Des sentiers ludiques et techniques dans des paysages d'exception, des villages reculés, des descentes et des passages de cols avec les glaciers de la Meije en toile de fond, tous les ingrédients sont réunis pour faire de votre séjour une belle découverte sportive.

Au fil de la Romanche

puis remontée via le camping Gravelotte

POINTS D'INTÉRÊTS

Un circuit facile, pour découvrir l'activité Descente vers le hameau des Fréaux, au ou pour se dégourdir les jambes, en fil de la Romanche par la rive aguche.

Période praticable : Avril à Novembre N° des cartes IGN TOP 25 :

Descente vers le hameau des Fréaux et remontée au fil de la Romanche.

et la passerelle vers l'Arboretum.



peu de temps!

Meije Pelvoux 3436ET

L'Envers de la Grave Ludiaue

BORÉTUM - LA GRAVE Distance: 15 km - Temps: 2h relé positif : 430 m - Altitude max. : 1480 m - Altitude mini. : 1250 m

Départ: ARBORÉTUM - LA GRAVE - Distance: 6 km - Temps: 1h

sitif: 150 m - Altitude max:: 1456 m - Altitude mini:: 1370 m

l'Arboretum et le campina, descendre le un torrent si possible, environ 1 km chemin qui rejoint la route de l'envers. après faire demi-tour, au niveau des Au carrefour passer le long de la gros blocs qui barre la piste, retour Romanche et remonter le long du torrent jusqu'aux Fréaux. da La Maiia

Suivre à nouveau la route, après le la nationale, le chemin en face rejoint champ à droite descendre vers le Bike plus loin la nationale que l'on traverse Parc, que l'on traverse le long de la pour revenir par le camping et la rive rive aguche de la Romanche, après droite de la Romanche. avoir traversé les bois, juste avant de pour un aller retour le long de la de l'envers vers l'arboretum Romanche, sur piste et dans les bois à

Période praticable : Mai à Novembre N° des cartes IGN TOP 25 : Meije Pelvoux 3436ET

Au départ de la Grave, traverser Après la station d'épuration, on traverse

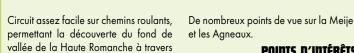
Traverser le pont puis remonter vers

rejoindre la route, prendre à droite un Une fois au pont sous le téléphérique. joli sentier caché, on rejoint les Fréaux le traverser et remonter à gauche la route

POINTS D'INTÉRÊTS

Roulant et peu technique. Le long de la Romanche, un circuit ludique





permettant la découverte du fond de et les Agneaux. vallée de la Haute Romanche à travers les hameaux d'Arsine, du pied du Col, des Cours et le village de Villar

Période praticable : Avril à Novembre N° des cartes IGN TOP 25 : Meije Pelvoux 3436ET

POINTS D'INTÉRÊTS

Découverte du fond de vallée de la Haute Romanche, à travers les neaux d'Arsine, du Pied du Cal, des Cours et le village de Villar d'Arène. Danger: Sentier déversant au retour de la Gravière art: VILLAR D'ARÈNE - Distance: 13 km - Temps: 2h30 ivelé positif : 650 m - Altitude max. : 2063 m - Altitude mini. : 1522 m

Ce parcours ravira les vététistes aguerris la magnifique descente vers Valfroide, avec de beaux sentiers assez techniques. avant de bifurquer sur un sentier technique jusqu'au Puy Goléfre. Au départ de Villar d'Arène, le circuit

Rejoindre la RD 1091, et la suivre vers ejoint le hameau du Pied du Col, puis celui des Cours, avant de monter vers la Grave, pour rejoindre l'Arboretum, et le sommet de l'Aiguillon où guelaues remonter le long de la Romanche rive minutes de poussage seront de mise sur 💢 gauche vers Villar d'Arène, aux abords 🔝 du Parc National des Ecrins par un sentier technique.

Période praticable: Mai à Novembre - N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET

es derniers mètres.

Exceptionnel, le panorama sur la Meije

et les Agneaux, ferait presque oublier

: VILLAR D'ARÈNE - Distance : 11 km - Temps : 2h nivelé positif : 480 m - Altitude max. : 2065 m - Altitude mini. : 1644 m

aux Cours, prendre derrière la fontaine, traverse, pour descendre par le sentier le chemin qui rejoint la bifurcation du en épingle vers Villar d'Arène. lac du Pontet au parkina, monter par la piste de gauche à l'Aiguillon, que l'on (Evitez ce dernier sentier, au mois de finit en poussage.

