

SERRE-PONÇON destination VTT

LES ITINÉRAIRES VTT

Les parcours

Au cœur des Hautes-Alpes, le site VTT FFC de Serre-Ponçon vous propose en panel 1 de 22 parcours balisés permettant de découvrir un territoire exceptionnel. Sous un climat méditerranéen, bercés par les caprices de la Durance, les plus belles montagnes se reflètent dans l'incontournable lac de Serre-Ponçon.



Signalétique et balisage

Itinéraires VTT

Une signalétique spécifique est mise en place sur les circuits balisés par la Fédération Française de Cyclisme.



Itinéraires VTT AE

La pictogramme spécifique VTT AE est situé sous le numéro de parcours. La couleur du pictogramme indique la difficulté. Un même parcours peut donc faire l'objet de deux cotations différentes, l'une en VTT et l'autre avec un VTTAE.



N° des circuits coucémés et leurs niveaux

- Tres facile
- Facile
- Difficile
- Tres difficile

Itinéraires enduro

Une signalétique spécifique est mise en place sur les circuits enduro.



NOMS DESTINÉTAIRES	N°	NIV. DIST.	DURÉE	DÉNV. +	DÉNV. -	POINT DÉPART	PARKING
Cross country							
Boucle de Crotz Beach	1	3	9 km	0 h 30 - 1 h 00	63 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle de la Plaine sous le Roc	2	3	8,5 km	0 h 30 - 1 h 00	60 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle de Saint Sauveur	3	3	16,8 km	1 h 45 - 2 h 15	490 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle des Fontainiers	4	3	19,8 km	3 h 00 - 4 h 00	810 m	Embrun	de la Porte de la Forêt
Boucle du Clot Besson	9	3	12,4 km	1 h 45 - 2 h 45	510 m	Crots - La Draye	de la Draye
Boucle de la Combe de l'Isard	11	3	14,7 km	2 h 30 - 3 h 30	670 m	Crots - Boscodon	de l'Abbaye de Boscodon
Boucle du Réal	12	3	13,6 km	1 h 30 - 2 h 00	380 m	Créveux	du pied des pistes
Boucle du Miala	13	3	13,2 km	2 h 00 - 3 h 00	550 m	St-Sauveur - Les Gaillards	de la route forestière
Tour de l'Auche	14	3	2,6 km	0 h 30 - 1 h 00	140 m	Pontis	du Col de Pontis
Boucle de la Combe des Champagnes	16	3	11,8 km	1 h 30 - 2 h 30	390 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle du Fein	17	3	12,2 km	1 h 15 - 1 h 45	350 m	Chorges	de la Gare
Boucle du Serre Renard	18	3	30,4 km	3 h 45 - 4 h 45	920 m	Chorges	de la Gare
Boucle de Chanteloube	19	3	14,4 km	1 h 15 - 2 h 15	260 m	Chorges	de la Gare
Boucle des Mallets	20	3	8,9 km	0 h 45 - 1 h 15	170 m	Réalion - Les Gourniers	de la base de loisirs des Iscles
Boucle de Vaulcuse	21	3	14,7 km	2 h 00 - 3 h 00	500 m	Réalion - Les Gourniers	de la base de loisirs des Iscles
Circuit de Serre-Verger	25	3	9,7 km	1 h 30 - 2 h 30	430 m	Morgon	route du Morgon
Boucle de la Maniane	26	3	25,3 km	4 h 00 - 5 h 00	1110 m	Savines-le-Lac	route du Morgon
Boucle des Balcons du Sauze	28	3	6,5 km	0 h 45 - 1 h 15	250 m	Le Sauze-du-Lac	de Sauze du Lac
Boucle du Col Girabeau	30	3	39,0 km	5 h 30 - 6 h 30	1500 m	Créveux	du pied des pistes
Boucle du Fort	31	3	9,5 km	1 h 00 - 2 h 00	250 m	Réalion - Les Gourniers	de la base de loisirs des Iscles
Enduro							
Enduro des Orres par Chef Lieu	10	3	13,5 km	0 h 45 - 1 h 45	240 m	Les Orres - Chef Lieu	de l'Eglise
Descente des Orres	15	3	14,8 km	0 h 30 - 1 h 30	90 m	Station des Orres	de l'Estomac



