

Découverte des Bauges en VTT électrique

Découvrez le Parc Naturel Régional du massif des Bauges avec ce séjour en VTT. Une nature sauvage s'offre à vous sur circuit. Au départ de votre chambre d'hôte confortable, vous partirez en VTT électrique à la découverte des plus beaux lacs de la région. De belles montées vous permettront d'atteindre des points de vues dégagés sur le massif des Bauges et sur ces deux grands lacs environnants : Le Lac d'Annecy et le Lac du Bourget.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil et Installation

Rendez-vous à 16h00 à la gare d'Aix les Bains pour ceux qui arrivent en train.
Transfert en minibus et installation dans l'hébergement.
Présentation du programme par votre accompagnateur autour d'un apéro maison.

TYPE D'HÉBERGEMENT : en maison d'hôtes

Jour 2 : Découverte des lacs

Au départ de la Fruitière nous descendrons en direction du village de Lescheraines. Une fois le village passé nous profiterons de la fraîcheur du cours d'eau du Chéran et de ses lacs qui le bordent. Nous nous dirigerons vers le dernier lac, celui de la Motte en Bauges, très peu connu du grand public. Notre prochain arrêt nous conduira jusqu'au pont du diable, ses gorges abruptes, sources de nombreuses légendes. D'ici le retour à l'hébergement s'entrevoit, un passage à la grotte de prérouge et il sera temps d'aborder la dernière montée de la journée.

TEMPS DE VTT : 4h30

DISTANCE : 23 km

DÉNIVELÉ + : 500 m

DÉNIVELÉ - : 500 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en maison d'hôtes

Jour 3 : Tour du Mont Julioz

Nous partirons de la commune de la Motte en Bauges en direction de Doucy en bauges au pied du fameux Trélod. Le chemin nous emmènera jusqu'au cul du bois, départ des randos les plus connues du massif. Vous aurez la surprise d'apercevoir un lac au loin, mais lequel ? La descente depuis le chalet du golet nous permettra de visiter une ancienne scierie à bande, trésor d'ingénierie comme nos aïeux savaient si bien le faire.

TEMPS DE VTT : 5h

DISTANCE : 21 km

DÉNIVELÉ + : 900 m

DÉNIVELÉ - : 900 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en maison d'hôtes

Jour 4 : Les Bauges devant

Après un départ en descente direction les hautes Bauges, là où culminent tous les sommets mythiques du massif, pour la comparaison comme en Himalaya nous avons 14 sommets de plus de 2000 mètres, saurez-vous les nommer? Notre premier arrêt se fera à la Chapelle de Leysine au-dessus du village de Jarsy au pied de la réserve des Bauges. Nous reprendrons la route en direction du village de la compote, village emblématique du massif avec ses fameux « tavalants ».

Nous rentrerons en passant par la traverse, nous permettant ainsi de profiter d'une vue privilégiée sur les grangettes.

TEMPS DE VTT : 5h

DISTANCE : 35 km

DÉNIVELÉ + : 750 m

DÉNIVELÉ - : 750 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en maison d'hôtes

Jour 5 : Les Aillons - Le lac de la Thuile

Un départ de la station de ski des Aillons pour s'ouvrir le champ des possibles avant de s'élancer en direction du col du Lindar par l'ancienne route départementale n'ayant plus rien d'une route. La descente sur le col du Marrocaz mettra en avant les paysages grandioses de Belledonne. Cette descente aura pour point final le lac de la Thuile, petit coin de tranquillité au pied du massif. Le retour s'effectuera par le même chemin pour remonter avant de faire un détour par le chalet du Morbier et sa superbe vue sur le Colombier.

TEMPS DE VTT : 5h

DISTANCE : 29 km

DÉNIVELÉ + : 840 m

DÉNIVELÉ - : 840 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en maison d'hôtes

Jour 6 : Lac Mariet - Chalet de la Plate

Direction la montagne de Banges. Cette montagne est un véritable gruère très connu pour la spéléologie. Le premier point d'intérêt remarquable de la journée sera le vallon du Mariet, son lac, son alpage et des chalets construits pour les estives, un lieu où le temps est comme suspendu. Nous continuerons à grimper en direction du plateau de St François-de-Sales et le refuge de la Plate avec sa superbe vue sur tout le massif des bauges.

La descente nous ramènera directement au point de départ.

TEMPS DE VTT : 4h30

DISTANCE : 22 km

DÉNIVELÉ + : 720 m

DÉNIVELÉ - : 720 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en maison d'hôtes

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous à 16h00 à la gare d'Aix les Bains si vous arrivez en train.

Si vous êtes en voiture, rendez-vous directement à l'hébergement (adresse dans la convocation).

Si vous arrivez en voiture :

Accès autoroute A41 sortie Aix les Bains Nord
Nationale en direction du "Massif des Bauges"/ Arith

DISPERSION

Fin du séjour à 16h00 à la gare d'Aix les Bains.

NIVEAU

Niveau moyen.

Sorties de 20 à 35 km par jour avec 800 m de dénivelé en moyenne.