Superbe vue sur le glacier du Tabuchet. Direction le lac du Pontet par le sentier

Au départ de Villar d'Arène, traverser le en balcon, après le lac du Pontet village direction le Pied du Col, remonter redescendre vers le parking que l'on

mai juin, quand les Patous gardent les

Période praticable : Avril à Novembre - N° des cartes IGN TOP 25 : Meije Pelvoux 3436ET

L'Aiouillon Lac du Pontet VILLAR D'ARÈNE - Distance : 20 km - Temps : 3h30

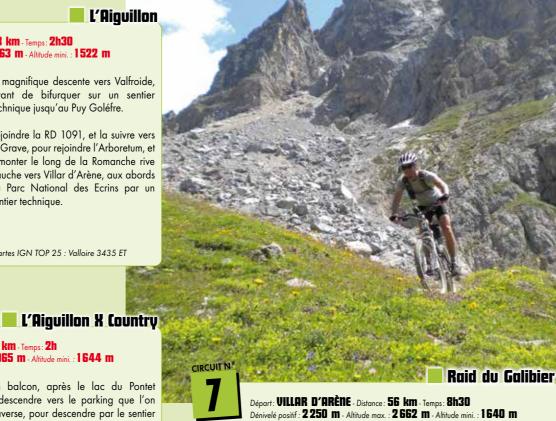
Le petit dernier des circuits tracés, avec rejoindre le Lac du Pontet et de traverser de la piste, du single, et de magnifiques sur les Grands Plats jusqu'au Col du panoramas, sur le glacier du Tabuchet, Lautaret. et les Agneaux.

du Col et les Cours vers L'Aiguillon, une le Pied du Col. superbe traversée en balcon permet de

Depuis le parking du Col on redescend Depuis Villar d'Arène monter via le Pied vers Villar d'Arène après avoir traversé

Période praticable : Avril à Novembre - N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET





de la Meije, sur des sentiers en altitude. vous croiserez certainement un ou deux névés même au mois d'août...

sur singles magnifiques et difficiles... l'équipement nécessaire.

Au départ de Villar d'Arène traverser monter au Lautaret. Au col du Lautaret traverser la nationale pour descendre sur le GR, après la passerelle croisement Nailleau, prendre le sentier de gauche direction la piste du Galibier

Au col du Galibier, descendre par la route et prendre le vallon de Mortavielle,

Période praticable : Juin à Octobre N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET

Il s'agit d'un parcours marathon en puis rejoindre la route de Plan Lachat montagne, et une boucle de l'Ultra raid et remonter vers la piste des Rochilles.

Au lac des Rochilles monter au col des Cerces, puis descendre vers le lac des Cerces, pour prendre la direction du Les montées sont longues, et les descentes col de la Ponsonniére. Descendre sur l'Alpe du Lauzet et le Pont de L'Alpe Le kilométrage et temps de parcours pour revenir vers le Col du Lautaret, et sont conséquent. Partir tôt le matin, avec redescendre vers Villar d'Aréne via le Pied du Col.

Possibilité de faire une navette au col le village direction le Pied du Col, puis du Galibier pour réduire de 16km et 1200m positif le circuit

Avant les Rochilles demi-tour.

Itinéraire non Balisé, Trace Gps ou Road Book disponible à l'office du tourisme.

POINTS DE VUE

Massif de la Meije, du Combeyno Galibier, et aussi un peu de la Savoie...

Le Grand Tour du Canton

épart: LA GRAVE / VILLAR D'ARÈNE / CHAZELET - Distance : 30 km - Temps : 3h30 énivelé positif : 980 m - Altitude max. : 2380 m - Altitude mini. : 1350 m

Un véritable tour, en balcon, qui vous Prendre le sentier en balcon aui reioint permet de découvrir l'ensemble des l'Aiguillon, et descendre vers Valfroide, villages, la Meije et les glaciers sous les Hières et Ventelon. tous les anales.

des Vernois qui longe la Romanche.