www.serreponcon-tourisme.com

Bureaux d'information Touristique ouverts toute l'année

- CHORGES (05230)
Garde Rue
+33 (0)4 92 50 54 25
chorges@serreponcon-tourisme.com
- EMBRUN (05200)
Place Général de Gaulle
+33 (0)4 92 44 01 61
embrun@serreponcon-tourisme.com
- SAVINES-LE-LAC (05160)
9 Av. de la Combe d'Or
+33 (0)4 92 44 31 00
savines@serreponcon-tourisme.com

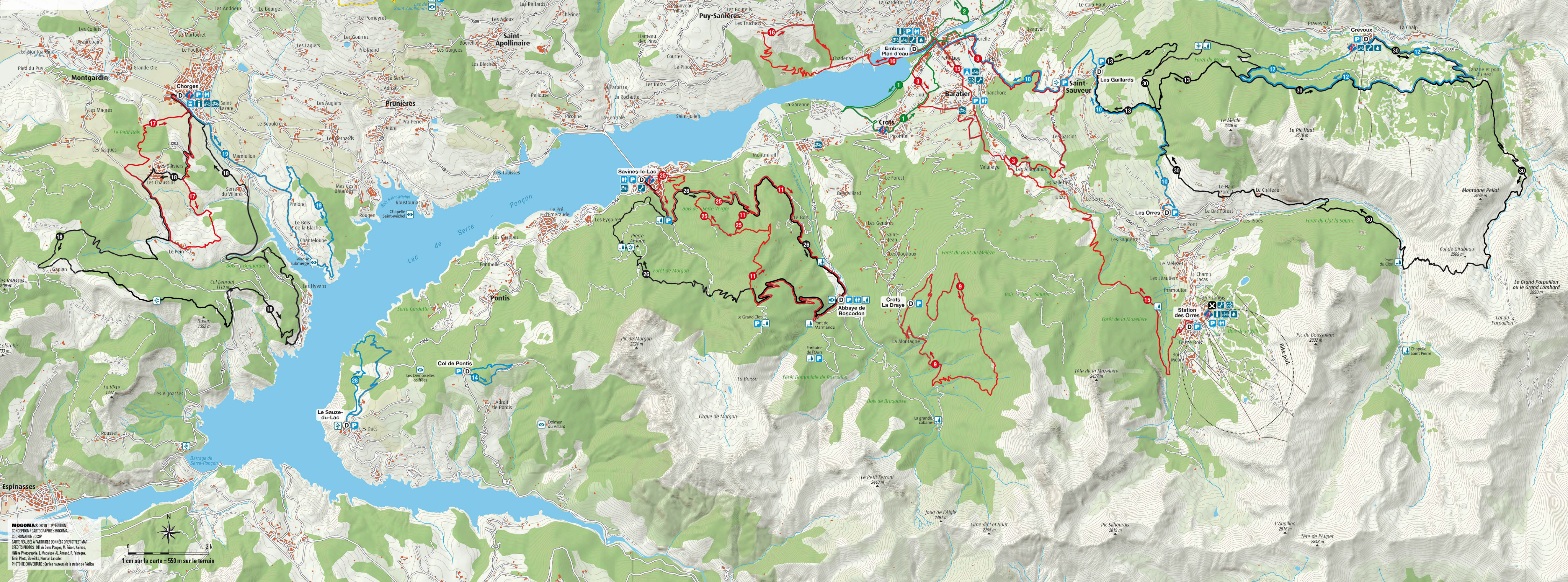
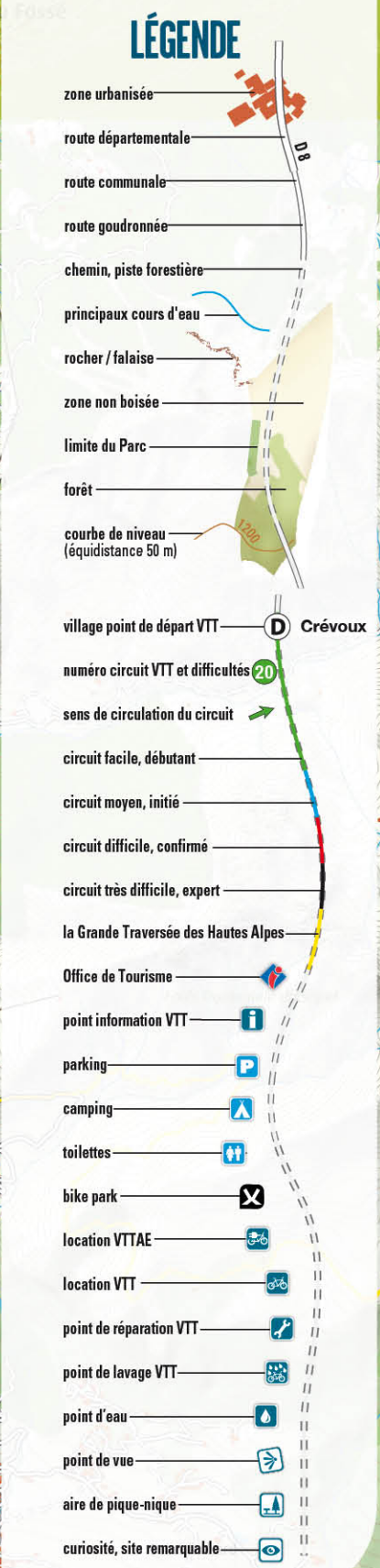
Bureaux d'information Touristique en station

