalais, M. Albert Darvey, Conseiller Général du Canton des Bauges pour leur accueil enthousiaste lors de la présentation du projet de séjour et l'aide matérielle qu'ils nous apportent.

Enfin, je remercie particulièrement l'Agence Touristique Savoie Mont Blanc et le Conseil Général de la Savoie pour leur générosité. Ils nous ont octroyé une subvention qui a permis le financement de cette plaquette, ils offrent un cadeau à chaque participant au séjour et vont nous offrir le « Pot de l'amitié » au col de Plainpalais.



Rejoindre Lescheraines Le Pont et tourner à gauche juste avant le pont direction Arith D62b (V7-01). Suivre la route jusqu'au village d'Arith. Arrivé au premier carrefour (V7-02), continuer en face et prendre à droite (ne pas prendre la première route principale) (V7-03) Suivre cette route sur 800 m jusqu'à un carrefour où il y a une croix (V7-04). Prendre à droite. En arrivant à la petite chapelle Notre-Dame de Montagny (V7-05) tourner à gauche. Passer devant un restaurant et continuer tout droit direction col de la Cochette. Arrivé au terminus de la route, parking de Montagny (V7-06) prendre la piste forestière tout droit. (6,5 km de R1 vous attendent). Aux granges du Crêt altitude

957m (V7-07), continuer sur la piste forestière en laissant le sentier qui part sur la gauche indiqué col de la Cochette. À l'intersection avec le GR qui monte directement au col de la Cochette (V7-08) altitude 1006m, rester sur la piste forestière et continuer pendant 3,8 km jusqu'à l'intersection avec une autre piste qui part sur la gauche (V7-09) altitude 1330m. Panneau la Benoîte, prendre à droite direction refuge du Creux de Lachat. À l'intersection suivante (V7-10) altitude 1296, prendre à droite direction alpage du Creux de Lachat pour rejoindre en aller-retour le COL DE PRÉ BARNAUD (FR-73-1315). Retour jusqu'au carrefour (V7-10).



Circuit V7b : Variante un peu plus musclée : retour jusqu'aux panneaux (V7-11) indiquant Pâturage de Lachat altitude 1358 et monter à droite (direction table d'orientation 0h15) par un sentier S3 (montée un peu rude mais pas longue) pour rejoindre une table d'orientation offrant une jolie vue et ensuite, en suivant le sentier redescendre directement sur le COL DE LA COCHETTE (FR-73-1317).

Au carrefour bien prendre en face le sentier S1-2 qui longe une clôture et va s'enfoncer tout de suite dans la forêt, le suivre sur environ 350 m et arriver au COL DE LA COCHETTE (FR-73-1317). Au col continuer tout droit le sentier S2 jusqu'au panneau altitude 1400 (V7-12), continuer dans la même direction le sentier (S1-2) qui traverse des pâturages et franchit quelques barrières jusqu'à l'intersection située sous le refuge de la Plate. (V7-13). Prendre à droite la grande piste forestière puis au panneau suivant (V7-14) prendre à gauche en suivant la direction Foyer de St François. A l'intersection suivante (Pierre



Blanche V7-15) suivre à droite la piste R1 sur presque 2 km jusqu'à une intersection (V7-16). Prendre à gauche jusqu'au foyer de ski de fond de St François de Sales (1km). (V7-17)

Au foyer, prendre la route départementale D128f qui descend. La suivre pendant 2 km et à la première épingle (V7-18) prendre la piste R1-2 qui part en face. Environ 600m plus loin, après une forte mais courte montée vous arrivez à une intersection (V7-19). Prendre à gauche et redescendre jusqu'à la route qui conduit au COL DE PLAINPALAIS (FR-73-1173) situé 100 m plus loin.

Vendredi 3 Août 2012

Circuit VTT N° 5 : Les Hurtières

Parcours mixte routes/chemins 37 km- 4 cols- dénivellation: 1300 m. Carte IGN TOP 25 3433 OT Allervard

Départ : Chamoux sur Gelon altitude 300 m

Ce circuit quitte les Bauges pour se dérouler dans la chaîne des Hurtières. Il est mixte, très roulant et peut très bien se faire avec une randonneuse.

Rejoindre Chamoux sur Gelon situé à 35 km (via le col du Frêne, St Pierre d'Albigny, Chamousset, Bourgneuf). Se garer sur le parking derrière l'école.



En quittant le parking, tourner à droite, aller jusqu'au bout de la rue (V5-01) et tourner à droite jusqu'au prochain carrefour (V5-02). Tourner à gauche D25 direction col de Champlarent et Montendry. Environ 100 m plus loin à l'intersection D25/D26 (V5-03) tourner à droite sur la D25 direction Champlarent. Suivre cette route sur près de 9 km jusqu'à l'intersection avec la D23 et un CV (V5-04). Continuer sur la D25, à gauche, traverser le village de Champlarent avant d'arriver au **COL DE CHAMPLARENT (FR-73-1113)**. Descendre sur 3 km, jusqu'à l'intersection avec la D 207, au hameau des Granges altitude 874 m qu'il faudra prendre à gauche (V5-05). Suivre cette route sur 4 km pour arriver au **COL DU GRAND CUCHERON (FR-73-1188)**, col bien connu des adeptes du Super BRA qui met en communication la vallée des Huiles avec la vallée de la Maurienne.

Au col, revenir quelques mètres en arrière pour prendre nord la piste forestière qui partira sur la droite et vous emmènera en un peu plus de 2,6 km au **COL DU PETIT CUCHERON (FR-73-1228)**. Poursuivre sur la piste pendant 1,6 km pour arriver au **COL DE MONTGILBERT (FR-73-1330)** (à noter une belle tourbière). Prendre à gauche, suivre la piste qui va arriver à une intersection (V5-06) sous le fort de Montgilbert. L'accès au fort, géré par un club de tir est interdit. Ce fort (date de construction 1877-1883) était équipé d'un poste optique bétonné qui lui permettait de communiquer avec la place de Grenoble (*le téléphone et la radio n'existaient pas, les moyens les plus sûrs de communiquer rapidement étaient le pigeon voyageur et la communication par télégraphe optique, qui consistait à communiquer par signaux lumineux entre deux postes optiques. Les signaux étaient produits par une lampe à pétrole ou par les rayons du soleil captés par un héliostat. Ils permettaient de communiquer jusqu'à une distance de 100 km reliant ainsi les forts mais aussi les places fortes.*)

Prendre à droite la D26 (non goudronnée) direction Montendry, jusqu'à la première épingle (V5-07), panneau les Grangettes. Dans cette épingle, prendre à droite le chemin d'exploitation qui passe sous le Solliet pour atteindre deux maisons forestières au point côté 1089. Aux maisons (V5-08), suivre à gauche le chemin qui mène tout d'abord en balcon, puis, par une série de lacets au hameau de Montranger. Il offre de beaux panoramas sur le massif des Bauges (Col du Frêne, Dent d'Arclusaz, synclinal perché caractéristique-) et sur le massif de la Charreuse. Peu avant le hameau (V5-09), s'engager à gauche sur la piste principale, très roulante, qui aboutit sur la D27 au lieu-dit « Le deuxième Berre ». De là prendre la départementale à gauche pour rejoindre en quelques minutes le point de départ.



Savoie Mont-Blanc

Dans le cadre du Plan tourisme, l'Assemblée départementale a retenu le tourisme à vélo comme l'une des thématiques prioritaires en matière de diversification touristique.

Différentes actions ont été engagées dès 2010, telles que la mise en place d'un bornage spécifique et d'équipements en chronométrage dans 24 cols et montées. Elles sont désormais relayées par des initiatives de valorisation et de promotion sous l'égide de Savoie Mont-Blanc tourisme à l'image de l'opération « 1 jour, 1 col » initiée en 2011 et reconduite cette année.

Parallèlement, l'étude relative à la requalification des itinéraires cyclotouristiques départementaux est en cours par l'Agence touristique départementale et l'installation de la signalétique est prévue sur la période 2012/2013.

Enfin, le déploiement d'outils de comptage se poursuit sur les véloroutes voies vertes ainsi que dans les cols pour disposer de données afin d'améliorer notre connaissance de la fréquentation et de suivre son évolution. Parallèlement, le département de la Savoie, via la direction des routes, poursuit l'aménagement des véloroutes voies verte structurantes comme la Via-Rhône.

Savoie Mont Blanc destination vélo

Savoie Mont Blanc, un terrain de jeu unique entre lacs et montagnes. Sur la route, les grands cols sont autant de mythes auxquels tout cycliste a envie un jour de se frotter. La mise en place de pistes cyclables, notamment en bord de lacs, séduira un très large public, adepte du vélo tendance balade et familial. Sur les chemins, les VTTistes sont servis, avec des parcours de cross-country d'exception et des kilomètres de pistes de descente directement accessibles grâce aux remontées mécaniques. Riders, rouleurs, flâneurs, ici...c'est le bonheur !

1 jour, 1 col

Des plus confidentiels aux plus prestigieux, Savoie Mont Blanc compte 68 cols et remontées remarquables. Du 16 juin au 16 septembre, 14 d'entre eux seront réservés aux seuls cyclos le temps d'une matinée. Fermé à la circulation automobile sur une distance moyenne de 8 à 10 km, ils deviendront pour quelques heures le terrain de jeu privilégié des adeptes de la petite reine. Une belle ouverture le 16 juin avec l'ascension du Relais du mont du Chat, vue plongeante sur le lac du Bourget et le Mont Blanc en arrière-plan. Amateurs ou confirmés, les amoureux de la discipline se feront plaisir, et les spectateurs ne seront pas en reste, grâce aux animations prévues sur chaque parcours.

Inutile de s'inscrire. Il suffit de venir avec son vélo... et un peu d'entraînement !

Certains de ces itinéraires sont équipés de façon permanente, ou le seront pour l'occasion, de systèmes de chronométrage Timtoo Timing © qui permettent de comparer son temps à distance avec les autres cyclistes équipés via l'espace communautaire dédié sur internet regroupant toute les ascensions déjà réalisées. Pour cela, il faut activer une puce de chronométrage louée à l'office de tourisme situé sur le site de l'ascension. Et ne pas manquer de passer devant les totems de départ (rouge et blanc).

La montée du col de Châtillon clôturera le 16 septembre cette aventure estivale signée Savoie Mont Blanc.

En savoir plus sur les dates et les cols fermés : www.choisissezvotrecol.com

PRÉSENTATION DU MASSIF DES BAUGES



Le Margérianz depuis le col de Plainpalais

Le massif des Bauges fait partie des massifs préalpins au même titre que les Bornes, la Chartreuse et le Vercors. Il est sans doute le plus méconnu d'entre eux. A son pied se trouvent les villes de Chambéry, Aix-les-Bains, Annecy, Albertville et les lacs naturels du Bourget et d'Annecy. Il se situe à cheval entre Savoie et Haute Savoie.

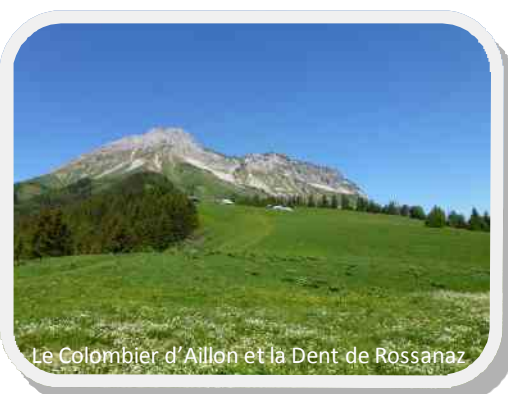


Le col des Prés

D'un point de vue topographique, le cœur du massif est bien délimité, notamment par les cols de Leschaux, de Chérel, du Frêne, des Prés, de Plainpalais. Il est drainé par le Chéran, au régime torrentiel, qui s'échappe du massif par une cluse entre le Semnoz et la montagne de Bange pour rejoindre le Fier dans la plaine de l'Albanais.

En 1996 le massif est reconnu Parc Naturel Régional (64 communes). La préservation de la faune et de la flore est

une volonté ancienne puisque une réserve nationale de chasse et de faune sauvage existe depuis 1955. Celle-ci visait en particulier la préservation du chamois. Aujourd'hui, le tétras-lyre et le sabot de vénus sont aussi emblématiques des Bauges. Le loup est également présent. (Certaines parties de la réserve sont strictement interdites à la circulation, même à pied. Voir réglementation cartographiée disponible à la maison du parc au Châtelard).



Le Colombier d'Aillon et la Dent de Rossanaz

tourner à gauche, suivre la route qui monte, passe devant l'entrée de l'hôtel « le Chamois » et 50 m après l'épingle (V4-06) prendre la route à gauche, monter et après deux lacets, (V4-07) prendre une piste à droite (fléchée col de la Sciaz) qui part sous les arbres, (R1 puis R2 jusqu'au départ d'un téléski). Environ, 1,2 km plus loin (V4-08), lieu-dit « le Guillotet altitude 1130m » suivre la belle piste à gauche en direction du départ du télésiège, indication « col de la Sciaz équestre et VTT » qui monte en 2 km au **col de la Sciaz FR-73-1338b**. (pancarte)

Au col prendre la piste qui descend à droite, passer une épingle et derrière la grosse ferme prendre la piste qui monte en face. Suivre cette piste pendant 1,3 km pour arriver au panneau **du col du Pré du Tour FR-73-1350**. Difficile de voir un col à cet emplacement. Le col est situé environ 100m plus loin, dans le bois. On y accède par un rapide aller-retour en prenant le petit sentier montant situé derrière le panneau du col. À partir du panneau suivre la piste qui a été fortement dégradée par le débardage de bois jusqu'au chalet Ducrey. En cas de conditions humides, la glaise collera aux chaussures et aux pneus ! Passer derrière le chalet suivre la piste que l'on devine dans le pré, pour pénétrer à nouveau dans les bois. La piste va descendre très fort sur 700m jusqu'au **col du Lindar FR-73-1187**. Il sera très difficile de rester sur le vélo (pente et état).

À cet endroit possibilité de raccourcir le circuit en redescendant le col du Lindar jusqu'à Aillon le Jeune et retour direct à Lescheraines par la route. (Circuit total de 1250m de dénivellation)

Option possible V4v : aller au **col de Marocaz FR-73-0958b**. Aller-retour d'environ 6 km par une piste R1. R2 sur un court passage au départ du col du Lindar. Dénivellation +230 m.)



Au col du Lindar, prendre la 2^e piste R1 à droite, elle va descendre pendant 500 m et ensuite remonter jusqu'au **col de la Buffaz FR-73-1439** (petit passage R2 en dessous des chalets de la Buffaz puis S1-2 jusqu'au col). Au col de la Buffaz, poursuivre tout droit sur un sentier S2-3 jusqu'en dessous de la Pointe de la Galoppaz. (V4-09) Un détour pédestre à la pointe (1681 m.) s'impose pour profiter d'un superbe point de vue sur Chambéry et la chaîne des Alpes.

Retour au point précédent et **descendre à vue sur le chalet de la Galoppaz** (abandonné). Attention à ne pas prendre la sente

qui descend tout droit et qui vous emmènerait assez loin du col de la Galoppaz. Suivre une sente S2 jusqu'au Col de la Galoppaz FR-73-1479. Au col suivre la sente sur la droite, qui va après une petite montée et une descente vous conduire à la cote 1460. (V4-10). À la sortie d'une combe humide, le sentier plonge dans la forêt en lacets très serrés et pentus: S2 jusqu'à la cote 1200 (V4-11). Prendre le large sentier à droite, direction Combe Servenne (panneau dans un arbre). Une remontée S1 sur 600 m vous conduira au **col de Combe Servenne FR-73-1292**. Continuer tout droit, direction col des Prés sur 500 m (descente S1). Vous arrivez à une intersection avec une large piste qui monte en face et un sentier caillouteux qui part en descente sur la gauche. (V4-12). Prendre le sentier caillouteux (S2 sur une centaine mètres puis S1). Après 1,2 km et être passés à côté d'un chalet, vous arrivez à une nouvelle intersection (V4-13). Un captage d'eau a été édifié et a entraîné un élargissement de la piste. Prendre à gauche la large piste, pour rejoindre au bout de 500 m la D 206. Prendre à droite et remonter la route sur 1,7 km jusqu'au **col des Prés FR-73-1135**. Retour routier sur Aillon le Jeune et Lescheraines.



