

Le site la Grave, la Meije, Villar d'Arène, offre 15 parcours variés de montagne.

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.

Un camp de base idéal pour le VTT de montagne.



Circuit N° 1

Départ: **ARBORÉTUM - LA GRAVE** - Distance: 6 km - Temps: 1h - Dénivelé positif: 150 m - Altitude max.: 1456 m - Altitude mini.: 1370 m

Un circuit facile, pour découvrir l'activité ou pour se dégorger les jambes, en peu de temps!

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

Circuit N° 2

Départ: **ARBORÉTUM - LA GRAVE** - Distance: 15 km - Temps: 2h - Dénivelé positif: 430 m - Altitude max.: 1480 m - Altitude mini.: 1250 m

Au départ de la Grave, traverser l'Arboretum et le camping, descendre le chemin qui rejoint la route de l'envers. Au carrefour passer le long de la Romanche et remonter le long du torrent de La Meije.

Suivre à nouveau la route, après le champ à droite descendre vers le Bike Parc, que l'on traverse le long de la rive gauche de la Romanche, après avoir traversé les bois, juste avant de rejoindre la route, prendre à droite un joli sentier caché, on rejoint les Fréaux pour un aller retour le long de la Romanche, sur piste et dans les bois à droite.

POINTS D'INTÉRÊTS

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

Circuit N° 3

Départ: **VILLAR D'ARÈNE** - Distance: 10 km - Temps: 2h - Dénivelé positif: 290 m - Altitude max.: 1830 m - Altitude mini.: 1644 m

Circuit assez facile sur chemins roulants, permettant la découverte du fond de vallée de la Haute Romanche à travers les hameaux d'Arsine, du pied du Col, des Cours et le village de Villar d'Arène.

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

Circuit N° 4

Départ: **VILLAR D'ARÈNE** - Distance: 13 km - Temps: 2h30 - Dénivelé positif: 650 m - Altitude max.: 2063 m - Altitude mini.: 1522 m

Ce parcours ravira les vététistes aguerris avec de beaux sentiers assez techniques.

Au départ de Villar d'Arène, le circuit rejoint le hameau du Pied du Col, puis celui des Cours, avant de monter vers le sommet de l'Aiguillon où quelques minutes de poussage seront de mise sur les derniers mètres.

Exceptionnel, le panorama sur la Meije et les Agneaux, ferait presque oublier

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

Circuit N° 5

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

Au départ de Villar d'Arène, traverser le village direction le Pied du Col, remonter aux Cours, prendre derrière la fontaine, le chemin qui rejoint la bifurcation du lac du Pontet au parking, monter par la piste de gauche à l'Aiguillon, que l'on finit en poussage.

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

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

Circuit N° 6

Départ: **VILLAR D'ARÈNE** - Distance: 20 km - Temps: 3h30 - Dénivelé positif: 820 m - Altitude max.: 2150 m - Altitude mini.: 1644 m

Le petit dernier des circuits tracés, avec de la piste, du single, et de magnifiques panoramas, sur le glacier du Tabuchet, et les Agneaux.

Depuis Villar d'Arène monter via le Pied du Col et les Cours vers L'Aiguillon, une superbe traversée en balcon permet de

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



Circuit N° 7

Départ: **VILLAR D'ARÈNE** - Distance: 56 km - Temps: 8h30 - Dénivelé positif: 2250 m - Altitude max.: 2662 m - Altitude mini.: 1640 m

Il s'agit d'un parcours marathon en montagne, et une boucle de l'Ultra raid de la Meije, sur des sentiers en altitude, vous croiserez certainement un ou deux névés même au mois d'août...

Les montées sont longues, et les descentes sur singles magnifiques et difficiles... Le kilométrage et temps de parcours sont conséquent. Partir tôt le matin, avec l'équipement nécessaire.

Au départ de Villar d'Arène traverser le village direction le Pied du Col, puis 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.

POINTS DE VUE

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

Circuit N° 8

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

Un véritable tour, en balcon, qui vous permet de découvrir l'ensemble des villages, la Meije et les glaciers sous tous les angles.

Au départ, de la Grave, (ou de Villar d'Arène, le Chazelet), prendre la direction de Villar d'Arène, par le sentier 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.

Période praticable : Juin à Novembre
N° des cartes IGN TOP 25 : Valloire 3435 ET, Meije Pelvoux 3436 ET

Circuit N° 9

Départ: **LE CHAZELET** - Distance: 14 km - Temps: 2h - Dénivelé positif: 350 m - Altitude max.: 2020 m - Altitude mini.: 1750 m

Piste peu technique, qui traverse les hameaux des Rivets, et des pâturages le long du Gâ. Rando familiale, avec de nombreuses possibilités de pique-nique. Superbe vue sur la Meije et ses glaciers.

Prudence, piétons et engins agricoles sur la piste.

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

Circuit N° 10

Départ: **CHAZELET** - Distance: 10 km - Temps: 1h30 - Dénivelé positif: 260 m - Altitude max.: 1982 m - Altitude mini.: 1773 m

Circuit sur chemins roulants, avec une vue imprenable sur la Meije et ses glaciers!

Départ du Chazelet, pour remonter en rive droite du torrent du Gâ, jusqu'aux Granges 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

Circuit N° 11

Départ: **CHAZELET** - Distance: 16 km - Temps: 2h30 - Dénivelé positif: 500 m - Altitude max.: 2005 m - Altitude mini.: 1750 m

Une rando sportive qui traverse les hameaux, avec de jolis sentiers en balcon de la Meije et des glaciers. Une grande prudence est demandée lors de la traversée des hameaux.