- CRÉVEUX (05500)
+33 (0)7 86 07 56 78
creveux@serreponcon-tourisme.com / www.creveux.fr
- LES ORRES STATION (05200) Bureau ouvert à l'année
1, place des étoiles
+33 (0)4 92 44 01 61
+33 (0)4 92 44 01 61 / www.lesorres.com
- RÉALION STATION (05160)
+33 (0)4 92 44 25 67
realion@serreponcon-tourisme.com / www.realion-ski.com

Bureaux d'information Touristique en village

- CHATEAUX-LES-ALPES (05380)
Maison du Parc national des Ecrins

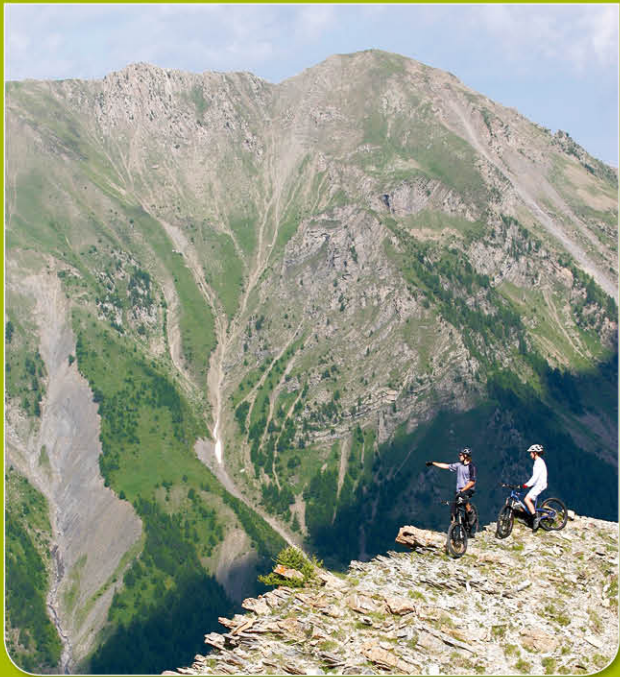
Les Aubergeries
• CROTS (05200)
Place des Balcons
+33 (0)4 92 43 23 31
+33 (0)4 92 43 23 05