Jeudi 2 Août 2012

Circuit VTT N° 4a et 4v : La Galoppaz long

59 ou 65 km- 8 ou 9 cols- dénivellation : 1900/2130 m. Carte IGN TOP 25 3432 OT Massif des Bauges

Départ : Centre de Vacances l'Eau Vive à 8h30

Suggestion : possibilité de scinder ce parcours en 2 pour faire une partie le dimanche (29/07 ou 5/08) et l'autre le jeudi 2/08)

Lescheraines-Fullie-Sciaz-Pré du Tour- Lindar-Marocaz-Lescheraines (48/54 km et 1250/1480 m de dénivellation)

Aillon-Lindar-Galoppaz-Col des Prés-Aillon (20 km 900 m. de dénivellation)

Circuit de moyenne montagne, qui, d'alpage en alpage, permet de franchir 9 cols en 10 heures environ (allure très modérée). Dans des conditions humides, certains passages S1 deviendront S2. Le parcours peut-être très boueux.



Jusqu'au pont de la Compôte, le circuit est commun avec le V3. Quitter le parking et prendre à droite et quelques mètres plus loin encore à droite pour rejoindre le stade et le bord de la rivière (le Chéran) (V3_001). Tourner à droite et longer le stade (suivre circuit du Pissieux), puis suivre la piste qui passe entre le Chéran et l'étang jusqu'à un nouvel étang. (V3_002). Prendre à gauche. Suivre cet étang jusqu'au bout et le contourner en tournant légèrement à droite, prendre à gauche (V3_003) le sentier qui monte légèrement pour rejoindre une route (V3_004). Suivre cette route sur environ 350 m pour arriver à un croisement (V3_005) et prendre la route à gauche, à l'intersection suivante suivre toujours la route (direction le Châtelard) (V3_006) qui va monter pour rejoindre le hameau d'Attilly. A l'intersection suivante (V3_007), juste après la fontaine, prendre à gauche la route principale qui monte direction le Châtelard jusqu'à l'intersection avec la D206 et une autre route qui va vers Montlardier (V3_008). Prendre la D206 à gauche direction déchetterie. Suivre cette route qui descend sur 2km. La route passe devant la déchetterie et descend jusqu'au Pont d'Escorchevel (V3_009). Prendre à droite la D911 sur 1,5 km, direction Ecole, St Pierre d'Albigny.

Juste après le bar restaurant, situé sur la droite au carrefour du Pont de La Compôte, (V4-01) prendre à droite une petite route qui monte et devient une piste R1-2 après 1,3 km. Environ 1,1km plus loin dans la première épingle (V4-02), suivre la piste sur la droite. Après une très belle ascension, on débouche dans un alpage (V4-03) dominé par les chalets de la Fullie. Le col du même nom FR-73-1338a est au bout d'une piste (R1-2) qui part sous les arbres en passant à droite d'un petit cabanon en tôle (on peut aussi pousser dans l'alpage si les foins sont coupés ou qu'il n'y a pas de troupeau et rejoindre le col à vue en 10 mn). La panneau du col est situé sur le sentier en bordure du bois (le col géographique étant situé un peu plus bas dans l'alpage). Au panneau du col un sentier (S2) descend sur la droite (panneau indiquant Aillon station 1h20). 1 km plus loin, panneau « Praz Gelaz alt 1208 m » (V4-04) prendre à droite direction « Chartreuse d'Aillon ». On rejoint très vite la route des Aillons. (Au passage: admirer l'arrière de la Chartreuse des Aillons et le cadran solaire sur la façade avant). A la Corrierie (V4-05), fontaine,



La Chartreuse d'Aillon

C'est un territoire qui, peut-être en raison de son altitude moyenne (altitude max. 2217 m) et de son accès difficile, est resté à l'écart des grands aménagements touristiques alpins. Le massif des Bauges est de fait, particulièrement bien préservé. On y pratique un tourisme « doux ». Il n'y a pas d'imposantes stations de ski mais plutôt des stades de neige, c'est-à-dire sans hébergement de tourisme ou presque (Margériaz, Semnoz). Le Revard est, lui, connu des skieurs de fond. L'été on pratique surtout la randonnée à pied, à vélo, la pêche ou le vol libre.

L'identité Baujue est la plus forte dans le canton du Châtelard à travers son patrimoine bâti. En s'installant dans les Bauges aux XI^e et XII^e siècles, les moines ont façonné les paysages et ont laissé les monuments les plus imposants comme le prieuré bénédictin de Bellevaux et la Chartreuse d'Aillon. Cette dernière abrite une maison thématique du Parc sur le patrimoine. Il faut notamment découvrir les tavalans, éléments d'architecture typique qui composent les granges Baujues ou dans la vallée de la Compôte, son alignement de grangettes.



Photo : René Poty



Grangettes dans la vallée de la Compôte

Aujourd'hui, le tourisme, l'agriculture et l'exploitation forestière sont les principales ressources. Les exploitations agricoles sont surtout orientées vers l'élevage laitier. Cette production est valorisée par une AOC Tome des Bauges (et non pas Tomme de Savoie). La fruitière des Aillons organise la visite de sa fabrication.

L'actualité du massif a été marquée dernièrement par son accession au label UNESCO « Géoparc ». Celui des Bauges devient le 3^eme Géoparc français parmi 87 dans le monde, dont 49 en Europe. Cette labellisation vient mettre en valeur la richesse d'un patrimoine géologique emblématique avec par exemple l'Arclusaz, synclinal perché très esthétique. Moins connu car moins visible, le sous-sol représente une ressource précieuse à la fois pour l'eau qu'il stocke et pour le développement du tourisme. Le karst du Revard renferme les cavités les plus longues et les plus vastes de Savoie.

Pour ses quarante ans d'existence, le club vous invite à sillonner un territoire riche de cols, dans un environnement préservé, aux paysages variés.

Annabelle Poty CCC 3663



Le synclinal perché de l'Arclusaz

Massif préservé, territoire d'exception

On le croit inaccessible telle une forteresse... mais il suffit de découvrir ce territoire discret pour comprendre que le massif des Bauges est un îlot de nature préservée où le paysage se décline en villages, blottis entre prairies et forêts, entourés de sommets culminant souvent à plus de 2000m. La diversité du patrimoine rural bauju témoigne des modes de vie du territoire et de leur évolution depuis des siècles. Le massif est constitué de petits pays, riches de leurs identités, reliés de longue date par d'intenses échanges économiques et culturels.

Classé Parc naturel régional depuis 1995, le Massif des Bauges vous séduira autant qu'il vous surprendra...

Mieux accueillir le public, préserver et révéler les patrimoines et les paysages tout en contribuant au développement durable de ce territoire d'exception, entouré de ses 6 villes portes, tels sont les grands axes inscrits dans la Charte du Parc. En 2007, 64 communes se sont engagées à transmettre leur héritage, sans l'altérer. Aux côtés des collectivités locales, des associations et des acteurs économiques, le Syndicat Mixte du Parc met en œuvre ce projet de territoire pour assurer durablement la préservation et la valorisation de ses richesses.

Bordé par les deux plus grands lacs naturels de France, Annecy et le lac du Bourget, le massif des Bauges est un territoire où prédomine la force des traditions montagnardes et agricoles. Quel que soit l'accès que vous empruntez pour pénétrer au cœur des Bauges, vous serez surpris par la beauté d'une mosaïque de paysages façonnés par l'homme au fil des siècles et par la sérénité qui se dégage de l'ensemble.

Le territoire est composé d'un cœur géographique et historique, le canton des Bauges, fortement rural, marqué par des paysages entretenus par une agriculture bien vivante, aujourd'hui volet important de l'économie du massif. L'activité est orientée essentiellement vers la production de fromages et l'élevage laitier. Le massif a conservé un habitat authentique au caractère architectural bien marqué. Les maisons carrées sont abritées sous un large toit débordant à 4 pans qui permettait de travailler et de circuler l'hiver à l'abri. Particularité du massif, les « tavalans », balcons suspendus par des perches de bois à l'extrémité recourbée, étaient autrefois utilisés pour entreposer les fagots nécessaires à l'allumage du feu.

Le tourisme constitue également une activité dynamique, et les structures d'accueil et d'hébergement, les aménagements de domaines skiables, sont autant d'atouts pour ce territoire qui entretient des liens étroits avec les agglomérations de proximité.

Cette entité géographique homogène tire sa richesse de la complémentarité culturelle du cœur et des 5 autres petites régions : la Combe de Savoie, ses châteaux et ses vignobles réputés, le Plateau de la Leysse qui surplombe la cluse de Chambéry et permet l'accès au plateau nordique de Savoie Grand Revard (le premier domaine de ski nordique de France), l'Albanais et ses coteaux plantés de pré-vergers, les rives du lac d'Annecy et le pays de Faverges, bassin économique et touristique renommé.



Mercredi 1^{er} Août 2012

Circuit VTT N° 3 : Autour de la Compôte : parcours mixte route et chemin

42 km- 4 cols- dénivelation : 1200 m. Carte IGN TOP 25 3432 OT Massif des Bauges

Départ : Centre de Vacances l'Eau Vive à 9h00



Quitter le parking et prendre à droite et quelques mètres plus loin encore à droite pour rejoindre le stade et le bord de la rivière (le Chéran) (V3-001). Tourner à droite et longer le stade (suivre circuit du Pissieux), puis suivre la piste qui passe entre le Chéran et l'étang jusqu'à un nouvel étang. (V3-002). Prendre à gauche. Suivre cet étang jusqu'au bout et le contourner en tournant légèrement à droite, prendre à gauche (V3-003) le sentier qui monte légèrement pour rejoindre une route (V3-004). Suivre cette route sur environ 350 m pour arriver à un croisement (V3-005) et prendre la route à gauche, à l'intersection suivante suivre toujours la route (direction le Châtelard) (V3-006)

qui va monter pour rejoindre le hameau d'Atilly. À l'intersection suivante (V3-007), juste après la fontaine, prendre à gauche la route principale qui monte direction le Châtelard jusqu'à l'intersection avec la D206 et une autre route qui va vers Montlardier (V3-008). Prendre la D206 à gauche direction déchetterie. Suivre cette route qui descend sur 2km. La route passe devant la déchetterie et descend jusqu'au Pont d'Escorchevel (V3-009). Prendre à droite la D911 sur 1,5 km, direction la Compôte. Au Pont (V3-010), prendre à gauche, traverser le Chéran et suivre les panneaux Doucy. Suivre la route (D60) qui grimpe fort sur 7km, elle traverse le village de la Compôte puis les différents hameaux de Doucy en Bauges, le Cul du Bois pour arriver à un parking à la fin de la route (V3-011) Altitude 1204m. Prendre la piste qui est R1 sur quelques centaines de mètres puis R2 pour arriver au GOLET DE DOUCY (FR-73-1329). Prendre la piste R2 qui monte à droite et qui rejoint l'Ecurie Devant (V3-012) altitude 1389m, continuer la piste R2 direction l'Ecurie Derrière. A l'Ecurie Derrière (1400m), passer entre les chalets et de suite après prendre légèrement à droite la piste qui monte (V3-013) (ne pas prendre celle d'en face qui descend). La piste GR balisage jaune orange va continuer à monter un peu (quelques passages R1) pour redescendre jusqu'au chalet de Bornette (V3-014). Passer derrière le chalet, suivre le GR jusqu'au au COL DE BORNETTE (FR-73-1304). Le col est légèrement en contrebas sur la gauche par rapport au panneau.

Descendre sur la gauche, direction Mont Devant en suivant la piste sur 1km R1 puis R2 jusqu'au parking du Reposoir. (V3-015). Prendre la route qui descend à droite sur 1,6km jusqu'à Mont Devant et à l'intersection (V3-016) prendre à gauche une route forestière direction Col du Plane. Suivre cette route qui monte jusqu'à la fin du goudron sur environ 4,5km et à la fourche (V3-017) prendre à droite la piste qui monte au Trou de la Fenêtre et laisser la piste qui continue vers la gauche directement vers le col du Plane. Après 350m, on arrive au TROU DE LA FENÊTRE (FR-73-1269). Prendre la piste sur la gauche. À l'intersection suivante (V3-018), peu après le panneau ONF forêt domaniale, laisser la piste qui va vers la gauche et suivre celle qui monte raide tout droit jusqu'à l'altitude 1356m et qui va ensuite redescendre au COL DU PLANE (FR-73-1336). Prendre la piste de droite R1 direction Les Garins. Après un peu plus d'1km on arrive dans une épingle (V3-019). Prendre la piste en face qui va nous conduire en descendant jusqu'au hameau des Garins où nous retrouvons le bitume. Continuer la route qui descend, elle passe devant la cascade du Var et va rejoindre la D911 juste en dessous du Châtelard chef-lieu de canton des Bauges. (V3-020). Prendre à droite la D911 jusqu'à Lescheraines le Pont et rejoindre l'Eau Vive.





À l'arrivée sur le bitume (V2-21) prendre à droite et immédiatement à gauche au panneau le Grand Carroz, alti.1070 m (V2-22) direction les Granges de Joigny balisage jaune rouge. Environ 100m plus loin (V2-23) franchir une clôture, prendre la piste S1 à gauche et continuer à suivre la direction les Granges de Joigny, balisage jaune rouge, elle va descendre jusqu'à un petit pont qui traverse un ruisseau (V2-24). A partir de là vous aurez environ 900m de poussage en montée (S2-S3). Prendre la piste (S2-S3) qui monte à droite. Franchir une clôture (V2-25) et continuer à suivre le

balisage jaune-rouge. Environ 400 m plus loin (V2-26) bien prendre la piste à gauche où on voit quelques marches à gravir, continuer et après un lacet vous arrivez au sommet de la montée (V2-27) prendre à gauche en direction des Granges de Joigny que l'on distingue entre les arbres. A l'intersection suivante (V2-28), panneau « la Corniole » altitude 1198 m, prendre à droite direction les Granges de Joigny Col du Granier. 100 m plus loin, le sentier se transforme en piste (R1) qui traverse une combe, remonte légèrement après les granges jusqu'à la forêt pour descendre ensuite sur **LE COL DU GRANIER (FR-73-1134)**.

Prendre la D912 direction Chambéry et la suivre sur 5,5 km. À l'entrée du tunnel (V2-29), franchir la barrière située à droite et suivre la piste montante. Au 1^{er} lacet (V2-30), tourner à gauche et atteindre après quelques mètres le **PAS DE LA FOSSE (FR-73-0865)**. Apprécier la superbe vue sur CHAMBERY et le lac du Bourget. Revenir sur ses pas jusqu'au lacet (V2-30). Prendre tout droit un sentier qui descend fortement sur un terrain rocheux qui recèle fossiles et ammonites. Retrouver le goudron (V2-31) et continuer sur la gauche vers une maison (La Grande Montagne)(V2-32). Reprendre ici le sentier un peu sur le plat puis en descente avec un tourne à droite puis à gauche. Arrêter la descente au carrefour suivant (V2-33) et remonter sur la piste de gauche sur 700 m environ. Après 300 m de plat, attaquer prudemment une descente caillouteuse. Au carrefour (V2-34) qui mène au Bec du Corbeau, continuer tout droit pour atteindre 700 m plus loin le **PASSAGE DE LA COCHE (FR-73-0618)**. Monter à pied à la



proche Croix de la Coche qui offre aussi un beau panorama. Ensuite, prendre la piste qui rejoint la D12b (V2-35). Descendre encore, passer le grand lacet et prendre le 1^{er} chemin à gauche (V2-36). Suivre tout droit ce chemin goudronné qui devient piste puis redevient une rue qui descend rapidement vers la D12 (V2-37). Tourner à gauche et traverser BARBERAZ LE HAUT, passer vers l'école jusqu'au carrefour avant l'église (V2-38). Prendre à droite la route qui descend jusqu'à l'intersection avec la piste cyclable (panneaux et passage matérialisé par une bande de couleur rouge sur la chaussée)(V2-39). Prendre la piste cyclable à gauche, traverser le parc de Buisson Rond sur la piste, passer devant la patinoire et poursuivre jusqu'au rond-point du lycée Monge où vous êtes passé ce matin. Traverser le rond-Point

pour prendre la 3^e rue à droite, direction la voie verte de la Leysse. Aller jusqu'aux feux tricolores, aller tout droit pour traverser la Leysse, prendre à gauche puis immédiatement à droite pour retrouver la Porte de la Rize et reprendre en sens inverse la piste empruntée le matin (attention à ne pas la rater : prendre à droite peu après le passage sous la voie ferrée quelques mètres après la porte de la Rize).

