

## Le Vercors en VTT

*Situé entre la Drôme et l'Isère, le Vercors est le plus vaste Parc Naturel Régionale de France. Niché à une altitude moyenne de 1000 à 1400 mètres, bénéficiant d'une atmosphère revigorante et de vastes plateaux, le Vercors offre un terrain de jeu idéal pour les amateurs de vélo tout-terrain. La Via Vercors et les sentiers sinueux permettent aux passionnés de VTT de trouver leur bonheur sur des pistes faciles ou des sentiers plus techniques. L'itinéraire traverse des paysages à couper le souffle sur toutes les Alpes et révèle des panoramas spectaculaires sur les prairies verdoyantes et les falaises de calcaires. Les villages traversés ont su préserver leur vitalité et vous réserve un accueil chaleureux notamment à travers les fermes locales mettant en valeur les produits du terroir.*

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Lans en Vercors**

Selon votre horaire d'arriver à Lans, installation à l'hôtel. Premier tour de roues sur la Via Vercors, un itinéraire sécurisé et facile vous permettant de prendre en main votre VTT, puis vous revenez par l'ancienne route entre Villard de Lans et Lans en Vercors.

**DISTANCE** : 10 à 20 km

**DÉNIVELÉ +** : 190

**DÉNIVELÉ -** : 190

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

### **Jour 2 : Lans en Vercors - St Nizier du Moucherotte**

Vous empruntez la Via Vercors jusqu'au petit village de St Nizier du Moucherotte. Véritable balcon sur les Alpes, vous avez un panorama du Mont Blanc au Dévoluy, en passant par les sommets de la Vanoise, de la Chartreuse, de Belledonne, des Grandes Rousses et de l'Oisans. Balade sur le plateau de St Nizier afin de profiter de cette superbe vue et de découvrir la nécropole de la résistance : érigée à l'endroit même où se déroula la bataille de St Nizier. Retour à Lans par la Via Vercors ou par le chemin forestier du bois des Mûres, avec vue sur les « vestige olympique » du tremplin de saut de St Nizier.

Possibilité de visiter l'une des fermes du Vercors dans la plaine de Lans : la Ferme de la Grand'Mèche ou la Ferme du Pic St Michel (tous deux produisant des fromages, dont le Bleu du Vercors AOP) ou la ferme les Saveurs du Vercors (confitures, coulis, apéritifs, etc...).

**DISTANCE** : 35 à 50 km (terrain vallonné et facile)

**DÉNIVELÉ +** : 535

**DÉNIVELÉ -** : 535

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

### **Jour 3 : Lans en Vercors - Corrençon**

Aujourd'hui vous avez le choix :

- de rejoindre Villard de Lans en empruntant la Via Vercors et en suivant l'ancienne voie du tramway reliant Grenoble.

- ou de monter sur le plateau des Allières afin de profiter du panorama sur la vallée et les arrêtes du Gerbier en parcourant les pistes de ski de fond vallonnée et ludique.

Après une pause à Villard de Lans, vous permettant de découvrir le plus gros bourg de la région, l'itinéraire continu jusqu'à Corrençon, l'un des plus petits villages du Vercors mais aussi porte de la réserve des hauts-plateaux du Vercors (la plus grande réserve naturelle de France),

Quelques fermes vous attendent, comme la Chèvrerie des Cabrioles et la ferme des Perce-Neige, producteurs du Bleu du Vercors. En saison, possibilité d'effectuer une pause bien méritée sur la terrasse du refuge du Clariant, construits entièrement en rondins.

**DISTANCE** : 35 à 50 km

**DÉNIVELÉ +** : 385

**DÉNIVELÉ -** : 300

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

#### **Jour 4 : Boucle autour de Corrençon**

Depuis Corrençon, une superbe boucle vous permet de découvrir le plateau de Château Julien, la haute-prairie d'Herbouilly, les vestiges du petit village de Valchevrière, détruit pendant la guerre, et enfin Bois Barbu, qui vous offre un beau panorama sur le Vercors Central et ses falaises. Autant de sites généreux en végétation et en fleurs l'été ! Retour à Corrençon par le petit col du Liorin.

**DISTANCE** : 35 à 50 km (niveau moyen, empruntant pour l'essentiel des pistes forestières et de petites routes)

**DÉNIVELÉ +** : 810

**DÉNIVELÉ -** : 810

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

#### **Jour 5 : Corrençon - Autrans**

Depuis Bois Barbu, vous atteignez les gorges de la Bourne, avant d'emprunter les petites gorges du Méaudret, havre de fraîcheur, sculptées dans le calcaire. Elles débouchent sur le charmant village rural de Méaudre, et sur la Via Vercors. A Méaudre, vous pouvez visiter, la ferme des Colibris (visite libre de la ferme). Vous poursuivez ensuite jusqu'à Autrans, remarquable par son emplacement. Itinéraire soit par la plaine d'Autrans-Méaudre et la Voie Verte, soit par le bois du Claret d'où vous découvrez le village d'Autrans depuis les tremplins de saut à ski.