MOCOMA 2016 - 140000
COORDINATION: CESP
CAPA: PASCAL LAMBERT, DELPHINE DESORMES, OPHÉLIE TROST
CROQUIS: PASCAL LAMBERT, DELPHINE DESORMES, OPHÉLIE TROST
Photos: P. LAMBERT, D. DESORMES, O. TROST, R. FERRAS
Tous droits réservés. Toute réimpression est interdite.
PRÉSENTÉ PAR: MOCOMA - 140000

LES ITINÉRAIRES VTT

NOMS DES ITINÉRAIRES	N°	NIV.	DIST.	DURÉE	DÉNIV. +	DÉNIV. -	POINT DÉPART	PARKING
Cross country								
Boucle de Crots Beach	1	➡	9 km	0 h 30 - 1 h 00	63 m	63 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle de la Plaine sous le Roc	2	➡	8,5 km	0 h 30 - 1 h 00	60 m	60 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle de Saint Sauveur	3	➡	16,8 km	1 h 45 - 2 h 15	490 m	490 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle des Fontainiers	4	➡	19,8 km	3 h 00 - 4 h 00	810 m	810 m	Embrun	de la Porte de la Forêt
Boucle du Clot Besson	9	➡	12,4 km	1 h 45 - 2 h 45	510 m	510 m	Crots - La Draye	de la Draye
Boucle de la Combe de l'zoard	11	➡	14,7 km	2 h 30 - 3 h 30	670 m	670 m	Crots - Boscodon	de l'Abbaye de Boscodon
Boucle du Réal	12	➡	13,6 km	1 h 30 - 2 h 00	380 m	380 m	Crévoux	du pied des pistes
Boucle du Méale	13	➡	13,2 km	2 h 00 - 3 h 00	550 m	550 m	St-Sauveur - Les Gaillards	de la route forestière
Tour de l'Auche	14	➡	2,6 km	0 h 30 - 1 h 00	140 m	140 m	Pontis	du Col de Pontis
Boucle de la Combe des Champagnes	16	➡	11,8 km	1 h 30 - 2 h 30	390 m	390 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle du Fein	17	➡	12,2 km	1 h 15 - 1 h 45	350 m	350 m	Chorges	de la Gare
Boucle du Serre Renard	18	➡	30,4 km	3 h 45 - 4 h 45	920 m	920 m	Chorges	de la Gare
Boucle de Chanteloube	19	➡	14,4 km	1 h 15 - 2 h 15	250 m	250 m	Chorges	de la Gare
Boucle des Mallets	20	➡	8,9 km	0 h 45 - 1 h 15	170 m	170 m	Réallon - Les Gourniers	de la base de loisirs des Iscles
Boucle de Vaucluse	21	➡	14,7 km	2 h 00 - 3 h 00	500 m	500 m	Réallon - Les Gourniers	de la base de loisirs des Iscles
Circuit de Serre-Verger	25	➡	9,7 km	1 h 30 - 2 h 30	430 m	430 m	Savines-le-Lac	route du Morgon
Boucle de la Maniane	26	➡	25,3 km	4 h 00 - 5 h 00	1110 m	1110 m	Savines-le-Lac	route du Morgon
Boucle des Balcons du Sauze	28	➡	6,5 km	0 h 45 - 1 h 15	250 m	250 m	Le Sauze-du-Lac	de Sauze du Lac
Boucle du Col Girabeau	30	➡	38,0 km	5 h 30 - 6 h 30	1500 m	1500 m	Crévoux	du pied des pistes
Boucle du Fort	31	➡	9,5 km	1 h 00 - 2 h 00	250 m	250 m	Réallon - Les Gourniers	de la base de loisirs des Iscles
Enduro								
Enduro des Orres par Chef Lieu	10	➡	13,5 km	0 h 45 - 1 h 45	240 m	920 m	Les Orres - Chef Lieu	de l'Eglise
Descente des Orres	15	➡	14,8 km	0 h 30 - 1 h 30	90 m	920 m	Station des Orres	de l'Estomac



GRANDE TRAVERSÉE DES HAUTE-ALPES

La GTHA : 350 km / D+ 17000 m

Bienvenue sur la grande traversée la plus haute de France en altitude moyenne. De La Grave-Villar d'Arène à Laragne-Montélin, la GTHA offre une variété incomparable de paysages et de sensations fortes : le départ se fait dans un cadre de haute montagne au pied des glaciers, l'arrivée dans une ambiance provençale parmi les vergers et la lavande sans oublier le passage par les balcons du lac de Serre-Ponçon via des monotraces impressionnants. Au sud, l'itinéraire rejoint les Chemins du Soleil.