Tout le goût de la tradition

Dans le massif des Bauges, chaque secteur agricole à sa spécialité. A l'Est, les vergers de la Haute-Combe de Savoie vous feront découvrir les saveurs des pommes et poires de Savoie (IGP - Indication Géographique Protégée), au Sud les vignobles situés sur les coteaux ensoleillés de la Combe de Savoie dévoilent les subtils arômes des vins de Savoie (AOC - Appellation d'Origine Contrôlée), tandis qu'à l'ouest, au nord et au centre, c'est la qualité des prairies fleuries qui a favorisé le développement de l'élevage laitier (activité agricole dominante) et des nombreux fromages sous signes de qualité dont la fameuse Tome des Bauges, le Reblochon, l'Abondance, le Chevrotin (tous les 4, AOC), ainsi que l'Emmental et la Tomme de Savoie (IGP).



La Marque Parc s'appuie quant à elle sur l'origine locale des produits, leur dimension artisanale et le respect de l'environnement tout au long de leur fabrication. Ainsi, vous trouverez de la viande bovine, des plantes aromatiques et médicinales et du miel des Bauges à déguster.

La signalétique des points de vente directe des produits du terroir facilitera la découverte de nos spécialités.

Sculptures de calcaire

Depuis des millions d'années, le lent travail de l'érosion modèle les paysages calcaires du massif. Le sentier de découverte des « tannes et glaciers » au Margéraz, vaste plateau calcaire parsemé de gouffres appelés « tannes », vous emmène à la rencontre du karst. Près de Faverges, l'eau jaillit de la roche et se donne en spectacle aux grottes et cascades de Seythenex. Sur le site de la cascade de la Doria, vous apercevrez la grotte à Carret, du nom du célèbre docteur qui y séjourna en quête de découvertes archéologiques. Découvrez encore, le lien entre le terroir et la vigne sur la Promenade savoyarde de découverte à St Jean de la Porte, le synclinal d'Entrevernes-Lathuile avec le géotrail du Taillefer, les tours de Chignin, les grottes de Prérrouge et Banges, la tourbière des Creusates à Saint-François de Sales.



Partout, l'eau a donné sa couleur et son identité au massif des Bauges. Elle a façonné ses paysages et influé l'activité des hommes. L'eau calme des plans d'eau, à Saint-Pierre d'Albigny, Grésy-sur-Isère, Lescheraines ou La Thuile fera votre bonheur en été. A Doussard, les amoureux d'espaces naturels préservés découvriront la Réserve naturelle du Bout du Lac d'Annecy et ses castors.

L'eau vive du Chéran attirera les pêcheurs de truites et les amateurs de canoë-kayak. Découvrez le en empruntant le sentier du chaos du Chéran. Sur le nant de Bellecombe, au Pont du Diable ou à Curienne, l'eau bouillonnante ravira les adeptes du canyoning. La cascade du Pissieu au Châtelard, l'étonnant pont de l'Abîme (Cusy - Gruffy) qui surplombe les gorges du Chéran de 96 mètres et les tours Saint-Jacques toutes proches (Allèves), inciteront à des promenades plus contemplatives.

Le territoire du Parc, candidat au label Geopark recèle ainsi de nombreux trésors géologiques visibles comme invisibles, terrain de jeu des spéléologues...

Le GEOPARK, label soutenu par l'UNESCO

En septembre 2011, le Parc naturel régional du Massif des Bauges a obtenu le label Geopark et il est devenu le troisième Geopark de France.



Le Réseau mondial des Geoparks vise à promouvoir les patrimoines de la Terre, en particulier géologique, auprès du grand public ainsi qu'à soutenir le développement local durable des territoires par le développement du géotourisme qui concerne l'ensemble des patrimoines. On compte actuellement 50 Geoparks en Europe et seulement 4 en France.

Le Massif des Bauges se prête à cette labellisation car il dispose d'un patrimoine géologique emblématique à l'image du Trélod

ou de l'Arclusaz, superbes exemples de synclinaux perchés. Il en va de même du sous-sol, même s'il est forcément moins connu, on y trouve les cavités les plus longues et les plus profondes de Savoie ! Le karst représente une ressource précieuse pour le massif : il contient toute l'eau qui coule vers les lacs d'Annecy et du Bourget, une énorme ressource pour l'eau potable et le tourisme.

La labellisation du massif des Bauges permet de mettre en valeur ce patrimoine géologique souvent méconnu. Plusieurs projets de valorisation ont déjà été menés et d'autres sont en cours. Le plus connu est le sentier des tannes et glaciers du Margériaz accessible à tous et agrémenté d'un livret d'interprétation. Un itinéraire de promenade permet également de découvrir le tour du lac de La Thuile, petit lac d'origine glaciaire. On peut aussi citer le module géologique de la Maison faune-flore, le sentier d'interprétation de la tourbière des Creusates, le chemin des vignes en combe de Savoie, le géotrail du chaos du Chéran à Cusy, etc.

L'intérêt scientifique du territoire a également été développé. Valorisation scientifique avec l'analyse de la tourbière des Creusates à Saint-François de Sales, valorisation pédagogique avec différents outils mis à disposition des élèves du territoire ou les traçages du Mont Colombier et d'Entrevernes-Lathuile avec les élèves en collaboration avec l'Université de Savoie.

Naturellement généreux

L'une des missions fondamentales du Parc consiste à améliorer et diffuser la connaissance de son patrimoine naturel. Depuis sa création, de nombreux inventaires et des études sur le fonctionnement des écosystèmes ont été réalisés. L'influence humaine, traditionnellement respectueuse de l'environnement, en fait un des massifs les plus connus et recherchés pour la diversité de ses milieux naturels. 1600 espèces végétales, 117 espèces d'oiseaux nicheurs, 9 espèces d'amphibiens témoignent de la richesse de ses habitats écologiques. Au cœur du massif, la Réserve Nationale de Chasse et de Faune sauvage des Bauges protège chamois, mouflons, tétras-lyre... sur 5200 hectares de forêts et d'alpages. Depuis 2003, le Parc en est co-gestionnaire aux côtés de l'Office national des forêts et de l'Office national de la chasse et de la faune sauvage.



prendre la route à droite direction « Grignon, Les Huires, La Combe ». Après 300m (V2-06), vous arrivez à une intersection de 4 routes, il y a une croix : prendre la route de gauche direction « Les Huires », la suivre 100 m jusqu'à l'intersection suivante (V2-07).



Continuer tout droit, suivre la route pendant 1.9 km jusqu'au hameau du Pontet. Fin du bitume. Suivre la piste (R1) pendant 4 km. Au point (V2-08) prendre la piste à droite (R1), 250 m plus loin (V2-09) au Souailey prendre à droite (R1) quelques petits passages R2 (200m) et continuer à monter pendant 1,2 km jusqu'à l'altitude 1220 m. Continuer la piste qui descend pendant 800 m jusqu'à une intersection (V2-10) les granges du Planet. Prendre la piste de gauche (aller-retour) qui après 150 m vous conduit au **COL DU PLANET (FR-73-1184b)**. Faire demi-tour et aux granges du Planet.

Continuer la piste à gauche R1. Après 1,4 km vous arrivez à une première intersection (V2-11), prendre la piste de gauche qui continue à monter. Après un peu plus 2 km, cette piste va laisser place à un large sentier S2 (quelques passages S1). Environ 400m avant le col (V2-12), suivre le sentier en tournant à gauche. Au **COL DU GRAPILLON (FR-73-1509)**, un aller-retour, avec ou sans vélos, à la pointe de la Cochette altitude 1618 m. (V2-13) s'impose pour vous offrir un magnifique point de vue à 360°. Au col redescendre et après environ 200 m vous arrivez à une intersection (V2-14), rester sur la piste de droite. À l'embranchement suivant (V2-15), bien rester sur la piste de droite. Quelques mètres plus loin, (V2-16) prendre la piste de gauche. À partir de là, prudence dans la descente car vous allez rencontrer 3 clôtures pas bien visibles au milieu du chemin. Vous allez rouler sur un chemin emprunté par les engins de damage l'hiver qui est très pendu. Arrivé à la route (V2-17), prenez à droite et suivre la route sur 1km pour arriver au **COL DE LA CLUSE (FR-73-1169)**. Prendre la petite route à gauche (le goudron a un peu disparu) qui vous conduira en 800 m. au **COL DU CUCHERON (FR-73-1215)**. Faites demi-tour jusqu'au point (V2-17), continuer encore 500 m sur la route jusqu'à une intersection avant une épingle et avant le foyer de ski de fond (V2-18). Prendre la route à gauche qui après 650 m va laisser place à une large piste R1 qui va vous conduire jusqu'au **COL DU MOLLARD (FR-73-1320b)** panneau et croix. Au col, continuer tout droit et descendre pendant 900 m (R1 ou R2 si humide) jusqu'à l'intersection avec un sentier qui part à droite (V2-19), panneau col des Fontanettes 0,3 km : attention ce panneau est tourné dans l'autre sens et le départ du sentier est discret. Prendre ce sentier, les premiers 100 m sont S3 et les 200 m suivants S4. Il n'y a pas de passage acrobatique, la difficulté étant la forte pente. Une vingtaine de mètres avant le col bien prendre



l'épingle à gauche, panneau pointe de la Gorgeat 1h. pour un dernier effort. Au **COL DES FONTANETTES (FR-73-1320a)**, prendre la piste à gauche la plus basse, direction le Grand Carroz. La descente S1-2 pourra se faire en quasi-intégralité sur le vélo pour les plus adroits. Après environ 500 m, dans une épingle (V2-20) prendre la piste à droite qui va continuer un peu en forêt, traverser un pré avant d'arriver très vite au hameau du Grand Carroz.

Mardi 31 Juillet 2012

Circuit VTT N° 2 : La petite Chartreuse

59 km- 9 ou 10 cols- dénivelation : 2000 m.

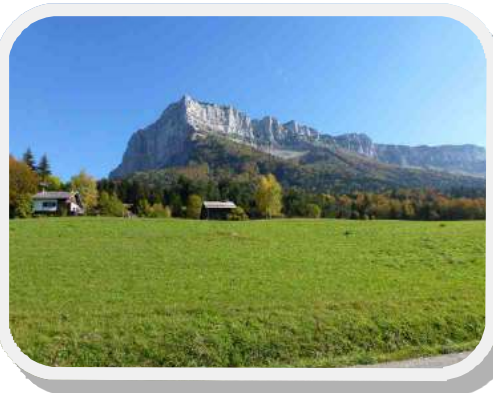
Carte IGN TOP 25 3333 OT Massif de la Chartreuse Nord

Départ : St Alban-Leysse à 9h00 altitude 300 m

Ce parcours vous permettra de découvrir la partie savoyarde du Massif de la Chartreuse. Il est long mais la plus grande partie de la dénivelation se fait dans la première montée et les 15 derniers kilomètres avant la traversée plate de Chambéry sont en descente.

Départ : parking de covoiturage des Barillettes à St Alban-Leysse (à 28km de Lescheraines)

La première partie du parcours vous fait traverser relativement facilement la ville de Chambéry par des voies cyclables.



À la sortie du parking, prendre la piste cyclable et traverser la route principale en suivant la voie cyclable direction Chambéry, Barberaz voie cyclable. Au bout de ce petit tronçon, continuer sur la gauche en suivant le marquage au sol vélo. Vous arrivez au croisement avec une route fréquentée (V2-01) qu'il faudra traverser pour poursuivre à gauche devant le magasin Euromaster. Peu après, la piste tourne à droite pour longer un entrepôt « Montania ». Suivre la piste cyclable pendant 2 km en gardant la rivière à votre gauche (la Leysse prend sa source dans le massif

des Bauges avant de traverser Chambéry pour aller se jeter dans le Lac du Bourget). Vous arrivez sur une voie perpendiculaire (V2-02) qu'il faut prendre à gauche pour rejoindre quelques mètres plus loin la « Porte de la Rize » (V2-03). Prendre à gauche puis immédiatement à droite passer sur le pont qui enjambe la Leysse et poursuivre jusqu'au feu tricolore. Au feu continuer tout droit direction « Curial », jusqu'à un grand rond-point où vous prendrez la deuxième route à droite direction Lyon Valence. Rester sur la bande cyclable qui longe le lycée Monge (c'est sur cette avenue qu'était jugée l'arrivée des championnats du monde de cyclisme sur route en 1989 qui a vu triompher Greg Lemond). Franchissez un rond-point en restant sur la bande cyclable et au deuxième où la bande s'interrompt traverser le rond-point pour aller tout droit, direction Chambéry centre vélo, avenue verte Nord.... Au rond-point suivant, (une petite placette avec de gros boulets) contourner le rond-point et continuer tout droit. Au rond-point suivant, continuer en suivant la direction Lyon par Les Echelles, Valence pour longer ensuite sur une bande cyclable la préfecture située dans le Château des Ducs de Savoie. Au rond-point de l'hôpital, suivre la bande cyclable qui oblique légèrement sur la gauche sur environ 600 m jusqu'au feu tricolore. (V2-04). Tourner à gauche et prendre la D7 direction Saint-Cassin. La D7 vous emmènera jusqu'au village de Saint-Cassin situé environ 4,5 km plus loin. Le début de la montée est sévère, vous êtes sur les premières rampes de la fameuse « Côte de Montagnole » des championnats du monde de 1989.



Continuer tout droit après l'école jusqu'à l'intersection (V2-05),

Des trésors à partager

En osmose avec ses paysages, le massif des Bauges exprime son identité montagnarde par un riche patrimoine culturel, qui fait du passé un véritable atout pour préparer l'avenir. Savoir-faire ancestraux (argenterie des Bauges, métallurgie, colportage...), art et artisanat, architecture (sartos, tavalans, grangettes...), villages, sites fortifiés (citadelle de Montmélian, château de Miolans, fort de Tamié...), musées (musée régional de la vigne et du vin, écomusée de la Combe de Savoie, musée de la Cloche, écomusée du lac d'Annecy, musée archéologique de Viuz-Faverges...), le massif des Bauges porte aujourd'hui encore la précieuse histoire d'une terre façonnée par ses habitants. Ce sont aussi toutes ces valeurs que le Parc a pour mission de faire vivre et d'optimiser, pour en faire de solides piliers de son développement. Vous pourrez les découvrir au travers des nombreuses fêtes d'été : fête du gruyère, de la batteuse, des alpages, fête du pain...

Marcher, nager, explorer, voler...



Le massif des Bauges, territoire de moyenne montagne, offre une multitude de "terrains de jeu" propices à la pratique de toutes les activités de plein air. Le Parc travaille à leur développement durable dans le respect des milieux naturels et à la mise en réseau des professionnels de ces disciplines.

L'été, explorez les sentiers à pied, à vélo, à cheval, ou avec un âne... Découvrez de nouvelles sensations en vous essayant au parapente, au canyoning ou à la via ferrata, explorez un autre monde avec des spéléologues, flanez au bord des lacs et rivières, initiez-vous à la pêche. Tester les vélos à assistance électrique, qui vous emmènent à la découverte des patrimoines baujus, grâce aux visioguides (Maison Fauen-Flore).

