

# Séjour Alpes 2023

MAJ le 07/01/2023 version D

Samedi 2 au Jeudi 7 septembre 2023

## Bourg d'Oisans

*contacts :*

Serge Le Gonidec / 0677214733

Organisation Transport & Hébergement A/R:

Départ :

Retour :

Transport : (caution : 1000€)

- 1 mini bus : 9 places

	Conducteur 1	Conducteur 2	Conducteur 3
Bus 1			
Bus 2			

- Transport vélo : remorque 14 places

Hébergement :

Bungalow : 4/5 places

**CAMPING : AD.**

Repas :

- Midi : sur la route (individuel) :
- Soir : Café/restaurant :
- Petit déjeuner : kit ds le bungalow

Budget global en cours de préparation

Budget pour 16 personnes (approximations) (400€ 5 nuits)

nombre participants		16	€
par personne			385
Total			6162
Hebergement	Camping (nuits)	5	2300
	Bungalow	4	
Vehicule	Location (nb: 8 places)	2	662
	carburant		840
	peage		248
repas	delta : midi et boissons	16	1920
petit dejeu. et frais divers		16	192

# Séjour Alpes 2023

## Parcours :

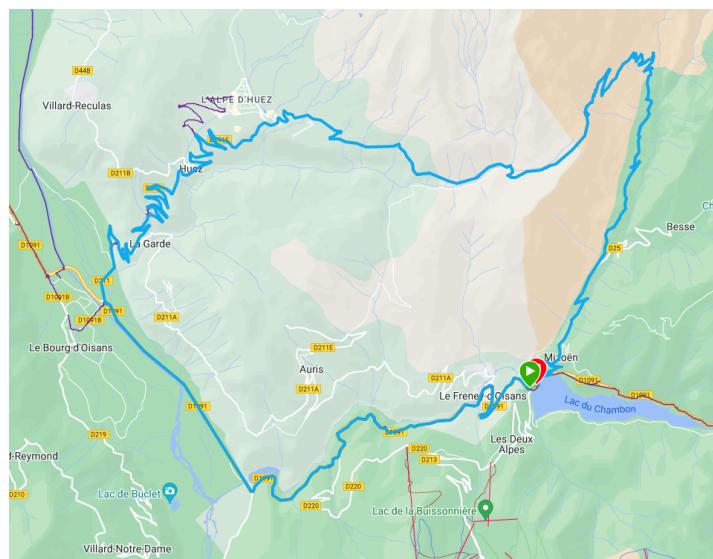
### Les parcours proposés :

Parcours	Km	Dénivelé	Cols
A (Boucle)	48	1500	Alpes D'Huez
B (A/R)	100	2200	Lautaret, Galibier (sud)
C (A/R)	142	3300	Lautaret, Granon
D (Boucle)	132	3300	Glandon, Croix de fer (nord) (boucle inversible)
E (Boucle)	166	4200	Croix de fer (sud), Telegraph, Galibier (nord)

Col de solude ?

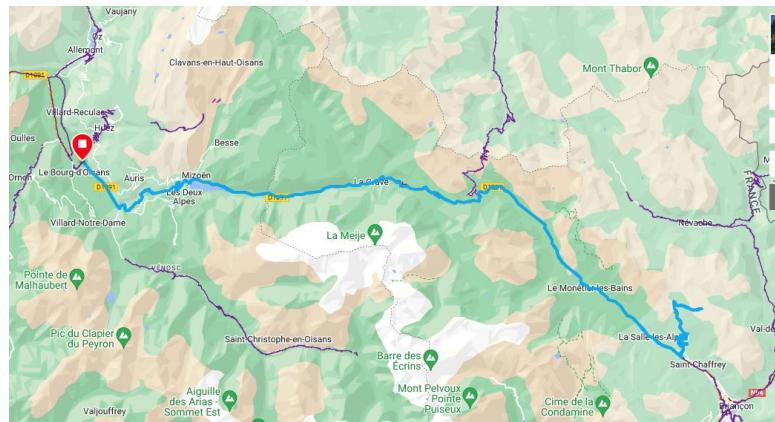
### Descriptif détaillé des parcours :