Les plus

- L'expérience du vrai VTT de montagne et d'altitude (alt. max. 2500m).
- Les contrastes de paysages, des glaciers à la lavande.
- Un parcours majoritairement composé de singles.
- 10 sites VTT EFCO en un seul trip (La Grave-Briançonnais>Ecrins>Champsaur-Vaigaudemar>Gapençais>Dévoluy>Buis).
- Un bon réseau d'hébergements le long du parcours.
- 8 gares TER tout au long du parcours.
- 10 structures locales pour organiser votre séjour : formules tout compris, à la carte, transport de bagages, réservation des hébergements, encadrement, location de VTT ou e-bike.
- Trace GPS téléchargeable sur le site web.
- Un événement international Alps Epic in Hautes-Alpes.

Informations

info@hautes-alpes.net
www.hautes-alpes.net / facebook.com/GTHAVTT

Topoguide

www.vtapo.fr

2 versions

- Version Cols d'Altitude (via le Queyras et le Dévoluy) 349 km / D+ 17 610 / D- 18 620
- Version Balcons sud (via les Ecrins et le Gapençais) 357 km / D+ 17140 / D- 18 110
- Durée moyenne du parcours : 7 à 10 jours environ par version, selon les niveaux.

Date d'ouverture

Ouvert du 01/05 au 15/10 selon l'enneigement.

LES TYPES DE PRATIQUES

Le Cross-country / Rando (XC - X Country)

Pratique qui privilégie l'endurance et l'effort. Le parcours est jalonné de montées, de descentes et de sections plates. Les pratiquants sportifs appellent cette pratique Le Cross-country, alors que le grand public l'appelle Randonnée. Pour résumer, il est question de se promener de façon plus ou moins sportive sur des chemins variés.

L'Enduro

Se pratique sur des parcours techniques à profil descendant, sur des sentiers naturels (appelés single-track). Les itinéraires 10 et 15 ont un balisage Enduro. Cela n'empêche pas de trouver quelques montées sur ce type de parcours. L'Enduro est un mélange de toutes les disciplines du VTT. Cette pratique est en pleine expansion actuellement.

La Descente (DH - Down Hill)

Pratique consistant à descendre des pistes spécialement tracées et aménagées pour le VTT. Appelées descentes permanentes, ces pistes comportent des virages relevés, sauts... Les VTT de Descente sont spécialement conçus pour cette discipline. Les Bike Park des Orres et de Réallon proposent des pistes d'initiation DH mais aussi des pistes de niveau expert.

Sur le territoire de Serre-Ponçon ces 3 types de pratiques sont présents avec différents niveaux de difficulté. Une sélection d'itinéraires à VTT vous est proposée dans ce carto-guide pour goûter à une nouvelle activité ou pratiquer votre passion.



PLAISIR ET SÉCURITÉ

- Le VTT est un sport à risque : vous utilisez ce terrain à vos risques et périls. Les opérateurs du produit VTT ne peuvent être tenus responsables des éventuels accidents.
- Ne surestimez pas vos capacités. Restez maître de votre vitesse.
- Le port du casque est obligatoire. Coudières, genouillères et gants sont conseillés. Pour la descente le casque intégral et la protection dorsale sont fortement recommandés.
- Soyez prudent et courtis lors de dépassements ou de croisements de randonneurs, car le piéton est prioritaire.
- Roulez sur du matériel adapté et contrôlez son état.
- Prévoyez vêtements chauds, matériel de réparation, nourriture et boisson, le temps change vite en montagne.