L'hiver, dévalez les pentes en ski, explorez les chemins secrets en raquettes, essayez le ski-joering ou les balades en chiens de traîneaux, sans oublier tous les nouveaux modes de glisses et de pratique de la neige.

Deux maisons d'accueil du public

Afin d'offrir aux visiteurs des informations sur le territoire du massif des Bauges, le Parc a ouvert deux maisons thématiques d'accueil du public.

La Maison faune flore vous dévoile les richesses naturelles du Massif des Bauges ! Testez vos connaissances du territoire à travers les manipulations ludiques et les maquettes en 3 D de l'espace de découverte. Suivez notre guide virtuel sur les sentiers du Parc via un film de 20 minutes et plongez dans l'univers des loisirs de nature dans notre jardin thématique. Une maison plus vraie que nature pour vous faire découvrir un territoire préservé !

La Chartreuse, Maison du Patrimoine vous propose de parcourir les richesses historiques et culturelles du Massif à travers l'unique vestige d'un monastère Chartreux construit au XII^e siècle. La découverte de salles en salles est assistée par un audioguide. L'exposition aborde ainsi l'histoire, l'économie, la vie quotidienne du territoire mais également des moines chartreux qui occupaient les lieux.

En savoir plus : <http://www.parcdesbauges.com/>

LES CIRCUITS ROUTIERS

| Jour | Circuit | Intitulé | Km | D+ | Cols | Remarques |
|----------|------------------------------------------|----------|-----|------|--------|---------------|
| Dimanche | Annecy normal | R7a | 80 | 1700 | 1 ou 2 | |
| | Annecy moyen | R7b | 110 | 2000 | 2 ou 3 | |
| | Annecy long | R7c | 121 | 2500 | 3 ou 4 | |
| | Annecy moyen + 2 cols | R7d | 132 | 2700 | 4 ou 5 | |
| | Annecy long + 2 cols | R7e | 143 | 3200 | 5 ou 6 | |
| | Les Hurtières et les Huiles | R6 | 65 | 1600 | 3 | |
| Lundi | Revard Normal | R1a | 67 | 1300 | 5 ou 6 | 6 cols R1aV |
| | Revard Long | R1b | 74 | 1500 | 6 ou 7 | 7 cols R1bV |
| Mardi | La Petite Chartreuse | R2 | 70 | 1500 | 7 | |
| | La Petite Chartreuse + le col du Mollard | R2v | 70 | 1640 | 8 | |
| Mercredi | Vins et fromage | R3 | 102 | 1700 | 3 | |
| | Vins et fromage long | R3b | 120 | 2100 | 4 | |
| Jeudi | Tour du Lac du Bourget court | R4a | 60 | 620 | 1 | |
| | | R4aV | 70 | 720 | 1 | |
| | Tour du Lac du Bourget moyen | R4b | 88 | 1500 | 4 | |
| | | R4bV | 93 | 1550 | 4 | |
| | Tour du Lac du Bourget long | R4c | 117 | 2000 | 5 | |
| Vendredi | Les Bauges devant | R5a | 86 | 1700 | 3 | |
| | Les Bauges devant + Lindar muletier | R5aV | 92 | 1850 | 4 | |
| | Les Bauges devant + lindar routier | R5b | 102 | 2000 | 4 | |
| Samedi | Parcours concentration | R0 | 27 | 600 | 1 | Col déjà fait |

Lundi 30 Juillet 2012

Circuit VTT N° 1b : Le Grand Domaine Nordique et la montagne du Peney

Parcours mixte 52 km- 11 cols- 1 BPF- dénivellation : 1600 m.

Carte IGN TOP 25 3332 OT Chambéry

Départ : Foyer de ski de fond de St François de Sale à 9h00

Début du parcours identique au V1a jusqu'au retour du Pas du Cros à la Féclaz.

Au carrefour (V1-17) tourner à droite. Suivre la D206a sur 4 km jusqu'au hameau « Le Favre ». Passer le panneau du hameau et à la première intersection de 4 routes, dans l'épingle, altitude 1065m, (V1-18) prendre à droite, direction col de la Doriaz. Après 600m, vous arrivez à un parking, fin du bitume (V1-19). Prendre à droite en longeant le parking, suivre la piste R1 sur une cinquantaine de mètres et dans le virage avant une maison bien prendre le sentier qui monte dans le pré. Les propriétaires ont interdit l'accès par la piste principale (chaîne) et ont indiqué (panneau) un petit sentier de déviation qui passe derrière leur maison. Le sentier (S1) va pénétrer dans un bois. Au bout de 350 m. vous arrivez dans un pré. Suivez le sentier qui longe le bois sur 100m jusqu'au COL DE LA DORIAZ (FR-73-1138). Au col de la Doriaz, prendre tout droit la piste R1 sur une vingtaine de mètres (V1-20) et prendre à gauche le sentier qui passe entre 2 rochers balisé jaune rouge. (Environ 1km de sentier S3 vous attend sur lequel il faudra suivre le fléchage Mont Peney.). Après environ 500 m, panneau « sous le Peney altitude 1264 m » (V1-21) prendre le sentier à droite direction le Peney. Le suivre jusqu'au panneau le Peney, altitude 1356 m (V1-22). Vous êtes au bord d'une falaise où un superbe panorama sur la Chartreuse et l'agglomération chambérienne s'offre à vos yeux. À partir de là, la prudence s'impose (**NE PAS MONTER SUR LES VÉLOS**) car vous allez longer la falaise jusqu'au Passage de la Féclaz, en cheminant le long du sentier S2 qui part sur la gauche. Ce sentier passe toujours à au moins 1 ou 2 m du vide et ne devrait donc pas rebuter ceux qui sont sujet au vertige.



Arrivés au PASSAGE DE LA FÉCLAZ (FR-73-1295) (panneau dans un arbre), prendre la monitrice S1 qui part à gauche et va vous emmener 500 m plus loin sur une piste forestière R1 (V1-23). Prendre à droite et descendre cette piste sur 1,5km jusqu'à une épingle (V1-24). Un petit sentier S1-2 (panneau indiquant Passage de la Dorette 250 m.) part sur la droite et vous conduit jusqu'au PASSAGE DE LA DORETTE (FR-73-1100). Faites demi-tour et reprenez la piste forestière. Vous allez la descendre pendant 2 km pour rejoindre la D 912. Altitude 886 m. Prenez cette route à gauche et suivez là sur environ 4,3 km jusqu'au carrefour

D912/D913 altitude 1168 m. (V1-25). Continuez tout droit sur la D 912 pour atteindre 350 m plus loin le COL DE PLAINPALAIS (FR-73-1173). Faites demi-tour jusqu'au carrefour précédent.

Prendre à droite la D 913, la suivre sur 550 m. Peu après l'épingle (V1-26), prendre une piste R1 à droite que vous suivrez sur un petit kilomètre avant de retomber sur la D 913. Suivez la D 913, jusqu'au carrefour à l'entrée de la Féclaz (V1-27), prendre à droite direction Le Revard, Aix-les-Bains. Suivre cette route sur 400m, pour arriver à un parking sur la droite avant le bar « La Grolla » (V1-28), prendre à droite la route sans issue marquée interdit sauf riverains et services.

Fin du parcours identique au V1a



arrivez à une intersection (V1-13), prendre le petit sentier à droite qui descend dans un pré. Vous rejoignez un autre sentier (V1-14), tourner à droite et suivre ce sentier (S1-2) le long d'un grillage, qui après quelques petites montées et descentes sur 450 m vous amène au bord de la falaise où se situe le COL DU PERTUISET (FR-73-1420a). Faire demi-tour et revenir au croisement précédent et continuer la piste en suivant le grillage sur environ 500 m jusqu'à l'intersection avec la D 913 (V1-15). Tourner à droite et suivre la route sur 2 km jusqu'à La Féclaz. Prendre la première route à

droite en face de l'office de tourisme (V1-16) direction le Sire puis 100 plus loin (V1-17) prendre la route à droite toujours direction le Sire. Cette route vous emmènera en 2,2 km au chalet du Sire. Le PAS DU CROC (FR-73-1413) est au bout de la route à la barrière. Faire demi-tour et redescendre à la Féclaz, jusqu'au carrefour (V1-17) et tourner à gauche jusqu'au carrefour V1-16 de l'office de tourisme.

Prendre à droite et redescendre sur 400 m. vers le bas de la station jusqu'au carrefour (V1-27), prendre à gauche direction Le Revard, Aix-les-Bains. Suivre cette route sur 400m, pour arriver à un parking sur la droite avant le bar « La Grolla » (V1-28), prendre à droite la route sans issue marquée interdit sauf riverains et services. A la première intersection, panneau le Parvis (V1-29) prendre à gauche. Suivre cette route pendant 200 m, vous arrivez sur une piste. Des barrières sont posées pour empêcher le passage des voitures.

Franchissez cette barrière pour pénétrer dans le domaine de ski nordique de la Féclaz. Jusqu'à l'arrivée vous évoluerez sur des



pistes R1 avec de très courts passages R2. Vous verrez quelques panneaux sens interdit qui sont destinés aux skieurs l'hiver. Ne vous en souciez donc pas. Suivre sur cette piste le balisage ski de fond, piste verte « Creux Froid » jusqu'au chalet péage ski de fond (1,5 km) (V1-30). Prendre la piste la plus à droite. Après 400m (V1-31) la piste tourne à gauche puis 300 m plus loin au carrefour suivant (V1-32), prendre légèrement sur la droite direction « Roc des Trois Croix » (piste noire de ski de fond). Une succession de montagnes russes va vous conduire jusqu'au carrefour du Roc des Trois Croix (panneau) (V1-33). Prendre à droite, suivre la



piste pendant 1,2 km jusqu'à l'intersection avec une piste transversale (V1-34). Prendre à droite et suivre cette piste qui vous amène sur la route quelques mètres en contrebas du parking où vous avez laissé vos véhicules.

Tous les cols routiers

| Code | Nom du col | Alti | N° circuit | Intitulé | Lieu départ | Remarques |
|-------------|-----------------------------|------|---------------|-----------------------------|---------------------|------------------------------------------|
| FR-74-0897 | Col de LESCHAUX | 897 | R7abcde R3 | Le Semnoz et Lac d'Annecy | Lescheraines | |
| FR-74-1615a | GOLET ROND | 1615 | R7abcde | Le Semnoz et Lac d'Annecy | Lescheraines | |
| FR-74-0630 | Col de BLUFFY | 630 | R7bcde | Le Semnoz et Lac d'Annecy | Lescheraines | |
| FR-74-1150 | Col FORCLAZ MONTMIN | 1150 | R7cde | Le Semnoz et Lac d'Annecy | Lescheraines | |
| FR-74-0917 | Col de PRE VERNET | 917 | R7de | Le Semnoz et Lac d'Annecy | Lescheraines | |
| FR-74-1054 | Col des CONTREBAN- DIERS | 1055 | R7de | Le Semnoz et Lac d'Annecy | Lescheraines | |
| FR-73-1113 | Col de CHAMP LAURENT | 1113 | R3 | Les Hurtières et les Huiles | St Pierre d'Albigny | |
| FR-73-1188 | Col du Gd CUCHERON | 1188 | R3 | Les Hurtières et les Huiles | St Pierre d'Albigny | |
| FR-73-0587 | Col de COCHETTE | 587 | R3 | Les Hurtières et les Huiles | St Pierre d'Albigny | |
| FR-73-1184a | Col de la CLUSAZ | 1184 | R1 | Le Revard | Lescheraines | |
| FR-73-1487 | Golet du TAISSON | 1487 | R1 | Le Revard | Lescheraines | |
| FR-73-1508 | Golet de la PIERRE | 1508 | R1 | Le Revard | Lescheraines | |
| FR-73-1420b | Pas du REBOLLION | 1420 | R1 | Le Revard | Lescheraines | |
| FR-73-1413 | Passage du CROC | 1413 | R1 | Le Revard | Lescheraines | |
| FR-73-1173 | Col de PLAINPALAIS | 1173 | R1/R0 | Le Revard | Lescheraines | |
| FR-73-0409 | Col de St-SATURNIN | 409 | R2 | La Petite Chartreuse | St Alban Laysse | |
| FR-73-0822 | PAS de la FOSSE (Tunnel) | 822 | R2 | La Petite Chartreuse | St Alban Laysse | |
| FR-73-1134 | Col du GRANIER | 1134 | R2 | La Petite Chartreuse | St Alban Laysse | |
| FR-73-1169 | Col de la CLUSE | 1169 | R2 | La Petite Chartreuse | St Alban Laysse | |
| FR-73-1215 | Col du CUCHERON | 1215 | R2 | La Petite Chartreuse | St Alban Laysse | |
| FR-73-0958a | Col des EGAUX | 958 | R2 | La Petite Chartreuse | St Alban Laysse | |
| FR-73-0624 | Col de COUX | 624 | R2 | La Petite Chartreuse | St Alban Laysse | |
| FR-73-1320b | Col du MOLLARD | 1320 | R2V | La Petite Chartreuse | St Alban Laysse | 2,2 km R1-2 |
| FR-73-0950 | Col du FRENE | 950 | R3a | Vins et Fromage | Lescheraines | |
| FR-73-0907 | Col de TAMIE | 907 | R3a | Vins et Fromage | Lescheraines | |
| FR-73-0955 | Collet de TAMIE | 955 | R3a | Vins et Fromage | Lescheraines | |
| FR-73-0707 | Col VORGER | 707 | R3b | Vins et Fromage | Lescheraines | |
| FR-73-0633 | Col du CHAT | 633 | R4 | Tour du Lac du Bourget | Grésy-sur-Aix | |
| FR-73-0650b | Col de la CHAMBOTTE | 650 | R4bc | Tour du Lac du Bourget | Grésy-sur-Aix | |
| FR-73-0897 | Col du SAPENAY | 897 | R4bc | Tour du Lac du Bourget | Grésy-sur-Aix | |
| FR-73-0797 | Col de CESSENS | 797 | R4bc | Tour du Lac du Bourget | Grésy-sur-Aix | |
| FR-74-0643 | Col du GOLERON | 643 | R4c R1b | Tour du Lac du Bourget | Cusy | |
| FR-73-1187 | Col du LINDAR | 1187 | R5b | Les Bauges Devant | Lescheraines | Dernier 0,6 km R1 |
| FR-73-1135 | Col des PRES | 1135 | R5ab | Les Bauges Devant | Lescheraines | |
| FR-73-0958a | Col de MAROCAZ | 958 | R5ab | Les Bauges Devant | Lescheraines | Routier sur R5a R1-2 sur 2,8 km sur R5aV |
| FR-73-0950 | Col du FRENE | 950 | R5ab | Les Bauges Devant | Lescheraines | |

R7a Le Semnoz et lac d'Annecy dimanche 29 juillet ou 5 août 1 ou 2 cols 80 km. D+ : 1700 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|----------|--------------------------------|-----------|------|------|------|--------------|-----------------------------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr CV/D912 | D912 | à D | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D911 | à D | 0,3 | 1,8 | | |
| 73 | 709 | Carr LA MOTTE BAUGES | D61 | à G | 3,2 | 5,0 | | |
| 73 | 850 | point haut | | | 3,5 | 8,5 | | |
| 73 | 753 | Pont Etrier | | | 1,6 | 10,1 | | |
| 73 | 801 | Carr av. BELLECOMBE | | à D | 0,7 | 10,8 | | |
| 74 | 898 | entrée 74 | D10 | | 3,3 | 14,1 | | |
| 74 | 897 | Col de LESCHAUX | D110 | td | 4,0 | 18,1 | FR-74-0897 | D912/D10 |
| 74 | 1638 | Départ option | | | 12,7 | 30,8 | | voir option |
| 74 | 1670 | Cret Chatillon (Semnoz) | D41 | | 0,7 | 31,5 | | Vue splendide sur le lac d'Annecy |
| 74 | 1028 | Carr (vers QUINTAL) | | td | 10,8 | 42,3 | | |
| 74 | 448 | ANNECY Marquisats | D150 8 | à G | 10,0 | 52,3 | | |
| 74 | 448 | Avant pont, quai puis piste | Piste | à D | 0,3 | 52,6 | | |
| 74 | 458 | Hotel Beauregard | piste | | 3,2 | 55,8 | | |
| 74 | 451 | Bat bariolé, aller vers église | cv | à D | 1,0 | 56,8 | | |
| 74 | 451 | SEVRIER carr D1508 | D912 | td | 0,2 | 57,0 | | |
| 74 | 897 | Col de LESCHAUX | | | 11,4 | 68,4 | | |
| 73 | 614 | Carr La Charnia | D911 | à G | 6,7 | 75,1 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D912 | à D | 1,5 | 76,6 | | |
| 73 | 611 | Carr | CV | à G | 0,3 | 76,9 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 1,5 | 78,4 | | |

MAX 1670
mini 448

Option **GOLET ROND** à 1300m sur R1 à Gauche **FR-74-1615a**

Lundi 30 Juillet 2012

Circuit VTT N° 1a : Le Grand Domaine Nordique

Parcours mixte 33 km- 7 cols- 1 BPF- dénivellation : 1000 m.