Traverser Villar d'Arène, direction le Pied du Col, un détour par le Pas de l'Âne et le fond de la Gravière. De retour au Pied du Col monter vers les Cours, le lac du Pontet

N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET. Meije Pelvoux 3436 ET

Période praticable : Juin à Novembre

Depuis Ventelon monter à droite au Au départ, de la Grave, (ou de Villar Clos, traverser à gauche en balcon, sur d'Arène, le Chazelet), prendre la la piste de l'oratoire, monter à droite direction de Villar d'Arène, par le sentier sous le télésiège du Signal, couper vers le téléski des Plagnes, et revenir vers le

> Redescendre par le GR qui traverse les Terrasses et la Grave Le départ peut se faire des 3 points

snack et le Chazelet

de départ.

Période praticable : Juin à Novembre N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET. et le Bourg d'Oisans, L'Alpe d'Huez 3335 ET

reioindre le col St-Georges.

aui descend.

Traverser les villages des Rivets et -nique. Superbe vue sur la Meije et ses rejoindre le point de retour, au niveau de la Yourte.

le vallon de la Buffe par la piste.

La Buffe Aller / Retour

Prudence, piétons et engins agricoles Retour par le même chemin. sur la piste.

hameaux des Rivets, et des pâturages

de nombreuses possibilités de pique

le lona du Gâ. Rando familiale, avec

Période praticable : Mai à Novembre - N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET

Départ : LE CHAZELET - Distance : 14 km - Temps : 2h

ivelé positif : 350 m - Altitude max. : 2020 m - Altitude mini. : 1750 m

Piste peu technique, qui traverse les Depuis le village du Chazelet, remonter

Le Vallon de la Buffe

hameaux d'altitude des Rivets.

impraticable au printemps.

AZELET - Distance: 10 km - Temps: 1h30 ivelé positif : **260 m** - Altitude max. : **1982 m** - Altitude mini. : **1773 m**

Circuit sur chemins roulants, avec une vue l'itinéraire traverse les magnifiques imprenable sur la Meiie et ses alaciers! Départ du Chazelet, pour remonter en rive droite du torrent du Gâ, jusqu'aux Attention! Le passage du Gâ peut être Granaes des Combettes.

De là, redescendre sur le torrent et le traverser par la passerelle. Au retour,

Période praticable : Mai à Novembre - N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET

Le Chazelet, Valfroide



Une rando sportive aui traverse les du téléphérique des marchandises du hameaux, avec de jolies sentiers en refuge du Goléon, prendre à gauche balcon de la Meije et des glaciers. le sentier qui redescend, de retour à Une grande prudence est demandée Ventelon, monter au Clots, prendre à lors de la traversée des hameaux. gauche et traverser sur le sentier en

Au départ du Chazelet, prendre la Au parking du fond prendre la piste de vers le snack et revenir au Chazelet. droite qui monte dans le vallon, au pied

au fond du vallon avant la baraque de

Une fois arrivé sur le plateau descendre

le joli sentier, traverser les prairies,

Suivre la piste pendant une centaine de

mètres, puis couper à gauche, sur le GR

Départ: CHAZELET - Distance: 27 km - Temps: 4h30

Dénivelé positif : 1000 m - Altitude max : 2445 m - Altitude mini : 1750 m

Au départ du Chazelet, prendre la Monter en direction du col du Souchet,

direction du vallon de la Buffe, traverser par le sentier. Au col du Souchet,

les villages des Rivets et suivre la piste, prendre à droite, un sentier qui monte

nalcon vers l'oratoire route direction les Terrasses, en coupant Monter sur la piste qui passe sous le les lacets par le GR. Traverser vers les télésiège du Signal, puis couper sous le Hières, et prendre la piste de Valfroide. téléski des Plagnes, pour redescendre

Le Tour d'Emparis par les lacs

superbes panoramas Période praticable : Mai à Novembre - N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET

Après avoir organisé le retour de Besse.

faire le tour du lac Noir, et revient vers la Buffe, prendre à gauche, un sentier le lac Lérié. raide, qui nécessite, poussage et Descente rapide par le GR et très joli

alternance de roulage pendant presque vers le sommet du téléski du plateau d'Emparis. La descente suivante et plus technique, et rejoint le Village du Chazelet par une dernière petite côte.