Si vous êtes témoin d'un accident, repérez le nom ou n° de piste ou le nom du poteau directionnel et prévenez les secours au 112 ou 18



1 BOUCLE DE CROTS BEACH

DÉPART Crots | du plan d'eau

DISTANCE 9 km

DÉNIVELÉ+ 63 m

DURÉE 0 h 30 à 1 h 00

DÉNIVELÉ- 63 m

2 BOUCLE DE LA PLAINE SOUS LE ROC

DÉPART Embrun | du plan d'eau

DISTANCE 8,5 km

DÉNIVELÉ+ 60 m

DURÉE 0 h 30 à 1 h 00

DÉNIVELÉ- 60 m

20 BOUCLE DES MALLETs

DÉPART Les Gourniers-Réallon | de la base de loisir de l'Isle

DISTANCE 8,9 km

DÉNIVELÉ+ 170 m

DURÉE 0 h 45 à 1 h 15

DÉNIVELÉ- 170 m



12 BOUCLE DU RÉAL

DÉPART Crévoux | du pied des pistes

DISTANCE 13,6 km

DÉNIVELÉ+ 380 m

DURÉE 1 h 30 à 2 h 00

DÉNIVELÉ- 380 m

14 TOUR DE L'AUCHE

DÉPART Pontis | du Col de Pontis

DISTANCE 2,6 km

DÉNIVELÉ+ 140 m

DURÉE 0 h 30 à 1 h 00

DÉNIVELÉ- 140 m

19 BOUCLE DE CHANTELOUBE

DÉPART Chorges | de la Gare

DISTANCE 14,4 km

DÉNIVELÉ+ 250 m

DURÉE 1 h 15 à 2 h 15

DÉNIVELÉ- 250 m



28 BOUCLE DES BALCONS DU SAUZE

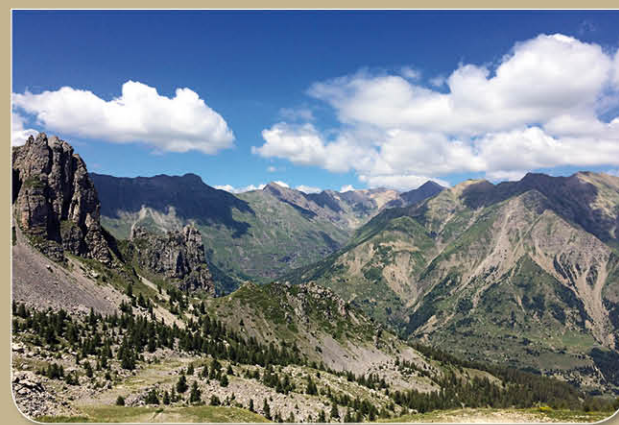
DÉPART Le Sauze-du-Lac | Le Sauze-du-Lac