Carte IGN TOP 25 3332 OT Chambéry

Départ : Foyer de ski de fond de St François de Sale à 9h00

Ce parcours vous fera découvrir une partie du domaine de ski de fond Savoie-Grand-Revard et vous offrira de magnifiques points de vue sur le lac du Bourget.



Au foyer de ski de fond, prenez la route forestière direction Crolles. Après 300m, à la première intersection (V1-01) prenez la route forestière qui monte légèrement sur la gauche. 700m plus loin, à l'intersection suivante (V1-02), continuez sur la gauche direction Le Revard. Suivez cette route, bien ombragée qui vous conduira jusqu'à la D913 (V1-03) altitude 1350 m, route qui relie Aix les Bains au Mont Revard. Redescendre cette route sur 2,5 km pour rejoindre le COL DE LA CLUSAZ (FR-73-1184a). Pas de panneau du col mais un panneau indiquant St Antoine 1176m. Re-

monter à l'intersection précédente en direction du Revard (V1-03) et poursuivre la route sur 1km jusqu'au bas du téléski des Ébats(V1-04). Prendre à droite et monter (S2-3) sur la gauche du téléski vert pour arriver au COL DES ÉBATS (FR-73-1460) situé au sommet du téléski. Revenir à la route et poursuivre en direction du Revard sur 800m et au carrefour (V1-05) prendre à droite la D913a direction Le Revard. Continuer cette route jusqu'au sommet (V1-06). Point de vue sur le lac du Bourget et la montagne de l'Épine en face (dernier chaînon du Jura). Bar-Restaurant. Revenir quelques mètres en arrière et suivre tout de suite à gauche le cheminement pédestre jusqu'à sa jonction avec une route. Suivre cette route qui après 2 lacets au milieu de chalets rejoint la D913a (V1-07). Tourner à gauche et redescendre la route sur une centaine de mètres et tourner à gauche sur la boucle de Bellevue (V1-08). Suivre cette boucle sur environ 350m jusqu'à un virage. Vous êtes au GOLET DE LA PIERRE (FR-73-1508). Revenir une quinzaine de mètres en arrière et prendre un petit sentier sur la gauche juste après un chalet (V1-09). Panneau indiquant sentier des crêtes. Suivre ce sentier (S1) jusqu'à l'intersection avec une route (V1-10), prendre à gauche suivre cette route et 200m plus loin dans la deuxième épingle vous arrivez au GOLET DU TAISSON (FR-73-1487) Containers à verre. Continuer sur cette route qui passe au milieu d'immeubles avant de rejoindre à nouveau la D 913a. Prendre à gauche et redescendre jusqu'au carrefour (V1-05). Prendre à droite la D 913, direction la Féclaz, Chambéry. Suivre cette route pendant 1,3 km en gardant l'appareil photo à portée de main (magnifiques perspectives sur le lac du Bourget à votre droite près des fermes situées à gauche) jusqu'à un petit parking (V1-11). Panneau « Les Fermes altitude 1441m », prendre le sentier (S1-2) sur la droite direction Col du Pertuiset. Suivre ce sentier qui passe au PAS DU RÉBOLLION (FR-73-1420b), puis continuer jusqu'au panneau « Reboillon altitude 1405m » (V1-12) prendre à gauche direction col du Pertuiset 0h35. Après 800 m, vous



| Tous les cols sur parcours VTT | | | | | | |
|--------------------------------|-----------------------|------|------------|------------------------------|---------------------|-----------|
| Code | Nom du col | Alti | N° circuit | Intitulé | Lieu départ | Remarques |
| FR-73-1184a | COL DE LA CLUSAZ | 1184 | V1a-b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | Routier |
| FR-73-1460 | COL DES ÉBATS | 1460 | V1a-b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | S2 |
| FR-73-1508 | GOLET DE LA PIERRE | 1508 | V1a-b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | Routier |
| FR-73-1487 | GOLET DU TAISSON | 1487 | V1a-b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | Routier |
| FR-73-1420b | PAS DU REBOLLION | 1420 | V1a-b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | S2 |
| FR-73-1420a | COL DU PERTUISET | 1420 | V1a-b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | S1-2 |
| FR-73-1413 | PASSAGE DU CROC | 1413 | V1a-b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | Routier |
| FR-73-1138 | COL DE LA DORIAZ | 1138 | V1b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | S1 |
| FR-73-1295 | PASSAGE DE LA FECLAZ | 1295 | V1b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | S3 |
| FR-73-1100 | PASSAGE DE LA DORETTE | 1100 | V1b | Le Grand Domaine Nordique | St François de Sale | S2 |
| FR-73-1173 | COL DE PLAINPALAIS | 1173 | V1b/V7 | Le Grand Domaine Nordique | Lescheraines | Routier |
| FR-73-1184b | COL DU PLANET | 1184 | V2 | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | R1 |
| FR-73-1509 | COL DU GRAPILLON, | 1509 | | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | R1-S1-2 |
| FR-73-1169 | COL DE LA CLUSE | 1169 | V2 | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | Routier |
| FR-73-1215 | COL DU CUCHERON | 1215 | V2 | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | Routier |
| FR-73-1320b | COL DU MOLLARD | 1320 | V2 | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | R1 |
| FR-73-1320a | COL DES FONTANETTES | 1320 | V2 | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | S4 |
| FR-73-1134 | COL DU GRANIER | 1134 | V2 | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | Routier |
| FR-73-0865 | PAS DE LA FOSSE | 865 | V2 | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | S1 |
| FR-73-0618 | PASSAGE DE LA COCHE | 618 | V2 | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | S1 |
| FR-73-0409 | COL DE ST-SATURNIN | 409 | V2v | La Petite Chartreuse | St Alban Leysse | Routier |
| FR-73-1329 | GOLET DE DOUCY | 1329 | V3 | Autour de la Compôte | Lescheraines | R2 |
| FR-73-1304 | COL DE BORNETTE | 1304 | V3 | Autour de la Compôte | Lescheraines | S2 |
| FR-73-1269 | LE TROU DE LA FENÊTRE | 1269 | V3 | Autour de la Compôte | Lescheraines | S2 |
| FR-73-1336 | COL DU PLANE | 1336 | V3 | Autour de la Compôte | Lescheraines | R1 |
| FR-73-1338a | COL DE LA FULLIE | 1338 | V4a-b | Au Galop ! | Lescheraines | R1-2 |
| FR-73-1338b | COL DE LA SQCIAZ | 1338 | V4b | Au Galop ! | Lescheraines | R1 |
| FR-73-1350 | COL DU PRÉ DU TOUR | 1350 | V4b | Au Galop ! | Lescheraines | R1-S2 |
| FR-73-1187 | COL DU LINDAR | 1187 | V4a-b | Au Galop ! | Lescheraines | S2 ou R |
| FR-73-0958a | COL DE MAROCAZ | 958 | V4a-bv | Au Galop ! | Lescheraines | R1 |
| FR-73-1439 | COL DE LA BUFFAZ | 1439 | V4a-b | Au Galop ! | Lescheraines | R1-2 |
| FR-73-1479 | COL DE LA GALOPPAZ | 1479 | V4a-b | Au Galop ! | Lescheraines | S2-3 |
| FR-73-1292 | COL DE COMBE SERVENNE | 1292 | V4a-b | Au Galop ! | Lescheraines | S2-3 |
| FR-73-1135 | COL DES PRES | 1135 | V4a-b | Au Galop ! | Lescheraines | Routier |
| FR-73-1113 | COL DE CHAMP LAURENT | 1116 | V5 | Dans les Hurtières | Chamoux/Gelon | Routier |
| FR-73-1188 | COL DU GD CUCHERON | 1188 | V5 | Dans les Hurtières | Chamoux/Gelon | Routier |
| FR-73-1228 | COL DU PETIT CUCHERON | 1228 | V5 | Dans les Hurtières | Chamoux/Gelon | R1 |
| FR-73-1330 | COL DE MONTGILBERT | 1320 | V5 | Dans les Hurtières | Chamoux/Gelon | R1 |
| FR-73-1315 | COL DE PRÉ BERNAUD | 1315 | V7 | Parcours de la Concentration | Lescheraines | R1-S1-2 |
| Fr-73-1317 | COL DE LA COCHETTE | 1317 | V7 | Parcours de la Concentration | Lescheraines | S1 |

R7b Le Semnoz et tour du lac d'Annecy dimanche 29 juillet ou 5 août 2 ou 3 cols 110 km. D+ : 2000 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|-----------|-------------|--------------------------------------------------------|-------|------|------|--------------|-------------------|-----------------------------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr CV/D912 | D912 | à D | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D911 | à D | 0,3 | 1,8 | | |
| 73 | 709 | Carr LA MOTTE BAUGES | D61 | à G | 3,2 | 5,0 | | |
| 73 | 850 | point haut | | | 3,5 | 8,5 | | |
| 73 | 753 | Pont Etrier | | | 1,6 | 10,1 | | |
| 73 | 801 | Carr av. BELLECOMBE | | à D | 0,7 | 10,8 | | |
| 74 | 898 | entrée 74 | D10 | | 3,3 | 14,1 | | |
| 74 | 897 | Col de LESCHAUX | D110 | td | 4,0 | 18,1 | FR-74-0897 | D912/D10 |
| 74 | 1638 | Départ option | | | 12,7 | 30,8 | | voir option |
| 74 | 1670 | Cret Chatillon (Semnoz) | D41 | | 0,7 | 31,5 | | Vue splendide sur le lac d'Annecy |
| 74 | 1028 | Carr (vers QUINTAL) | | td | 10,8 | 42,3 | | |
| 74 | 448 | ANNECY Marquisats | ? | à G | 10,0 | 52,3 | | |
| 74 | 448 | Après pont, traverser parc Passer passerelle à pied | Piste | à D | 0,3 | 52,6 | | Attention police |
| 74 | 448 | ANNECY Albigny | D909 | | 2,9 | 55,5 | | |
| 74 | 448 | Suivre itinéraire conseillé cyclistes | | à D | 0,8 | 56,3 | | |
| | | Rte vieilles pensées, rte de la Brune, 3 ralentisseurs | | à G | | | | Chemin du chapitre |
| 74 | 492 | Carr D909a/D909 | D909 | à G | 2,6 | 58,9 | | |
| 74 | 630 | Col de BLUFFY | D269 | à D | 3,5 | 62,4 | FR-74-0630 | D909 |
| 74 | 491 | MENTHON ST-BERNARD | D909a | à G | 2,7 | 65,1 | | B.P.F |
| 74 | 566 | Carr D909a/D42 | D909a | à G | 2,1 | 67,2 | | |
| 74 | 460 | TALLOIRES sortie | | | 1,8 | 69,0 | | |
| 74 | 469 | Carr D1508 | piste | à D | 6,7 | 75,7 | | |
| 74 | 465 | St-JORIOZ | | | 6,7 | 82,4 | | |
| 74 | 451 | Sevrier tennis et parkings resto "côté plage" | | à G | 4,0 | 86,4 | | Passer vers église |
| 74 | 451 | Après église | N508 | à G | 0,3 | 86,7 | | |
| 74 | 451 | Rond point | D912 | à D | 0,1 | 86,8 | | |
| 74 | 897 | Col de LESCHAUX | | | 11,4 | 98,2 | | |
| 73 | 614 | Carr La Charnia | D911 | à G | 6,7 | 104,9 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D912 | à D | 1,5 | 106,4 | | |
| 73 | 611 | Carr | CV | à G | 0,3 | 106,7 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 1,5 | 108,2 | | |

MAX 1670
mini 448

option **GOLET ROND** à 1300m sur R1 à Gauche **FR-74-1615a**

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|-------------|---------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|--------------|-----------------------------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr CV/D912 | D912 | à D | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D911 | à D | 0,3 | 1,8 | | |
| 73 | 709 | Carr LA MOTTE BAUGES | D61 | à G | 3,2 | 5,0 | | |
| 73 | 850 | point haut | | | 3,5 | 8,5 | | |
| 73 | 753 | Pont Etrier | | | 1,6 | 10,1 | | |
| 73 | 801 | Carr av. BELLECOMBE | | à D | 0,7 | 10,8 | | |
| 74 | 898 | entrée 74 | D10 | | 3,3 | 14,1 | | |
| 74 | 897 | Col de LESCHAUX | D110 | td | 4,0 | 18,1 | FR-74-0897 | D912/D10 |
| 74 | 1638 | Départ option | | | 12,7 | 30,8 | | voir option |
| 74 | 1670 | Cret Chatillon (Semnoz) | D41 | | 0,7 | 31,5 | | Vue splendide sur le lac d'Annecy |
| 74 | 1028 | Carr (vers QUINTAL) | | td | 10,8 | 42,3 | | |
| 74 | 448 | ANNECY Marquisats | ? | à G | 10,0 | 52,3 | | |
| 74 | 448 | Après pont, traverser parc Passer passerelle à pied | Piste | à D | 0,3 | 52,6 | | Attention police |
| 74 | 448 | ANNECY Albigny | D909 | | 3,2 | 55,8 | | |
| 74 | 448 | Suivre itinéraire conseillé cyclistes | | à D | 0,8 | 56,6 | | |
| | | Rte vieilles pensières, rte de la Brune, 3 ralentisseurs | | à G | 2,3 | 58,9 | | Chemin du chapitre |
| 74 | 492 | Carr D909a/D909 | D909 | à G | 0,3 | 59,2 | | D909 |
| 74 | 630 | Col de BLUFFY | D269 | à D | 3,5 | 62,7 | FR-74-0630 | |
| 74 | 491 | MENTHON ST-BERNARD | D909a | à G | 2,7 | 65,4 | | |
| 74 | 566 | Carr D909a/D42 | D42 | à G | 2,1 | 67,5 | | |
| 74 | 622 | Carr D42/D169 | | à D | 1,0 | 68,5 | | D42 |
| 74 | 1150 | Col FORCLAZ MONTMIN | | | 7,3 | 75,8 | FR-74-1150 | |
| 74 | 1033 | MONTMIN | | | 2,6 | 78,4 | | |
| 74 | 503 | VESONNE | | | 5,5 | 83,9 | | |
| 74 | 484 | Carr D1508 | piste | à D | 0,7 | 84,6 | | |
| 74 | 452 | Bout du Lac | | | 4,6 | 89,2 | | |
| 74 | 465 | St-JORIOZ | | | 6,7 | 95,9 | | |
| 74 | 451 | Sevrier tennis et parkings resto "côté plage" | | à G | 4,0 | 99,9 | | |
| 74 | 451 | Après église | N508 | à G | 0,3 | 100,2 | | |
| 74 | 451 | Rond point | D912 | à D | 0,1 | 100,3 | | |
| 74 | 897 | Col de LESCHAUX | | | 11,4 | 111,7 | | |
| 73 | 614 | Carr La Charnia | D911 | à G | 6,7 | 118,4 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D912 | à D | 1,5 | 119,9 | | |
| 73 | 611 | Carr | CV | à G | 0,3 | 120,2 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 1,5 | 121,7 | | |