**DISTANCE** : 35 à 50 km (itinéraire vallonné sans difficulté technique, empruntant pour l'essentiel des pistes forestières et de petites routes)

**DÉNIVELÉ +** : 455

**DÉNIVELÉ -** : 510

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

#### **Jour 6 : Autrans - Lans en Vercors**

Au programme : l'un des plus beaux parcours en VTT électrique sur le plateau du Vercors, avec 600 m de dénivelé sur des chemins, petites routes et pistes forestières, qui vous conduisent sur l'alpage d'altitude de la Molière, un des plus beaux balcons sur les Alpes : pas moins de 7 massifs s'offrent à votre vue, dont le Mont Blanc. Possibilité de faire une pause au gîte d'alpage de la Molière : entre tintement des cloches des vaches, sifflement des marmottes ou encore vues sur les vastes prairies alpines parsemées de grandes gentianes jaunes... Descente sur le village de Lans en Vercors : vous avez le choix entre la technique ou la facile, le tout en étant ludique et panoramique.

**DISTANCE** : 35 à 50 km (itinéraire varié plus ou moins facile)

**DÉNIVELÉ +** : 795

**DÉNIVELÉ -** : 830

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

#### **Jour 7 : Lans en Vercors**

Fin du séjour après le petit-déjeuner.

Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hôtels. Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort.

## FICHE PRATIQUE

### ACCUEIL

Le J1 dans l'après-midi à l'hôtel à Lans en Vercors.

Si vous venez en voiture, possibilité de laisser votre voiture sur le parking de l'hôtel à Lans en Vercors pour la durée du séjour.

#### **Accès**

En avion :

Aéroport de Lyon Saint-Exupéry.

Lignes régulières de bus Flixbus pour rejoindre Grenoble (environ 12€).

En train :

Arriver à Grenoble

Depuis Paris (Gare de Lyon) : TGV direct, environ 3h.

Depuis Lyon : TER direct, environ 1h30. Puis, ligne de cars réguliers pour Autrans et Méaudre par les cars Transisère. La gare routière est attenante à la gare SNCF Idem au retour.

En bus

Depuis Grenoble, il est facile de rejoindre Lans en Vercors grâce aux bus Transisère qui fonctionne périodiquement. Ligne T64 entre Grenoble et Lans en Vercors (arrêt office de tourisme). Attention, ces horaires sont à vérifier et n'engagent pas notre responsabilité.

### DISPERSION

Le J7 après le petit-déjeuner à Lans en Vercors.

### NIVEAU

Niveau 2 / 5 VAE : facile à moyen. Le niveau est modulable selon la distance que vous choisissez de faire.

Si vous venez avec votre propre VTT sans assistance électrique : niveau bon cycliste.

Dénivelés positif moyen : entre 350 et 600m de dénivelé.

Distance moyenne des étapes : entre 30 et 50 km par jour de vélo,

Difficultés particulières : aucunes. Sur petites routes peu fréquentées, chemins et voie verte empierrée. Pas de difficulté technique particulière. Le profil est toujours vallonné.

#### **HEBERGEMENT**

En chambre de deux, en hôtels 3\* avec piscine tous les soirs.

#### **Repas :**

Séjour en demi-pension, vous prenez vos dîners à l'hôtel. Le déjeuner n'est pas compris, il vous est aussi facilement possible de préparer vous-même votre pique-nique ou de les commander aux hôtels. Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

### TRANSFERTS INTERNES

Pas de transferts sur cet itinéraire.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

**Avec transport des bagages :** Vous portez seulement vos affaires pour la journée (petit sac à dos). Le reste de vos bagages est transporté entre les hébergements par un taxi local. Le poids des sacs est limité à 20 kg par personne.

## **GROUPE**

A partir de 2 participants.

## **ENCADREMENT**

Pas de guide sur ce voyage.

Avant votre départ nous vous remettons un road book spécialement conçu pour ce circuit, composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.

Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

## **MATERIEL FOURNI**

### **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

#### **Équipement**

Pour le vélo

- Un cuissard court ou long selon la saison
- Des gants de vélo
- Un casque
- Des lunettes de soleil (contre le soleil, l'air, les moucherons)
- Un coupe-vent
- Des tee-shirts ou maillots de vélo
- Un porte carte au guidon
- Un bidon

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration (marque Icebreaker, Ruka, etc...) ! D'une manière générale, proscrire le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.

Pour le pique-nique du midi

- Bol ou assiette en plastique
- Couverts (cuillère, couteau, fourchette)

Contre le soleil et la pluie

- Crème et lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob (casque)
- Un coupe-vent
- Une cape de pluie ou un "Goretex"

#### **Vêtements**

- Un pull ou une fourrure polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short
- Un survêtement ou vêtement de rechange
- Une chemise légère en coton à manches longues
- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse de toilette
- Un maillot de bain
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, bio gaze ou "2ème peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ...

### **Bagages**

- Si vous n'avez pas de sacoche sur votre vélo, prenez un petit sac à dos confortable de 40l avec ceinture ventrale pour porter vos affaires personnelles et le pique-nique durant la journée. Si vous avez un porte bagage, vous pouvez fixer votre sac dessus à l'aide de tendeurs. Les vélos loués sont fournis avec une sacoche où vous pouvez y mettre vos affaires. Équipez-vous quand même d'un petit sac à dos ; cela vous permet de porter facilement vos affaires lorsque vous allez faire une visite en cours de route - Un bagage suiveur : un sac à dos ou un sac de voyage en bon état.

### **LE PRIX COMPREND**

- L'hébergement en demi-pension,
- Le transport de bagages,
- Les documents de voyages numérique,
- Les frais d'organisation et d'inscriptions,
- Les taxes de séjour.

### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les assurances,
- Le transport aller-retour jusqu'au point de départ,
- Les déjeuners,
- Les boissons,
- La location de vélo,
- Les visites de sites.