DISTANCE 6,5 km

DÉNIVELÉ+ 250 m

DURÉE 0 h 45 à 1 h 15

DÉNIVELÉ- 250 m



3 BOUCLE DE SAINT SAUVEUR

DÉPART Embrun | du plan d'eau

DISTANCE 16,8 km

DÉNIVELÉ+ 490 m

DURÉE 1 h 45 à 2 h 15

DÉNIVELÉ- 490 m

4 BOUCLE DES FONTAINIERS

DÉPART Embrun | de la Porte de la Forêt

DISTANCE 19,8 km

DÉNIVELÉ+ 810 m

DURÉE 3 h 00 à 4 h 00

DÉNIVELÉ- 810 m



9 BOUCLE DU CLOT BESSON

DÉPART Crots - La Draye | de la Draye

DISTANCE 12,4 km

DÉNIVELÉ+ 510 m

DURÉE 1 h 45 à 2 h 45

DÉNIVELÉ- 510 m

11 BOUCLE DE LA COMBE DE L'Zoard

DÉPART Crots - Boscodon | de l'Abbaye de Boscodon

DISTANCE 14,7 km

DÉNIVELÉ+ 670 m

DURÉE 2 h 30 à 3 h 30

DÉNIVELÉ- 670 m



17 BOUCLE DU FEIN

DÉPART Chorges | de la Gare

DISTANCE 12,2 km

DÉNIVELÉ+ 350 m

DURÉE 1 h 15 à 1 h 45

DÉNIVELÉ- 350 m

21 BOUCLE DE VAUCLUSE

DÉPART Les Gourniers - Réallon | base de loisirs Les Iscles

DISTANCE 14,7 km

DÉNIVELÉ+ 490 m

DURÉE 2 h 00 à 3 h 00

DÉNIVELÉ- 490 m



25 CIRCUIT DE SERRE-VERGER

DÉPART Savines-le-Lac | route du Morgon

DISTANCE 9,7 km

DÉNIVELÉ+ 430 m

DURÉE 1 h 30 à 2 h 30

DÉNIVELÉ- 430 m

31 BOUCLE DU FORT

DÉPART Les Gourniers - Réallon | base de loisirs Les Iscles

DISTANCE 9,5 km

DÉNIVELÉ+ 250 m

DURÉE 1 h 00 à 2 h 00

DÉNIVELÉ- 250 m



13 BOUCLE DU MÉALE

DÉPART Saint-Sauveur - Les Gaillards | de la route forestière

DISTANCE 13,2 km

DÉNIVELÉ+ 550 m

DURÉE 2 h 00 à 3 h 00

DÉNIVELÉ- 550 m

18 BOUCLE DE SERRE RENARD

DÉPART Chorges | de la Gare

DISTANCE 30,4 km

DÉNIVELÉ+ 920 m

DURÉE 3 h 45 à 4 h 45

DÉNIVELÉ- 920 m

26 BOUCLE DE LA MANIANE

DÉPART Savines-le-Lac | route du Morgon

DISTANCE 25,3 km

DÉNIVELÉ+ 1110 m

DURÉE 4 h 00 à 5 h 00

DÉNIVELÉ- 1110 m

30 BOUCLE DU COL GIRABEAU

DÉPART Crévoux | du pied des pistes

DISTANCE 38 km

DÉNIVELÉ+ 1500 m

DURÉE 5 h 30 à 6 h 30

DÉNIVELÉ- 1500 m

10 ENDURO DES ORRES PAR CHEF-LIEU

DÉPART Les Orres - Chef-lieu | de l'église

DISTANCE 13,5 km

DÉNIVELÉ+ 240 m

DURÉE 0 h 45 à 1 h 45

DÉNIVELÉ- 920 m

15 DESCENTE DES ORRES

DÉPART Station des Orres | de l'Estomac

DISTANCE 14,8 km

DÉNIVELÉ+ 90 m

DURÉE 0 h 30 à 1 h 30

DÉNIVELÉ- 920 m



LE BIKE PARK DES ORRES

Le bike park des Orres est considéré comme l'un des meilleurs bike parks des Alpes avec ses 13 pistes de descente, ses 4 itinéraires enduro, son pumptrack, plus de 30 km de pistes et itinéraires entretenus, balisés et sécurisés et sa zone dédiée aux plus jeunes. Véritable destination de prédilection pour le VTT, Les Orres proposent un superbe terrain de jeu entre 1 600 et 2 600 m d'altitude surveillés par 6 patrouilleurs diplômés.



La station des Orres s'est positionnée sur le VTT depuis de nombreuses années et a été l'une des premières à posséder un bike park moderne. Chaque année, elle investit pour offrir un terrain d'entraînement d'excellence aux pilotes et des traces ludiques pour les niveaux débutants et intermédiaires.

Cette double pratique, ludique et sportive, fait la spécificité du bike park des Orres. Son atout est la diversité de son domaine qui s'adapte aux reliefs et aux passages. Accessible à tous, il y a un itinéraire pour chaque niveau et pour tous les âges. Il est facile d'apprendre le pilotage et de vivre de nouvelles sensations sans prise de risque exagérée.