MAX 1670
mini 448

option **GOLET ROND** à 1300m sur R1 à Gauche **FR-74-1615a**



| Jour | Circuit | Intitulé | Km | D+ | Cols | Remarques |
|-------------------|---------------------------------------------------|----------|-----|------|--------|---------------|
| Dimanche | Au Galop Long partie 1 | V4av | 54 | 1480 | 5 | |
| Lundi | Le Grand Domaine Nordique | V1a | 33 | 1000 | 7 | |
| | Le Grand Domaine Nordique et la Montagne du Peney | V1b | 52 | 1600 | 11 | |
| Mardi | La Petite Chartreuse | V2 | 58 | 2000 | 9 | |
| | | V2v | 65 | 2100 | 10 | |
| Mercredi | Autour de la Compôte | V3 | 42 | 1200 | 4 | |
| Jeudi | Au Galop Long | V4a | 59 | 1900 | 8 | |
| | | V4aV | 65 | 2130 | 9 | |
| | Au Galop moyen | V4b | 53 | 1700 | 6 | |
| | | V4bV | 59 | 1930 | 7 | |
| Au Galop partie 2 | V4 | 20 | 900 | 3 | | |
| Vendredi | Dans les Hurtières | V5 | 37 | 1300 | 4 | |
| Samedi | Parcours concentration | V7 | 26 | 1200 | 2 ou 3 | Col déjà fait |

R5b : Les Bauges devant Vendredi 3 août 4 cols 102 km. Dénivellation : 2000 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|-----------|-------------|------------------------------|-------|------|-----|--------------|--------------------|----------------------------------------------------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr | D912 | à G | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 653 | LESCHERAINES Chef-Lieu | D59 | td | 0,9 | 2,4 | | |
| 73 | 883 | Carr | D59 | à G | 8,8 | 11,2 | | |
| 73 | 898 | AILLON LE JEUNE | D32 | à G | 2,2 | 13,4 | | |
| 73 | 932 | AILLON Station | D32 | à D | 2,0 | 15,4 | | |
| 73 | 1187 | Col du LINDAR | | ret | 5,8 | 21,2 | FR-73-1187 | D32 |
| 73 | 932 | AILLON Station | | à G | 5,8 | 27,0 | | |
| 73 | 898 | AILLON LE JEUNE | D206 | à G | 2,0 | 29,0 | | |
| 73 | 1135 | Col des PRES | | | 3,6 | 32,6 | FR-73-1135 | D206 |
| 73 | 700 | THOIRY (Carr haut) | D21 | à G | 6,3 | 38,9 | | |
| 73 | 677 | point bas | | | 0,5 | 39,4 | | |
| 73 | 730 | PUYGROS | D21E | | 1,4 | 40,8 | | |
| 73 | 772 | Carr | D21E | à G | 7,0 | 47,8 | | |
| 73 | 813 | point haut | | | 2,3 | 50,1 | | |
| 73 | 761 | Carr | D11 | à D | 1,4 | 51,5 | | |
| 73 | 763 | Carr Nécuidet | CV | à G | 0,1 | 51,6 | | |
| 73 | 896 | point haut | | | 3,2 | 54,8 | | vue lac |
| 73 | 876 | LA THUILE | D11E | à G | 0,7 | 55,5 | | Lac de la Thuile possibilité pique- nique agréable |
| 73 | 823 | Carr | D11 | à D | 0,6 | 56,1 | | |
| 73 | 958 | Col de MAROCAZ | | | 2,6 | 58,7 | FR-73-0958a | D11 |
| 73 | 357 | CRUET (St-Laurent) | D201 | à G | 7,2 | 65,9 | | Route des vins |
| 73 | 293 | ST-JEAN de la PORTE | | | 4,3 | 70,2 | | |
| 73 | 328 | ALBIGNY | D201g | td | 1,8 | 72,0 | | |
| 73 | 353 | Carr bas St-PIERRE | D911 | à G | 0,7 | 72,7 | | |
| 73 | 405 | ST-PIERRE d' ALBIGNY | D911 | àD/G | 0,8 | 73,5 | | |
| 73 | 950 | Col du FRENE | | | 8,0 | 81,5 | FR-73-0950 | D911 |
| 73 | 730 | ECOLE | D911 | | 8,6 | 90,1 | | |
| 73 | 671 | pont Escorchevel | D911 | à D | 3,5 | 93,6 | | |
| 73 | 760 | LE CHATELARD | | | 1,3 | 94,9 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D912 | à G | 5,2 | 100,1 | | |
| 73 | 611 | Carr | CV | à G | 0,3 | 100,4 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 1,5 | 101,9 | | |
| MAX | 1187 | | | | | | | |
| mini | 293 | | | | | | | |

Idem R7 b et R7c avec l'aller retour aux cols de Pré Vernet et Contrebandiers +24 km +600m den.
Le Semnoz et tour du lac d'Annecy dimanche 29 juillet ou 5 août 5 ou 6 cols

Carte Michelin locale 333 ou 328

Après avoir longé le lac d'Annecy par la piste cyclable et passé la plage d'Albigny, arriver au rond point (Hotel Bel Abri)

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|----------|-------------------------------|------|------|-----|-------|-------------------|----------------------------------|
| 74 | 446 | Rd point hôtel Bel Abri | D129 | à G | | | | Rue de Verdun puis Cptne Baud |
| 74 | 460 | Feux | CV | à D | 1,3 | 1,25 | | Rue haies vives |
| 74 | 480 | Rond point | CV | à D | 0,3 | 1,55 | | Rue de la Pesse |
| 74 | 515 | Rond point (Haut montée) | CV | à D | 0,6 | 2,15 | | Ch Bellevue |
| 74 | 560 | Entrée Virage | CV | à D | 0,8 | 2,95 | | Sans issue Voiture |
| 74 | 570 | Route | CV | à D | 0,3 | 3,25 | | Rte de Thônes |
| 74 | 575 | Croisement | CV | à D | 0,2 | 3,4 | | Rue Grand Essert |
| 74 | 610 | Croisement | RF | à D | 0,4 | 3,75 | | Relais TV |
| 74 | 720 | Croisement | RF | à D | 1,5 | 5,25 | | |
| 74 | 810 | Croisement | RF | à D | 1,5 | 6,75 | | Dir Pré Vernet |
| 74 | 917 | Col de Pré Vernet | RF | DT | 1,5 | 8,25 | FR-74-0917 | |
| 74 | 810 | Croisement | RF | à D | 1,5 | 9,75 | | Dir Contrebandiers |
| 74 | 1055 | Col des Contrebandiers | RF | DT | 4 | 13,75 | FR-74-1054 | |
| 74 | 810 | Croisement | RF | à D | 4 | 17,75 | | |
| 74 | 570 | Village | CV | à G | 3,4 | 21,15 | | |
| 74 | 570 | Piste vélo puis route | CV | à G | 0,3 | 21,45 | | Ch Bellevue |
| 74 | 515 | Rond point | CV | 4è S | 0,6 | 22,05 | | Rue de la Pesse |
| 74 | 480 | Rond point | CV | à G | 0,3 | 22,35 | | Rue haies vives |
| 74 | 460 | Feux | D129 | à G | 0,3 | 22,65 | | Cptne Baud |
| 74 | 446 | Rd point lac | D909 | à G | 1,3 | 23,95 | | |

R6 : Les Huiles et les Hurtières Dimanche 29/07/ ou 5/08 3 cols 65 km. Dénivellation :1600 m.

R5a : Les Bauges devant Vendredi 3 août 3 ou 4 cols 86 km. Dénivellation :1700 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|-------------|-------------------------------|-------|------|-----|-------------|-------------------|-----------|
| 73 | 281 | St-PIERRE ALBIGNY parc | D911 | à D | | 0,0 | | |
| 73 | 296 | Carr (vers PAU) | CV | à D | 1,2 | 1,2 | | |
| 73 | 354 | Miolanet | D201 | à D | 2,2 | 3,4 | | |
| 73 | 335 | Le Bourget (Carr avant) | D32 | à D | 0,7 | 4,1 | Panneau | Château |
| 73 | 290 | Carr Pont Royal | D1006 | td | 2,6 | 6,7 | | |
| 73 | 291 | Carr Pont Arc | D204 | à D | 0,7 | 7,4 | | |
| 73 | 288 | Bourgneuf | D925 | td | 1,2 | 8,6 | | |
| 73 | 289 | Carr Stat.pompage | D25 | à G | 1,1 | 9,7 | | |
| 73 | 319 | CHAMOUX | D25 | | 1,2 | 10,9 | | |
| 73 | 1059 | CHAMP LAURENT | D25 | | 8,7 | 19,6 | | |
| 73 | 1113 | Col de CHAMP LAURENT | | | 0,9 | 20,5 | FR-73-1113 | D25 |
| 73 | 892 | Carr Pontet | D207 | à G | 3,0 | 23,5 | | |
| 73 | 1188 | Col du Gd CUCHERON | | ret | 3,9 | 27,4 | FR-73-1188 | D207 |
| 73 | 825 | BOURGET en HUILE | D207 | | 7,0 | 34,4 | | |
| 73 | 673 | Le Verneil | D207 | | 5,1 | 39,5 | | |
| 73 | 565 | PRESLE | D207 | | 2,6 | 42,1 | | |
| 73 | 353 | LA ROCHETTE entrée | D202 | à D | 3,7 | 45,8 | | |
| 73 | 329 | Carr | D28 | td | 1,0 | 46,8 | | |
| 73 | 337 | CROIX de LA ROCHETTE | D28 | | 0,6 | 47,4 | | |
| 73 | 307 | VILLARD SALLET | D28 | | 2,8 | 50,2 | | |
| 73 | 306 | Carr | D33 | à G | 0,7 | 50,9 | | |
| 73 | 336 | LA TRINITE | D33 | à G | 0,4 | 51,3 | | |
| 73 | 587 | Col de COCHETTE | | | 3,0 | 54,3 | FR-73-0587 | D33 |
| 73 | 419 | Carr Villard Hery | D202 | à D | 1,9 | 56,2 | | |
| 73 | 420 | ped côte | | | 1,5 | 57,7 | | |
| 73 | 465 | point haut | | | 0,7 | 58,4 | | |
| 73 | 445 | HAUTEVILLE | D202 | td | 0,3 | 58,7 | | |
| 73 | 344 | MALATAVERNE | D202 | td | 2,8 | 61,5 | | |
| 73 | 375 | CHAREAUNEUF | D202 | td | 0,9 | 62,4 | | |
| 73 | 280 | Pont St-PIERRE | D911 | td | 1,9 | 64,3 | | |
| 73 | 281 | St-PIERRE ALBIGNY parc | | | 0,2 | 64,5 | | |
| MAX | 1188 | | | | | | 3 cols | |
| mini | 280 | | | | | | | |

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|-------------|------------------------------|-------|------|-----|-------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr | D912 | à G | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 653 | LESCHERAINES Chef-Lieu | D59 | td | 0,9 | 2,4 | | |
| 73 | 883 | Carr | | à G | 8,8 | 11,2 | | |
| 73 | 898 | AILLON LE JEUNE | D206 | td | 2,2 | 13,4 | | |
| 73 | 1135 | Col des PRES | | | 3,6 | 17,0 | FR-73-1135 | D206 |
| 73 | 700 | THOIRY (Carr haut) | D21 | à G | 6,3 | 23,3 | | |
| 73 | 677 | point bas | | | 0,5 | 23,8 | | |
| 73 | 730 | PUYGROS | D21E | | 1,4 | 25,2 | | |
| 73 | 772 | Carr | D21E | à G | 7,0 | 32,2 | | |
| 73 | 813 | point haut | | | 2,3 | 34,5 | | |
| 73 | 761 | Carr | D11 | à D | 1,4 | 35,9 | | |
| 73 | 763 | Carr Nécuidet | CV | à G | 0,1 | 36,0 | | |
| 73 | 896 | point haut | | | 3,2 | 39,2 | | vue lac |
| 73 | 876 | LA THUILE | D11E | à G | 0,7 | 39,9 | | Lac de la Thuile possibilité pique- nique agréable |
| 73 | 823 | Carr | D11 | à D | 0,6 | 40,5 | | |
| 73 | 958 | Col de MAROCAZ | | | 2,6 | 43,1 | FR-73-0958a | D11 (voir option) |
| 73 | 357 | CRUET (St-Laurent) | D201 | à G | 7,2 | 50,3 | | Route des vins |
| 73 | 293 | ST-JEAN de la PORTE | | | 4,3 | 54,6 | | |
| 73 | 328 | ALBIGNY | D201g | td | 1,8 | 56,4 | | |
| 73 | 353 | Carr bas St-PIERRE | D911 | à G | 0,7 | 57,1 | | |
| 73 | 405 | ST-PIERRE d' ALBIGNY | D911 | àD/G | 0,8 | 57,9 | | |
| 73 | 950 | Col du FRENE | | | 8,0 | 65,9 | FR-73-0950 | D911 |
| 73 | 730 | ECOLE | D911 | | 8,6 | 74,5 | | |
| 73 | 671 | pont Escorchevel | D911 | à D | 3,5 | 78,0 | | |
| 73 | 760 | LE CHATELARD | | | 1,3 | 79,3 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D912 | à G | 5,2 | 84,5 | | |
| 73 | 611 | Carr | CV | à G | 0,3 | 84,8 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 1,5 | 86,3 | | |
| MAX | 1135 | | | | | | | |
| mini | 293 | | | | | | | |
| | 1187 | Col du LINDAR | | | | | FR-73-1187 | à 2.9 km du Col MAROCAZ (poussage R1.2) soit 5.8 km A/R |

R4c Le grand tour du Lac du Bourget Jeudi 2 Août 5 cols 117 km. Dénivellation : 2000 m.