#### Boucle A

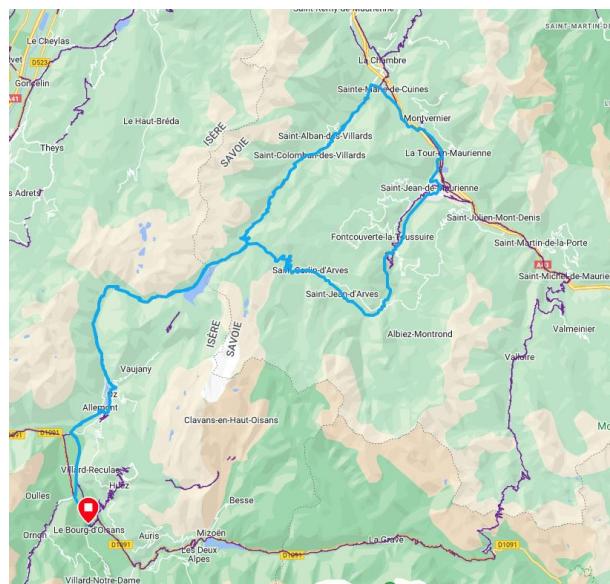


# Séjour Alpes 2023

## Boucle C



## Boucle D



## Boucle E

- 1) (boucle): Bourg / Croix de Fer / Télégraphe / Galibier (Nord) 166km 4200m

Au départ de Bourg-d'Oisans, prendre la D1091 en direction de Grenoble.

À Rochetaillée, bifurquer à droite sur la D526 vers Allemond et entamer la longue et difficile montée à l'assaut de la Croix de Fer en passant par le Rivier-d'Allemond, le barrage de Grand Maison par la D926 (incursion dans le Département de la Savoie).

Au passage, laisser sur la gauche le col du Glandon. Après la Croix de Fer, prendre la longue et vertigineuse descente sur Saint-Sorlin-d'Arves, Saint-Jean-d'Arves jusqu'à Saint-Jean-de-Maurienne.

Remonter la vallée de la Maurienne par la D1006 jusqu'à Saint-Michel-de-Maurienne.

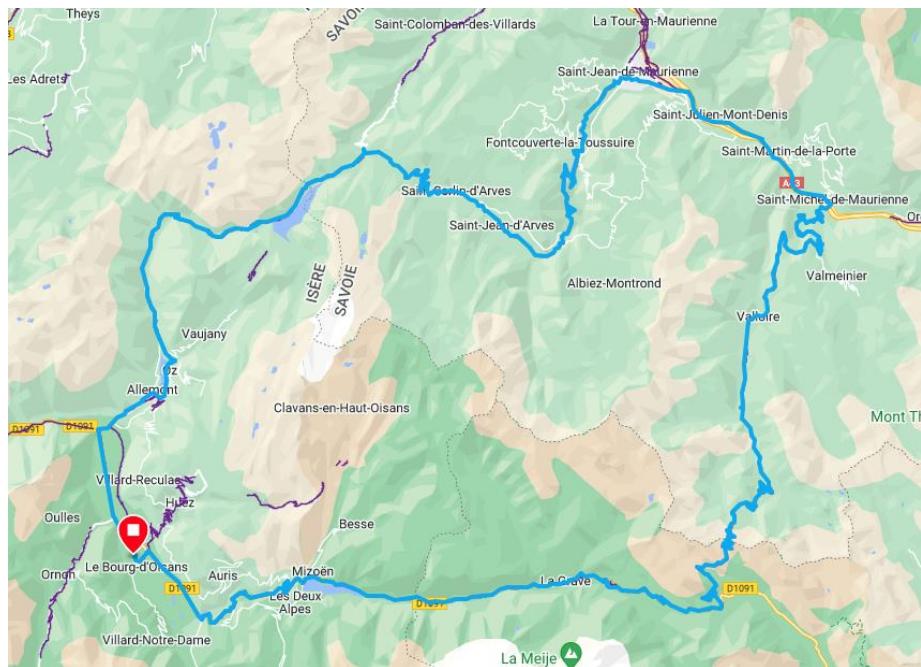
De là, prendre à droite la D902 pour s'attaquer au second col de la journée, le col du Télégraphe et accéder à la station village de Valloire.

Après avoir traversé Valloire, partir à l'assaut du morceau de choix de la journée, le col du Galibier 2 647 m.

Du col du Galibier, se laisser glisser en direction de Bourg-d'Oisans par la très longue descente et revenir en Isère via le col du Lautaret, la Grave, le barrage du Chambon et le Freney-d'Oisans.

Admirez au passage les glaciers de la Meije.