Les pilotes expérimentés trouveront des pistes rouges et noires à défier, très techniques, un terrain « hors-piste » exceptionnel.

www.lesorres.com/fr/vtt

LE BIKE PARK DE RÉALLON

Dernier né des bike parks dans les Alpes du Sud (inauguré à l'été 2018), Réallon propose 10 pistes VTT DH et enduro tous niveaux en balcon sur le lac de Serre-Ponçon et face au Parc national des Ecrins.

- 2 télésièges permettent de rejoindre la crête du Serre du Mouton et de profiter des 500 mètres de dénivelé négatif qu'empruntent les pistes. Crêtes panoramiques, alpages d'altitude et forêts de mélèzes sont au programme pour un ride varié et ludique sur des pistes roulantes agréables de quelques modules.
- Les itinéraires enduro permettant de varier les plaisirs avec des singles techniques et obstacles naturels.

3 Itinéraires enduro

- N°1 : Itinéraire bleu sous le 1er télésiège. Un itinéraire naturel et sinueux qui permet d'apprendre à rouler sur des chemins sans obstacle.
- N°2 : Un single permettant de retrouver le GR50 (sentier panoramique) qui vous permettra de retrouver la station par un itinéraire typiquement enduro ou de continuer vers le fond de la vallée de Réallon.
- N°3 : Itinéraire noir : un single raide et sauvage pour les plus aguerris.

www.reallon-ski.com/vtt-reallon-serreponcon.html

LES LOUEURS

ALPES 2 ROUES

contact@alpes2roues.com / www.alpes2roues.com

- La Chaprière 05200 Embrun
- +33(0)4 92 43 71 10
- Avenue de la Gare 05230 Chorges
- +33(0)7 71 25 14 57

INTERSPORT

ZC Les Portes du lac 05200 Barlatier

+33(0)4 92 43 29 00

info@intersport-embrun.com / www.intersport-embrun.com

NARDO SPORTS

ZC Les Portes du lac 05200 Barlatier

+33(0)4 92 43 00 11

<https://nardo-sports.notbesphere.com>

PUISSANCE QUAD

Les Moulins 05200 Crots

+33(0)4 92 54 51 52 et +33(0)6 85 70 57 21

puissancequad@wanadoo.fr / www.puissance-quad.com

CHASTAN SPORT

05200 Crévoux

+33(0)6 60 80 36 44

locationski@chastansport.com / www.chastansport.com

ECOLE DE VTT DE RÉALLON

SWIMCF Bat. La Gardette 05160 Réallon station

+33(0)7 62 81 91 22 ou +33(0)6 08 00 16 68

swireallon@gmail.com / www.laspaturelbois.com

B'COOL

(Location livrée de vélos électriques)

B'Cool est aussi au Tandem 22 rue de la Liberté 05200 Embrun

+33(0)6 44 02 28 97

bcool.embrun@yahoo.fr / <http://bcool.elanjon.fr>

LES MONITEURS ET SORTIES ENCADRÉES

EASY BIKE

www.alpes2roues.com/sorties-balade-velo.html

- La Chaprière 05200 Embrun
- +33(0)4 92 43 71 10
- Avenue de la Gare 05230 Chorges
- +33(0)7 71 25 14 57

HORIZONS TOUT TERRAIN

La Bulle Centre station 1650, 05200 Les Orres

+33(0)6 81 09 55 92 ou +33(0)6 83 25 50 26

contact@horizons-tout-terrain.com / www.horizons-tout-terrain.com

JULIEN MARTINI

Hameau de Siguret, 05200 Saint-André d'Embrun

+33(0)6 70 68 44 97

julienmartini@orange.fr / www.randoshautesalpes.com

SLOW BIKE TOUR by Les Peupliers

Hôtel Les Peupliers, Chemin de Lesdier - 05200 Barlatier

+33(0)4 92 43 03 47

slowbiketour@gmail.com / www.hotel-les-peupliers.com

ECOLE DE VTT DE RÉALLON

SWIMCF, Bat. La Gardette, 05160 Réallon station

+33(0)7 62 81 91 22 ou +33(0)6 08 00 16 68

swireallon@gmail.com / www.laspaturelbois.com