R1a : Circuit du revard Court Lundi 30 juillet : 5 ou 6 cols 67 km. D+ 1300 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

Carte Michelin locale 328 ou 333

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|------------|----------------------------|-------|------|------|-------|--------------------|--------------------------------------------------------|
| 74 | 549 | CUSY | D3 | | | 0,0 | | |
| 74 | 528 | Carr Balevaz | D253 | à G | 0,9 | 0,9 | | |
| 74 | 643 | Col du GOLERON | D53 | td | 2,5 | 3,4 | FR-74-0643 | D253 |
| 74 | 595 | Carr | CV | à G | 1,1 | 4,5 | | |
| 74 | 512 | Carr Lansart | | à G | 1,2 | 5,7 | | |
| 73 | 370 | St-GIROD | D211 | td | 2,7 | 8,4 | | |
| 73 | 353 | ALBENS (SnCF) | D991c | à G | 1,7 | 10,1 | | |
| 73 | 357 | ALBENS (feux) | D991c | td | 0,3 | 10,4 | | |
| 73 | 433 | La CROIX du SABLE | D991b | à D | 3,4 | 13,8 | | |
| 73 | 508 | St-GERMAIN CHAMBOTTE | D991b | à G | 2,1 | 15,9 | | |
| 73 | 650 | Col de la CHAMBOTTE | CV | à G | 2,0 | 17,9 | FR-73-0650b | D991b |
| 73 | 718 | Belvédère CHAMBOTTE | | ret | 0,8 | 18,7 | | B.P.F Point de vue |
| 73 | 650 | Col de la CHAMBOTTE | D991b | à G | 0,8 | 19,5 | | |
| 73 | 243 | CHINDRIEUX (Chaudieu) | D991 | à G | 5,0 | 24,5 | | |
| 73 | 282 | haut côte | | | 2,0 | 26,5 | | |
| 73 | 234 | BRISON | | | 4,5 | 31,0 | | |
| 73 | 266 | St-INNOCENT (sortie) | | à D | 6,6 | 37,6 | | |
| 73 | 235 | AIX les BAINS | | à D | 1,0 | 38,6 | | suivre LAC |
| | | | | | | | | piste ou bande cyclable (selon fréquentation piétonne) |
| 73 | 235 | AIX les BAINS (piscine) | piste | à D | 3,0 | 41,6 | | |
| 73 | 235 | LE VIVIERS (Mottets) | | à D | 4,9 | 46,5 | | |
| 73 | 234 | LE BOURGET LAC (plage) | D14 | à D | 3,3 | 49,8 | | |
| 73 | 234 | piéd côte | | | 1,5 | 51,3 | | |
| 73 | 311 | BOURDEAU | D14a | à G | 1,6 | 52,9 | | |
| 73 | 347 | Carr (D1504) | D914 | td | 0,8 | 53,7 | | |
| 73 | 600 | Hameau Le COL | D914a | td | 3,5 | 57,2 | | |
| 73 | 633 | Col du CHAT | | ret | 0,5 | 57,7 | FR-73-0633 | D914a |
| 73 | 600 | Hameau Le COL | D914 | à G | 0,5 | 58,2 | | |
| 73 | 617 | point haut | D914 | | 0,3 | 58,5 | | |
| 73 | 530 | point bas | D914 | | 3,9 | 62,4 | | |
| 73 | 600 | GREMEAU belvédère | D914 | | 2,9 | 65,3 | | Point de vue |
| 73 | 388 | St-PIERRE CURTILLE | D914 | à D | 4,5 | 69,8 | | |
| 73 | 350 | Carr HAUTCOMBE | | à G | 1,7 | 71,5 | | vers B.P.F. à 4km |
| 73 | 233 | CONJUX plage | D914 | | 1,8 | 73,3 | | |
| 73 | 233 | PORTOUT | D914 | à D | 1,1 | 74,4 | | |
| 73 | 243 | CHINDRIEUX (Chaudieu) | D991b | tD | 3,2 | 77,6 | | |
| 73 | 269 | Carr | D56 | à G | 0,3 | 77,9 | | |
| 73 | 314 | CHINDRIEUX (église) | D54 | tD | 1,3 | 79,2 | | |
| 73 | 349 | EXPILLY | D54 | à D | 0,5 | 79,7 | | |
| 73 | 897 | Col du SAPENAY | | | 7,3 | 87,0 | FR-73-0897 | D54 |
| 73 | 912 | début descente | | | 1,8 | 88,8 | | belle vue lac |
| 73 | 797 | Col de CESSENS | D54 | | 1,8 | 90,6 | FR-73-0797 | D54 |
| 73 | 711 | CESSENS | D54 | à G | 1,0 | 91,6 | | |
| 73 | 636 | Carr Fruitière | D58b | à G | 1,3 | 92,9 | | Gorges de la Néphaz |
| 74 | 347 | RUMILLY | D910 | à D | 10,0 | 102,9 | | |
| 74 | 358 | RUMILLY sortie | D910 | à D | 1,3 | 104,2 | | |
| 74 | 360 | Carr | D3 | à G | 0,8 | 105,0 | | |
| 74 | 400 | MARIGNY St-MARCEL | D3 | | 3,7 | 108,7 | | |
| 74 | 450 | Carr N201 | D3 | td | 1,6 | 110,3 | | |
| 74 | 607 | HERY sur ALBY | D3 | | 2,8 | 113,1 | | |
| 74 | 528 | Carr Balevaz | D3 | à G | 3,4 | 116,5 | | |
| 74 | 549 | CUSY | | | 0,9 | 117,4 | | |

ABBAYE d'HAUTCOMBE à 4km du Carr (120m Dén)

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|----------|-------------|------------------------------|--------------------------|------|--------------------|-------------|--------------------|------------------------------------------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr | D912 | à D | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D911 | à G | 0,3 | 1,8 | | |
| 73 | 593 | bas côte | | | 0,9 | 2,7 | | |
| 73 | 614 | Carr La Charnia | D911 | à G | 0,6 | 3,3 | | |
| 74 | 550 | Pont de Bange | D5 | à D | 3,2 | 6,5 | | |
| 74 | 633 | ALLEVES | | | 1,5 | 8,0 | | |
| 74 | 598 | Carr | D31 | à G | 3,3 | 11,3 | | |
| 74 | 531 | Pont de l' Abime | | | 1,0 | 12,3 | | vue impressionnante sur le Chéran |
| 74 | 592 | Carr | D911 | à D | 1,1 | 13,4 | | |
| 74 | 548 | CUSY | | à G | 1,2 | 14,6 | | |
| 74 | 533 | Carr sortie CUSY | D103 | à G | 0,5 | 15,1 | | |
| 73 | 596 | entrée 73 | D211b | | 1,8 | 16,9 | | |
| 73 | 602 | St-OFFENGE DESSOUS | D211a | à G | 1,8 | 18,7 | | |
| 73 | 650 | point haut | | | 1,0 | 19,7 | | |
| 73 | 600 | point bas | | | 1,0 | 20,7 | | |
| 73 | 630 | Le Marterey | CV | à G | 1,2 | 21,9 | | |
| 73 | 760 | La Chapelle | | | 1,6 | 23,5 | | |
| 73 | 884 | Carr Maison Cantonniere | D913 | à G | 2,0 | 25,5 | | |
| 73 | 1062 | Fontaine | | | 2,4 | 27,9 | | eau fraiche |
| 73 | 1184 | Col de la CLUSAZ | D913 | | 1,6 | 29,5 | FR-73-1184a | D913 |
| 73 | 1454 | Carr Revard | | à D | 4,4 | 33,9 | | |
| 73 | 1482 | Carr (après place) | CV | à D | 0,6 | 34,5 | | |
| 73 | 1487 | Golet du TAISSON | | | 0,8 | 35,3 | FR-73-1487 | CV |
| 73 | 1500 | Rond point | | à D | 0,6 | 35,9 | | |
| 73 | 1508 | Golet de la PIERRE | | | 0,3 | 36,2 | FR-73-1508 | CV |
| 73 | 1500 | Rond point | | à D | 0,4 | 36,6 | | |
| 73 | 1530 | LE REVARD | D913a | ret | 0,4 | 37,0 | | B.P.F |
| 73 | 1454 | Carr Revard | D913 | à D | 1,4 | 38,4 | | |
| 73 | 1475 | point haut | | | 0,6 | 39,0 | | Vue splendide sur le Lac du Bourget et le Jura |
| 73 | 1440 | Carr Fermes | piste | à D | 0,7 | 39,7 | | voir variante |
| 73 | 1319 | LA FECLAZ | CV | à D | 3,4 | 43,1 | | vers LE SIRE |
| 73 | 1413 | Passage du CROC | | ret | 2,1 | 45,2 | FR-73-1413 | CV Est |
| 73 | 1319 | LA FECLAZ | D913 | à D | 2,1 | 47,3 | | |
| 73 | 1168 | Carr | D912 | à G | 3,3 | 50,6 | | |
| 73 | 1173 | Col de PLAINPALAIS | | | 4,0 | 54,6 | FR-73-1173 | D912 |
| 73 | 850 | LE NOYER | | | 6,1 | 60,7 | | |
| 73 | 653 | LESCHERAINES | CV | à D | 5,2 | 65,9 | | |
| 73 | 612 | bas côte | | à D | 0,5 | 66,4 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 0,6 | 67,0 | | |
| MAX | 1530 | | | | | | 5 cols | |
| mini | 531 | | | | | | | |
| Variante | | Pas du REBOLLION | à 300m sur R1.2 à Droite | | FR-73-1420b | | | |

R1b : Circuit du Revard Long Lundi 30 juillet 6 ou 7 cols 74 km. D+ 1500 m.

Carte Michelin locale 328 ou 333

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|-------------|----------------------------------|-------|--------------------------|-----|-------------|--------------------|------------------------------------------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr | D912 | à D | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D911 | à G | 0,3 | 1,8 | | |
| 73 | 593 | bas côte | | | 0,9 | 2,7 | | |
| 73 | 614 | Carr La Charnia | D911 | à G | 0,6 | 3,3 | | |
| 74 | 550 | Pont de Bange | D5 | à D | 3,2 | 6,5 | | |
| 74 | 633 | ALLEVES | | | 1,5 | 8,0 | | |
| 74 | 598 | Carr | D31 | à G | 3,3 | 11,3 | | |
| 74 | 531 | Pont de l' Abime | | | 1,0 | 12,3 | | vue impressionnante sur le Chéran |
| 74 | 592 | Carr | D911 | à D | 1,1 | 13,4 | | |
| 74 | 548 | CUSY | D3 | à D | 1,2 | 14,6 | | |
| 74 | 528 | Carr Balevaz | D253 | à G | 0,9 | 15,5 | | |
| 74 | 643 | Col du GOLERON | | td | 2,5 | 18,0 | FR-74-0643 | D253 |
| 74 | 641 | Carr | D63 | à G | 0,3 | 18,3 | | |
| | 510 | Carr D63/D211 | D211 | à G | 3,9 | 22,2 | | |
| | 495 | Carf D211/D911 | | à G | 1,7 | 23,9 | | |
| | 500 | Carr BASSA | D211a | à D | 0,1 | 24,0 | | |
| 73 | 602 | St-OFFENGE DESSOUS | D211a | à D | 1,9 | 25,9 | | |
| 73 | 650 | point haut | | | 1,0 | 26,9 | | |
| 73 | 600 | point bas | | | 1,0 | 27,9 | | |
| 73 | 630 | Le Marterey | CV | à G | 1,2 | 29,1 | | |
| 73 | 760 | La Chapelle | | | 1,6 | 30,7 | | |
| 73 | 884 | Carr Maison Cantonniere | D913 | à G | 2,0 | 32,7 | | |
| 73 | 1062 | Fontaine | | | 2,4 | 35,1 | | eau fraiche |
| 73 | 1184 | Col de la CLUSAZ | D913 | | 1,6 | 36,7 | FR-73-1184a | D913 |
| 73 | 1454 | Carr Revard | D913 | à D | 4,4 | 41,1 | | |
| 73 | 1482 | Carr (après place) | CV | à D | 0,6 | 41,7 | | |
| 73 | 1487 | Golet du TAISSON | | | 0,8 | 42,5 | FR-73-1487 | CV |
| 73 | 1500 | Rond point | | à D | 0,6 | 43,1 | | |
| 73 | 1508 | Golet de la PIERRE | | | 0,3 | 43,4 | FR-73-1508 | CV |
| 73 | 1500 | Rond point | | à D | 0,4 | 43,8 | | |
| 73 | 1530 | LE REVARD | D913a | ret | 0,4 | 44,2 | | B.P.F |
| 73 | 1454 | Carr Revard | D913 | à D | 1,4 | 45,6 | | |
| 73 | 1475 | point haut | | | 0,6 | 46,2 | | Vue splendide sur le Lac du Bourget et le Jura |
| 73 | 1440 | Carr Fermes | piste | à D | 0,7 | 46,9 | | voir variante |
| 73 | 1319 | LA FECLAZ | CV | à D | 3,4 | 50,3 | | vers LE SIRE |
| 73 | 1413 | Passage du CROC | | ret | 2,1 | 52,4 | FR-73-1413 | CV Est |
| 73 | 1319 | LA FECLAZ | D913 | à D | 2,1 | 54,5 | | |
| 73 | 1168 | Carr | D912 | à G | 3,3 | 57,8 | | |
| 73 | 1173 | Col de PLAINPALAIS | | | 4,0 | 61,8 | FR-73-1173 | D912 |
| 73 | 850 | LE NOYER | | | 6,1 | 67,9 | | |
| 73 | 653 | LESCHERAINES | CV | à D | 5,2 | 73,1 | | |
| 73 | 612 | bas côte | | à D | 0,5 | 73,6 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 0,6 | 74,2 | | |
| | | Variante Pas du REBOLLION | | à 300m sur R1.2 à Droite | | | FR-73-1420b | |

R4b Le tour du Lac du Bourget Jeudi 2 Août 4 cols 88 km. Dénivellement : 1500 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|--------|------------|----------------------------|-------|------|-----|-------------|--------------------|---------------------------------------------------------|
| 73 | 288 | GRESY sur AIX | | | | 0,0 | | |
| 73 | 277 | Carr entrée AIX | | à G | 0,8 | 0,8 | | |
| 73 | 235 | AIX les BAINS (piscine) | piste | à D | 5,8 | 6,6 | | piste ou bande cyclable (selon fréquentation piétonne) |
| 73 | 235 | LE VIVIERS (Mottets) | | à D | 4,9 | 11,5 | | |
| 73 | 234 | LE BOURGET LAC (plage) | D14 | à D | 3,3 | 14,8 | | |
| 73 | 234 | pied côte | | | 1,5 | 16,3 | | |
| 73 | 311 | BOURDEAU | D14a | à G | 1,6 | 17,9 | | |
| 73 | 347 | Carr (D1504) | D914 | td | 0,8 | 18,7 | | |
| 73 | 600 | Hameau Le COL | D914a | td | 3,5 | 22,2 | | |
| 73 | 633 | Col du CHAT | | ret | 0,5 | 22,7 | FR-73-0633 | D914a |
| 73 | 600 | Hameau Le COL | D914 | à G | 0,5 | 23,2 | | |
| 73 | 617 | point haut | D914 | | 0,3 | 23,5 | | |
| 73 | 530 | point bas | D914 | | 3,9 | 27,4 | | |
| 73 | 600 | GREMEAU belvédère | D914 | | 2,9 | 30,3 | | |
| 73 | 388 | St-PIERRE CURTILLE | D914 | à D | 4,5 | 34,8 | | |
| 73 | 350 | Carr HAUTCOMBE | | à G | 1,7 | 36,5 | | vers BPF (voir option) |
| 73 | 233 | CONJUX plage | D914 | | 1,8 | 38,3 | | |
| 73 | 233 | PORTOUT | D914 | à D | 1,1 | 39,4 | | Voir option (+7km plat) |
| 73 | 243 | CHINDRIEUX (Chaudieu) | D991b | | 3,2 | 42,6 | | |
| 73 | 269 | Carr | D56 | à G | 0,3 | 42,9 | | |
| 73 | 314 | CHINDRIEUX (église) | D54 | | 1,3 | 44,2 | | |
| 73 | 349 | EXPILLY | | à D | 0,5 | 44,7 | | |
| 73 | 897 | Col du SAPENAY | | | 7,3 | 52,0 | FR-73-0897 | D54 |
| 73 | 912 | début descente | | | 1,8 | 53,8 | | belle vue lac |
| 73 | 797 | Col de CESSENS | | | 1,8 | 55,6 | FR-73-0797 | D54 |
| 73 | 711 | CESSENS | | à G | 1,0 | 56,6 | | |
| 73 | 636 | Carr Fruitière | D58b | à D | 1,3 | 57,9 | | |
| 73 | 508 | St-GERMAIN CHAMBOTTE | | | 3,3 | 61,2 | | |
| 73 | 650 | Col de la CHAMBOTTE | CV | | 2,0 | 63,2 | FR-73-0650b | D991b |
| 73 | 718 | Belvédère CHAMBOTTE | | | 0,8 | 64,0 | | B.P.F |
| 73 | 650 | Col de la CHAMBOTTE | D991b | | 0,8 | 64,8 | | |
| 73 | 243 | CHINDRIEUX (Chaudieu) | D991 | à G | 5,0 | 69,8 | | |
| 73 | 282 | haut côte | | | 2,0 | 71,8 | | |
| 73 | 234 | BRISON | | | 4,5 | 76,3 | | |
| 73 | 266 | St-INNOCENT (sortie) | D991 | à D | 6,6 | 82,9 | | |
| 73 | 235 | AIX les BAINS | D991 | à G | 1,0 | 83,9 | | |
| 73 | 235 | AIX les BAINS Après pont | | à G | 0,5 | 84,4 | | |
| 73 | 235 | AIX les BAINS N201 | N201 | à G | 1,0 | 85,4 | | |
| 73 | 288 | GRESY sur AIX | | | 2,1 | 87,5 | | |
| Option | 233 | PORTOUT | D 18 | à G | | | | longer le canal de Savières |
| | 233 | CHANAZ | | | 3,5 | 3,5 | | Joli village le long du canal. Moulin à huile |
| | 234 | Retour au pont | D921 | à G | 0,5 | 4,0 | | |
| | 233 | Vers camping | CV | à G | 0,2 | 4,2 | | |
| | 233 | CV à droite | CV | | 0,2 | 4,4 | | |
| | 233 | VIONS | CV | à G | 2,0 | 6,4 | | Passer sous la voie ferrée |
| | 237 | Inters CV/D 921 | D 921 | à D | 1,5 | 7,9 | | Étang Bleu |
| | 240 | Inters D 921/D57 | D 57 | à G | 0,7 | 8,6 | | passage au milieu de la plus grande peupleraie d'Europe |
| | 246 | D 57/D 991 (Praz) | D991 | à D | 2,4 | 11,0 | | |
| | 278 | D 991/D54 (Vars) | D 54 | à G | 1,0 | 12,0 | | |
| | 349 | EXPILLY | | | 0,8 | 12,8 | | Reprendre parcours normal |