Au départ du Chazelet, prendre la route direction les Terrasses, en coupant les lacs par le GR. Traverser vers les Hières, et prendre la piste de Valfroide. Au parking du fond prendre la piste de droite qui monte dans le vallon, au pied

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

Circuit N° 12

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 direction du vallon de la Buffe, traverser les villages des Rivets et suivre la piste, au fond du vallon avant la baraque de la Buffe, prendre à gauche, un sentier raide, qui nécessite, poussage et alternance de roulage pendant presque 1 heure.

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

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

Circuit N° 13

Départ: **COL DU GALIBIER** - Distance: 15 km - Temps: 1h30 - Dénivelé positif: 200 m - Dénivelé négatif: -1150 m - Altitude max.: 2640 m - Altitude mini.: 1640 m

Le col du Galibier offre un point de départ remarquable. Possibilité de croiser des randonneurs.

Au croisement Nailleau traverser la passerelle puis remonter en direction du col du Lautaret.

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

Circuit N° 14

Départ: **CHAZELET** - Distance: 7 km - Temps: 1h30 - Dénivelé positif: 200 m - Dénivelé négatif: -600 m - Altitude max.: 2106 m - Altitude mini.: 1450 m

Au départ du Chazelet, prendre la direction de l'oratoire par la route et la piste qui monte sous le téléskiège du Signal. Monter au col des Juges, au sommet des Plagnes.

La descente attaque là, sur le sentier en direction des Clots. Continuer vers Ventelon, prendre à droite dans le village pour rejoindre la plate forme.

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

Circuit N° 15

Départ: **CHAZELET** - Distance: 18 km - Temps: 3h - Dénivelé positif: 660 m - Dénivelé négatif: -950 m - Altitude max.: 2320 m - Altitude mini.: 1560 m

Une belle traversée du plateau qui permet de rejoindre l'une des plus belles descentes du massif avec de superbes panoramas.

Après avoir organisé le retour de Besse. Au départ du Chazelet, prendre la direction du vallon de la Buffe, traverser les villages des Rivets, et suivre la piste,

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



SITES VTT-FFC

Espace VTT-FFC de la Grave - la Meije - Villar d'Arène

Informations Pratiques

POINT D'INFORMATION
Office du tourisme de la Grave, la Meije Villar d'Arène
RD 1091 - 05320 La Grave
Tél.: 04 76 79 90 05

ENLÈVEMENT VTT
of@logrove-lameije.com - www.logrove-lameije.com
Escalier VTT de la Grave - Tél.: 07 85 39 85 40

Bureau des guides - Tél.: 04 76 79 90 21
www.guideglogrove.com

L'LOCATION VTT
Logev Sport Villar d'Arène - Tél.: 04 76 79 95 04
Scout Héli Center la Grave - Tél.: 04 76 79 11 70

Espace VTT-FFC

la Grave - la Meije

Villar d'Arène

GUIDE des itinéraires VTT

Sommet de la Quarlie 2322 m

Espace VTT-FFC la Grave - la Meije Villar d'Arène



ÉVÉNEMENT
ULTRA RAID DE LA MEIJE
Rando Raid Marathon VTT,
50/70/110km,
2500/3000/5500m d+,
SEPTEMBRE
www.ultrairaidlameije.fr

N°	Nom	Départ	Distance	Dénivelé positif	Dénivelé négatif
LES CIRCUITS VTT					
1	Au Fil de la Romanche	La Grave, L'Arboretum	6 km	+150 m	-150 m
2	L'envers de la Grave Ludique	La Grave, L'Arboretum	15 km	+430 m	-430 m
3	Les Hameaux de Villar d'Arène	Villar d'Arène, Place de l'Église	10 km	+290 m	-290 m
4	L'Aiguillon	Villar d'Arène, Place de l'Église	13 km	+650 m	-650 m
5	L'Aiguillon X Country	Villar d'Arène, Place de l'Église	11 km	+480 m	-480 m
7	Raid du Galibier (GPS ou Road Book)	La Grave, L'Arboretum	56 km	+2 250 m	-2 250 m
LES CIRCUITS ENDURO					
8	Le Grand Tour du Canton	La Grave, L'Arboretum	30 km	+980 m	-980 m
9	La Buffe Aller / Retour	La Buffe	14 km	+350 m	-350 m
10	Le Vallon de la Buffe	La Buffe	10 km	+260 m	-260 m
11	Le Chazelet, Valfroide	Le Chazelet	16 km	+500 m	-500 m
12	Le Tour d'Emparis par les Lacs	Le Chazelet	27 km	+1 000 m	-1 000 m
13	Enduro Galibier, Villar d'Arène	Col du Galibier	15 km	+200 m	-1 150 m
14	Enduro Chazelet, La Grave	La Grave	7 km	+200 m	-600 m
15	Enduro Chazelet, Besse	Le Chazelet	18 km	+660 m	-950 m

CODE DU VÉTÉRISTE

Les recommandations pour bien vivre à VTT
Le Vélo Tout Terrain comme on veut ! mais...

- Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires
- Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse
- Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire
- Contrôlez l'état de votre V.T.T. et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation
- Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage
- Le port du casque est fortement recommandé (obligatoire pour les moins de 12 ans)
- Respectez les propriétés privées et les zones de cultures
- Attention aux engins agricoles et forestiers
- Réformez les barrières.
- Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons
- Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages
- Gardez vos déchets, soyez discret et respectueux de l'environnement
- Soyez bien assuré, pensez au Pass*Loisir.

NUMÉRO D'URGENCE EUROPÉEN : 112

BALISAGE DES CIRCUITS

Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.

vert : très facile bleu : facile noir : très difficile
rouge : difficile

LÉGENDE

© 04/2018 Intertracé
03 29 55 02 38
Tous droits réservés