Une magnifique boucle, qui perme

de rouler sur le plateau avec sa flore sa faune et une descente sur le Chazelet single magnifique. Le passage aux lacs, ucolique et offre une vue extraordinai sur la Meiie et ses Glaciers udence, randonneurs sur les chemins





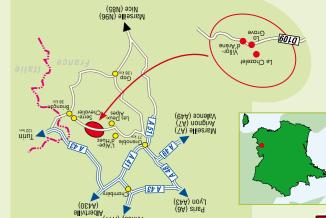


5coot Réf Center la Grave - Tél.: 04 76 79 11 70 10ge Sport Villar d'Arène - Tél.: 04 76 79 95 04 THE HOUSE THE IZ NE E/ 9/ 40 : IBI - SADING SAD NDAJNA

6:01e VTT de la Grave - Tél.: 07 85 39 85 40 EUCHDREMENT VII

20 06 6/ 9/ to : 191 la Meije Villar d'Arène RD 1091 - 05320 La Grave Office du tourisme de la Grave, POINT D'INFORMATION

23UDITARY 2NOITAMROANI



la Grave = la Meije = Villar a' Arène

Ventelon, prendre à droite dans le Navette jusqu'au Chazelet ou la liaison Espace VTT-FFC village pour rejoindre la plate forme. depuis la Grave

Dénivelé négatif : -950 m - Altitude max. : 2 320 m - Altitude mini. : 1 560 m

belles descentes du massif avec de raide, qui nécessite, poussage et

Période praticable : Mai à Novembre - N° des cartes IGN TOP 25 : Meije Pelvoux 3436 ET



Enduro du Chazelet, Besse CHAZELET - Distance: 18 km - Temps: 3h - Dénivelé positif : 660 m

Enduro du Galibier, Villar d'Arène

passerelle puis remonter en direction du

Col du Lautaret, traverser la route et le

en direction du Pied du Col, balisée

Enduro du Chazelet, la Grave

COL DU GALIBIER - Distance : 15 km - Temps : 1h30 - Dénivelé positif : 200 m

cal du Lautaret

CHAZELET - Distance : 7 km - Temps : 1h30 - Dénivelé positif : 200 m

elé négatif : -600 m - Altitude max. : 2 106 m - Altitude mini. : 1 450 m

Signal. Monter au col des Juges, au Possibilité de croiser des randonneurs.

ivelé négatif : - 1150 m - Altitude max. : 2 640 m - Altitude mini. : 1 640 m

Le col du Galibier offre un point de Au croisement Nailleau traverser la

agrange, et suivre à droite l'ancienne parking pour rejoindre le départ du GR

raverser la départementale 1091, depuis le Lautaret, Puis rejoindre Villar

Période praticable : Juin à Novembre - N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET

prendre le GR en face qui descend d'Arène par la piste.

la piste qui monte sous le télésiège du Grave.

en direction des Clots. Continuer vers Organisation

La descente attaque là, sur le sentier

départ remarquable. Possibilité de

Au départ du Col du Galibier,

descendre vers le monument Léo

croiser des randonneurs.

sommet des Plagnes.

piste du Galibier non balisée.

Une belle traversée du plateau qui au fond du vallon avant la baraque de permet de rejoindre l'une des plus la Buffe, prendre à gauche, un sentier

Possibilité de remonter la piste en VTT et rentrer par l'itinéraire n° 12 du plateau d'Emparis. Prudence piétons.

Au départ du Chazelet, prendre la direction du vallon de la Buffe, traverser Prendre le sentier de droite GR, qu les villages des Rivets, et suivre la piste, descend sur Besse.

Une fois arrivé sur le plateau descendre le joli sentier, traverser les prairies, reioindre le col Saint-Georges.

alternance de roulage pendant presque

Période praticable : Juin à Novembre

N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET, et Bourg d'Oisans l'Alpe d'Huez 3335 ET



Au départ du Chazelet, prendre la Deux lacets de route plus bas, prendre direction de l'oratoire par la route et le sentier de l'escalier qui rejoint la ralentir lors du passage dans les hameaux, et notamment dans les Clots. Espace VTT-FFC ■ la Meije

Villar d'Arène

GUIDE