MAX 912
mini 233

ABBAYE d'HAUTCOMBE à 4km du Carr (120m Dén)

R4a Le petit tour du Lac du Bourget Jeudi 2 Août 1 col 60 km. Dénivellation : 620 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|--------|------------|--------------------------|-------------|------|-----|-------------|-------------------|---------------------------------------------------------|
| 73 | 288 | GRESY sur AIX | | | | 0,0 | | |
| 73 | 277 | Carr entrée AIX | N201 | à G | 0,8 | 0,8 | | |
| 73 | 235 | AIX les BAINS (piscine) | piste | à D | 5,8 | 6,6 | | piste ou bande cyclable (selon fréquentation piétonne) |
| 73 | 235 | LE VIVIERS (Mottets) | | à D | 4,9 | 11,5 | | |
| 73 | 234 | LE BOURGET LAC (plage) | D14 | à D | 3,3 | 14,8 | | |
| 73 | 234 | piéd côte | | | 1,5 | 16,3 | | |
| 73 | 311 | BOURDEAU | D13 D14a | à G | 1,6 | 17,9 | | |
| 73 | 347 | Carr (D1504) | D914 | td | 0,8 | 18,7 | | |
| 73 | 600 | Hameau Le COL | D914a | td | 3,5 | 22,2 | | |
| 73 | 633 | Col du CHAT | | ret | 0,5 | 22,7 | FR-73-0633 | D914a |
| 73 | 600 | Hameau Le COL | D914 | à G | 0,5 | 23,2 | | |
| 73 | 617 | point haut | D914 | | 0,3 | 23,5 | | |
| 73 | 530 | point bas | D914 | | 3,9 | 27,4 | | |
| 73 | 600 | GREMEAU belvédère | D914 | | 2,9 | 30,3 | | |
| 73 | 388 | St-PIERRE CURTILLE | D914 | à D | 4,5 | 34,8 | | |
| 73 | 350 | Carr HAUTECOMBE | | à G | 1,7 | 36,5 | | vers BPF (voir option) |
| 73 | 233 | CONJUX plage | D914 | | 1,8 | 38,3 | | |
| 73 | 233 | PORTOUT | D914 | à D | 1,1 | 39,4 | | Voir Option (+ 10 km plat) |
| 73 | 243 | CHINDRIEUX (Chaudieu) | D991 | | 3,2 | 42,6 | | |
| 73 | 282 | haut côte | | | 2,0 | 44,6 | | |
| 73 | 234 | BRISON | | | 4,5 | 49,1 | | |
| 73 | 266 | St-INNOCENT (sortie) | D991 | à D | 6,6 | 55,7 | | |
| 73 | 235 | AIX les BAINS | D991 | à G | 1,0 | 56,7 | | |
| 73 | 235 | AIX les BAINS Après pont | | à G | 0,5 | 57,2 | | Ch Marmillons |
| 73 | 235 | AIX les BAINS N201 | N201 | à G | 1,0 | 58,2 | | |
| 73 | 288 | GRESY sur AIX | | | 2,1 | 60,3 | | |
| Option | 233 | PORTOUT | D 18 | à G | | | | longer le canal de Savières |
| | 233 | CHANAZ | | | 3,5 | 3,5 | | Joli village le long du canal. Moulin à huile |
| | 234 | Retour au pont | D921 | à G | 0,5 | 4,0 | | |
| | 233 | Vers camping | CV | à G | 0,2 | 4,2 | | |
| | 233 | CV à droite | CV | | 0,2 | 4,4 | | |
| | 233 | VIONS | CV | à G | 2,0 | 6,4 | | Passer sous la voie ferrée |
| | 237 | Inters CV/D 921 | D 921 | à D | 1,5 | 7,9 | | Etang Bleu |
| | 240 | Inters D 921/D57 | D 57 | à G | 0,7 | 8,6 | | passage au milieu de la plus grande peupleraie d'Europe |
| | 246 | D 57/D 991 (Praz) | D991 | à D | 2,4 | 11,0 | | |
| | | CHINDRIEUX (Chaudieu) | | | 2,2 | 13,2 | | reprandre parcours normal |

MAX 633
mini 233

ABBAYE d'HAUTECOMBE à 4km du Carr (120m Dén)

R2 La Petite Chartreuse Mardi 31 juillet 7 ou 8 cols 70 km. Dénivellation :1500 m.

R2V avec Col du Mollard
Carte Michelin locale 333 ou 328

Départ : parking de covoiturage des Barillettes, Faire le tour du 2 ième rond-point en arrivant à St Alban Leysse (derrière le stade)

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|-----------|-------------|---------------------------------|-------|------|-----|-------------|--------------------|-------------------------------------|
| 73 | 307 | ST-ALBAN LEYSSE | | | | 0,0 | | Barillettes |
| 73 | 307 | Carr | D9 | à G | 0,3 | 0,3 | | |
| 73 | 311 | Carr Chesses | CV | à D | 1,4 | 1,7 | | |
| 73 | 334 | Carr haut Bassens | D8 | à D | 0,8 | 2,5 | | |
| 73 | 346 | Carr | CV | à G | 0,2 | 2,7 | | |
| 73 | 409 | Col de St-SATURNIN | | | 0,9 | 3,6 | FR-73-0409 | CV/CV |
| 73 | 342 | Croix Rouge Dessous | D211 | à G | 1,7 | 5,3 | | |
| 73 | 355 | Carr Côte Rousse | D991 | à G | 1,2 | 6,5 | | |
| 73 | 273 | CHAMBERY éléphants | | | 2,5 | 9,0 | | Fontaine des 4 sans culs |
| 73 | 273 | CHAMBERY château | | | 0,4 | 9,4 | | Château des ducs de Savoie |
| 73 | 285 | Carr Biollay | D7 | à G | 1,0 | 10,4 | | |
| 73 | 367 | Carr St-Cassin | D6 | à G | 1,8 | 12,2 | | Côte des championnats du monde 1989 |
| 73 | 554 | MONTAGNOLE | | | 2,8 | 15,0 | | |
| 73 | 573 | Carr | D912 | à D | 1,2 | 16,2 | | |
| 73 | 822 | PAS de la FOSSE (Tunnel) | | à D | 4,5 | 20,7 | FR-73-0822 | D912 |
| 73 | 1134 | Col du GRANIER | | | 5,5 | 26,2 | FR-73-1134 | D912/D285a |
| 73 | 844 | ENTREMONT Epernay | D7 | à D | 4,5 | 30,7 | | |
| 73 | 1122 | LE DESERT | | | 4,0 | 34,7 | | |
| 73 | 1173 | Carr Foyer Fond | D45 | à G | 0,6 | 35,3 | | voir option R2V |
| 73 | 1213 | point haut | | | 0,5 | 35,8 | | |
| 73 | 1169 | Col de la CLUSE | CV | à G | 1,0 | 36,8 | FR-73-1169 | D45 |
| 73 | 1215 | Col du CUCHERON | | ret | 0,8 | 37,6 | FR-73-1215 | R (très cyclable) |
| 73 | 1169 | Col de la CLUSE | D45 | à G | 0,8 | 38,4 | | |
| 73 | 858 | CORBEL | | | 4,9 | 43,3 | | |
| 73 | 860 | bas côte | | | 1,5 | 44,8 | | |
| 73 | 958 | Col des EGAUX | | | 1,4 | 46,2 | FR-73-0958a | D45 |
| 73 | 624 | Col de COUX | D1006 | à D | 5,0 | 51,2 | FR-73-0624 | D1006 |
| 73 | 502 | St-THIBAUB COUZ | D1006 | | 4,3 | 55,5 | | |
| 73 | 300 | COGNIN entrée | | | 7,0 | 62,5 | | |
| 73 | 288 | CHAMBERY entrée | | | 1,5 | 64,0 | | |
| 73 | 280 | CHY Lycee Monge | | | 3,0 | 67,0 | | |
| 73 | 307 | ST-ALBAN LEYSSE | | | 3,0 | 70,0 | | |

MAX 1215
mini 273

Option R2V **Col du MOLLARD** à 2.2 km (fin R1.2) **FR-73-1320b**

R3a La route des vins et du fromage Mercredi 1^{er} Août 4 cols 102 km. Dénivellation : 1700 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|----------|--------------------------|-------|------|-----|-------|--------------|-------------------------------------------------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr | D912 | à D | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D911 | à D | 0,3 | 1,8 | | |
| 73 | 760 | LE CHATELARD | D911 | | 5,2 | 7,0 | | |
| 73 | 671 | pont Escorchevel | D911 | à G | 1,3 | 8,3 | | |
| 73 | 730 | ECOLE | D911 | | 3,5 | 11,8 | | |
| 73 | 950 | Col du FRENE | D911 | | 8,6 | 20,4 | FR-73-0950 | D911 |
| 73 | 410 | ST-PIERRE d' ALBIGNY | D201 | à G | 8,0 | 28,4 | | Route des vins |
| 73 | 300 | FRETERIVE | D201 | | 4,8 | 33,2 | | |
| 73 | 361 | GRESY sur ISERE | D201 | | 3,9 | 37,1 | | |
| 73 | 430 | point haut | D201 | | 1,1 | 38,2 | | |
| 73 | 332 | FRONTENEX | D201c | à G | 5,0 | 43,2 | | |
| 73 | 414 | TOURNON | D201c | | 1,7 | 44,9 | | |
| 73 | 560 | Carr après VerrensArvey | D201c | àD | 2,6 | 47,5 | | |
| 73 | 907 | Col de TAMIE | D104 | àD | 5,1 | 52,6 | FR-73-0907 | D201 |
| 73 | 955 | Collet de TAMIE | | ret | 1,0 | 53,6 | FR-73-0955 | D104 |
| 73 | 907 | <i>Col de TAMIE</i> | D201c | à D | 1,0 | 54,6 | | Abbaye, Fabrique du fromage le "Tamié" par les moines |
| 74 | 718 | Carr Seythenex | D12 | à D | 5,7 | 60,3 | | |
| 74 | 518 | FAVERGES D12/N508 | N508 | à D | 3,7 | 64,0 | | |
| 74 | 518 | N508/D12 puis piste cycl | D12 | à G | 0,1 | 64,1 | | Suivre Rhône |
| 74 | 518 | Croisement pistes Cycl | Piste | à G | 0,6 | 64,7 | | |
| 74 | 453 | bout du Lac | | | 8,4 | 73,1 | | |
| 74 | 465 | St-JORIOZ entrée | D1508 | à G | 6,7 | 79,8 | | |
| 74 | 468 | St-JORIOZ centre | D10a | à G | 0,7 | 80,5 | | |
| 74 | 496 | Carr | D10 | à G | 1,4 | 81,9 | | |
| 74 | 735 | St-EUSTACHE | | | 4,7 | 86,6 | | |
| 74 | 950 | LA CHAPELLE St-Maurice | | | 3,1 | 89,7 | | |
| 74 | 897 | Col de LESCHAUX | D912 | à G | 2,5 | 92,2 | FR-74-0897 | D912/D10 |
| 73 | 614 | Carr La Charnia | D911 | à G | 6,7 | 98,9 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D912 | à D | 1,5 | 100,4 | | |
| 73 | 611 | Carr | CV | à G | 0,3 | 100,7 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 1,5 | 102,2 | | |

MAX 955
mini 300

R3b La route des vins et du fromage "long" Mercredi 1^{er} Août 5 cols 1202 km. Dénivellation : 2100 m.

Carte Michelin locale 333 ou 328

| Dépt | Altitude | Lieu | Rte | Vers | km | KM | Ref. Chauvot | Remarques |
|------|----------|-------------------------|-------|------|------|-------|--------------|----------------|
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | | 0,0 | | |
| 73 | 611 | Carr | D912 | à D | 1,5 | 1,5 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D911 | à D | 0,3 | 1,8 | | |
| 73 | 760 | LE CHATELARD | D911 | | 5,2 | 7,0 | | |
| 73 | 671 | pont Escorchevel | D911 | à G | 1,3 | 8,3 | | |
| 73 | 730 | ECOLE | D911 | | 3,5 | 11,8 | | |
| 73 | 950 | Col du FRENE | D911 | | 8,6 | 20,4 | FR-73-0950 | D911 |
| 73 | 410 | ST-PIERRE d' ALBIGNY | D201 | à G | 8,0 | 28,4 | | Route des vins |
| 73 | 300 | FRETERIVE | D201 | | 4,8 | 33,2 | | |
| 73 | 361 | GRESY sur ISERE | D201 | | 3,9 | 37,1 | | |
| 73 | 430 | point haut | D201 | | 1,1 | 38,2 | | |
| 73 | 332 | FRONTENEX | D201c | à G | 5,0 | 43,2 | | |
| 73 | 414 | TOURNON | D201c | | 1,7 | 44,9 | | |
| 73 | 560 | Carr après VerrensArvey | D201c | àD | 2,6 | 47,5 | | |
| 73 | 907 | Col de TAMIE | D104 | àD | 5,1 | 52,6 | FR-73-0907 | D201 |
| 73 | 955 | Collet de TAMIE | | ret | 1,0 | 53,6 | FR-73-0955 | D104 |
| 73 | 569 | Carr Mercury | D104 | à G | 5,3 | 58,9 | | |
| 73 | 480 | Carr Le Chêne | D104 | à G | 2,0 | 60,9 | | |
| 73 | 568 | CHEVRONNET | D63 | à G | 1,5 | 62,4 | | |
| 73 | 710 | ALLONDAZ | D63a | àD | 2,8 | 65,2 | | |
| 73 | 707 | Col VORGER | D63a | | 0,4 | 65,6 | FR-73-0707 | D63a |
| 73 | 523 | THENESOL | | | 2,4 | 68,0 | | |
| 73 | 370 | Carr | piste | à G | 2,1 | 70,1 | | |
| 73 | 410 | UGINE | piste | | 4,0 | 74,1 | | |
| 74 | 518 | FAVERGES | piste | | 10,5 | 84,6 | | |
| 74 | 453 | bout du Lac | | | 8,4 | 93,0 | | |
| 74 | 465 | St-JORIOZ entrée | D1508 | à G | 6,7 | 99,7 | | |
| 74 | 468 | St-JORIOZ centre | D10a | à G | 0,7 | 100,4 | | |
| 74 | 496 | Carr | D10 | à G | 1,4 | 101,8 | | |
| 74 | 735 | St-EUSTACHE | | | 4,7 | 106,5 | | |
| 74 | 950 | LA CHAPELLE St-Maurice | | | 3,1 | 109,6 | | |
| 74 | 897 | Col de LESCHAUX | D912 | à G | 2,5 | 112,1 | FR-74-0897 | D912/D10 |
| 73 | 614 | Carr La Charnia | D911 | à G | 6,7 | 118,8 | | |
| 73 | 592 | LESCHERAINES Le Pont | D912 | à D | 1,5 | 120,3 | | |
| 73 | 611 | Carr | CV | à G | 0,3 | 120,6 | | |
| 73 | 612 | LESCHERAINES Eau Vive | | | 1,5 | 122,1 | | |

MAX 955
mini 300