# Séjour Alpes 2023

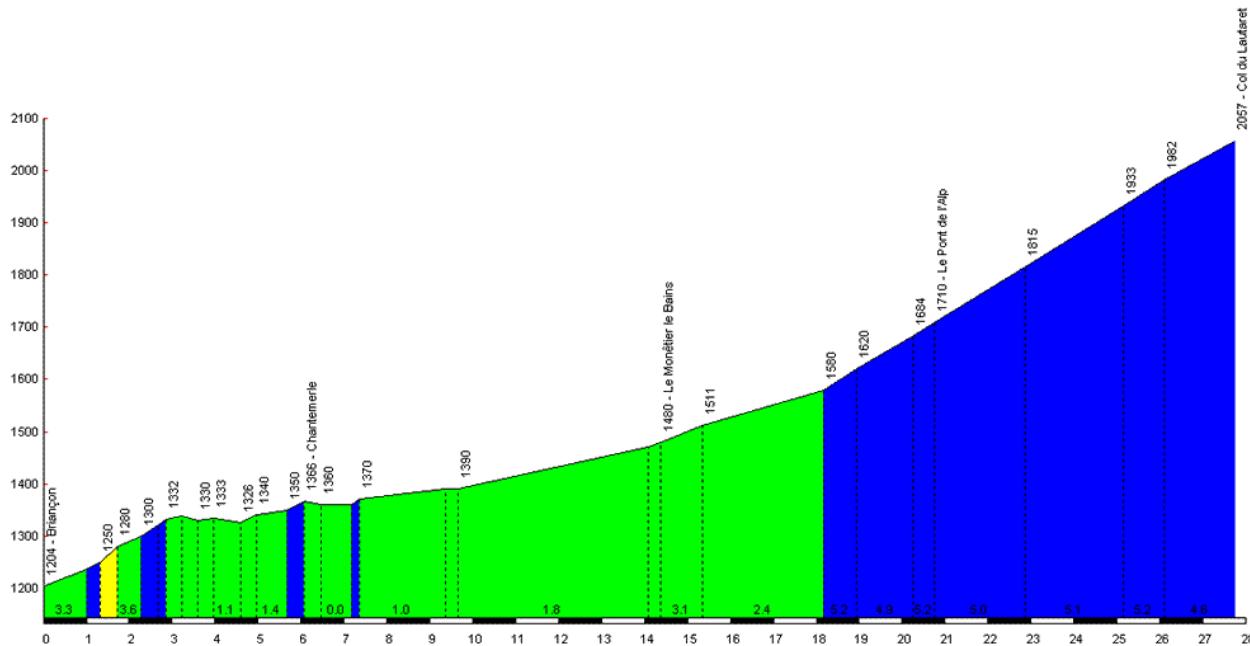


# Séjour Alpes 2023

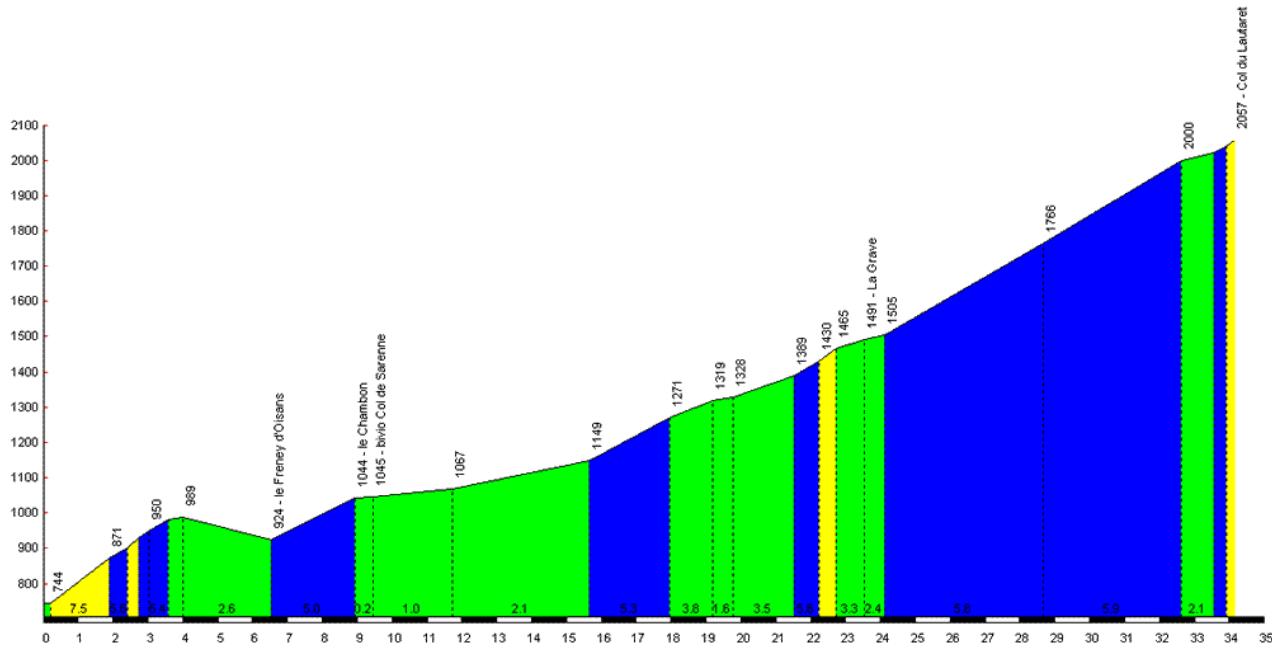
## LES COLS :