Montées sur pistes larges, descentes sur bons sentiers.

L'activité VTT en montagne nécessite une bonne condition physique ainsi que des aptitudes techniques en montée et en descente. L'assistance électrique permet d'adoucir l'effort en montée mais n'exclue pas la maîtrise de l'équilibre et des trajectoires lors des descentes. Le moniteur apporte de précieux conseils et peut adapter l'itinéraire en fonction du niveau du groupe et de l'ensemble des participants si besoin.

HEBERGEMENT

Ancienne fruitière rénovée, la maison a gardé quelques éléments d'époque de la fabrication du fromage.

Situé à 800m d'altitude sur un versant sud sa terrasse offre une vue imprenable sur le cœur des Bauges. Il offre un accueil chaleureux avec des chambres confortables de 2 à 4 places toutes équipées d'une salle de bain et de wc privatif.

Au rez-de-chaussée, une grande salle sera à votre disposition pour les repas ou en terrasse l'été.

Coin salon, détente, bibliothèque et l'accès au sauna est libre un jour sur deux de 16h00 à 18h00. A noter

Les repas :

Les petits déjeuners et les dîners sont servis sur place dans la salle à manger.

Les petits déjeuners se font de 7h30 à 8h30 et le dîner est servi à 19h30.

Les piques niques sont dégustés sur le terrain, nous fournissons les boites.

TRANSFERTS INTERNES

En minibus.

Le véhicule sera conduit par votre moniteur et/ou le gestionnaire de votre hébergement.

PORTAGE DES BAGAGES

Uniquement vos affaires de la journée avec votre pique nique.

GROUPE

De 4 à 10 participants

ENCADREMENT

Moniteur de VTT

MATERIEL FOURNI

Une trousse de réparation sera disponible auprès de votre accompagnateur.

Les vélos :

Ils ne sont pas compris dans vos séjours. Si vous en possédez un, il faudra qu'il soit d'une autonomie suffisante et qu'il soit équipé de suspensions capables d'absorber certains sentiers accidentés de notre massif.

Il faudra dans tous les cas privilégier un VTTAE, les VTT électriques sont parmi les vélos électriques les plus puissants qui soient. En fait, un vtt normal, mais avec une assistance électrique sont très performants et ne font qu'une bouchée des sentiers. Ils sont généralement disponibles en configuration à semi rigide ou tout suspendu. Les VTC électrique sont à proscrire pour cet itinéraire.

Si vous emmenez votre vélo, la petite trousse de réparation sera nécessaire avec chambre à air de rechange.

Location de VAE

Dans le cas où vous ne disposeriez pas de votre matériel, nous pouvons vous le procurer auprès d'un loueur de la vallée. Il s'agit de VTT suspendus, dernière génération à grande autonomie, complètement adaptés à ce circuit.

Les personnes mesurant moins de 156cm, seront équipées d'un VAE semi rigide.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous pouvez apporter vos propres vélos ou en louer auprès de La Vie Sauvage.

Description du vélo :

VTT électrique tout suspendu dernière génération à grande autonomie, totalement adapté pour ces types de séjours. Nous vous remettons votre vélo le jour de votre arrivée à votre hébergement.

Pour des raisons d'hygiène, nous vous conseillons toujours d'amener votre propre casque et vos gourdes, même si vous prenez un vélo avec La Vie Sauvage.

N'oubliez pas de nous communiquer votre votre taille au moment de la réservation.

Liste du matériel/équipement vélo à prévoir pour votre séjour :

Pour la tête

- une casquette ou autre protection de la tête contre le soleil
- un bonnet ou bandeau chaud

- un casque de vélo
- une paire de lunettes de soleil d'excellente qualité

Pour le buste

- 2 maillots cyclistes ou tee-shirts "techniques" (tissu synthétique laissant passer la transpiration)
- un sweat ou polaire fine
- une fourrure polaire
- un coupe vent (vêtement de pluie) adapté au vélo
- une veste type Gore-tex simple et légère

Pour les jambes

- un (ou deux) cuissards de bonne qualité avec peau de chamois
- un cuissard long
- un pantalon de toile ou survêtement
- un maillot de bain

Pour les pieds

- une paire de chaussures outdoor
- une paire de chaussures "classiques" pour le soir
- des sandales
- des chaussettes de sport

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Divers

- une paire de gants spécial vélo
- un antivol
- une lampe frontale avec piles
- une paire de lacets de rechange
- une trousse de toilette et serviette de bain
- un short ou bermuda
- une serviette de bain
- du papier toilette et un briquet
- deux bidons vélo 1L (ou Camelbak)
- un couteau de poche type Opinel petite cuillère
- quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires
- une aiguille et du fil

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement pendant la durée du circuit,
- Les repas (matin, midi, soir) avec café/tisane,
- Encadrement par un moniteur de VTT,
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous,
- Les assurances,
- Les boissons
- Vos dépenses,
- Prévoir un budget pour vos boissons et achats personnels,
- La location du VTT électrique et du casque.