### Col du Lautaret (2057 m)

Col du Lautaret, Briançon



Col du Lautaret, Le Clapier



**Période d'ouverture habituelle :** Le col du Lautaret est ouvert toute l'année. Les intempéries (fortes chutes de neige, vents violents...) peuvent occasionner une fermeture ponctuelle de quelques heures à quelques jours.

# Séjour Alpes 2023

## Col du Galibier (nord) + Telegraphe

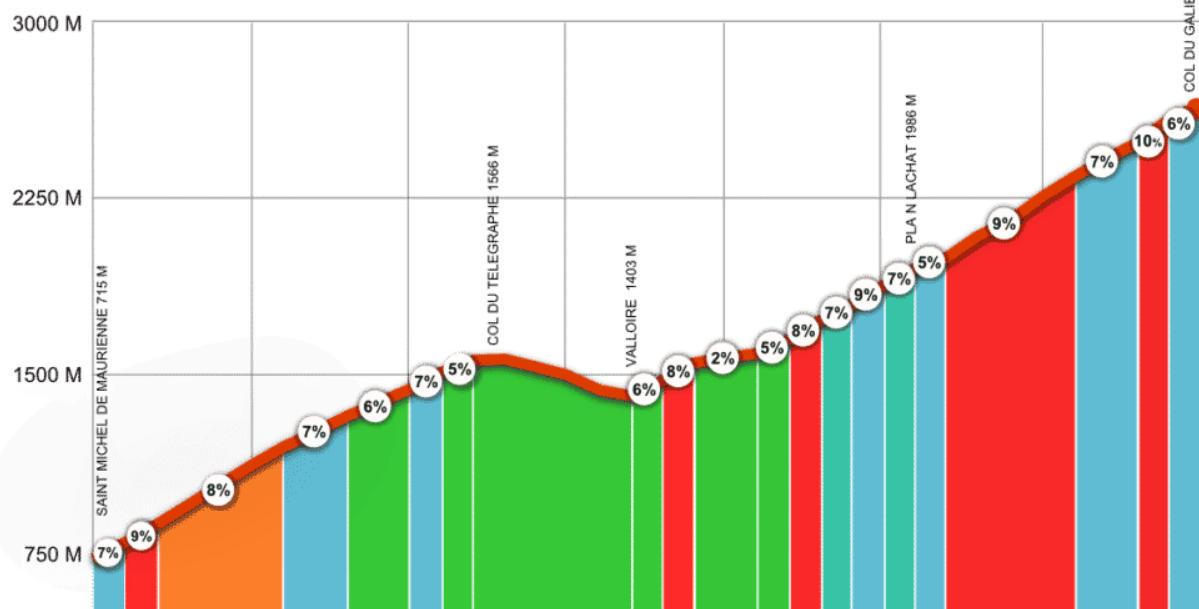
**Période d'ouverture habituelle :** de début juin à fin octobre.

**À savoir :** le tunnel est interdit aux cyclistes.

Le col du Galibier (2 642 mètres)

Entre Alpes du Nord et Alpes du Sud, à 2642 mètres d'altitude, le col du Galibier est un col mythique des Alpes atteint 34 fois par le Tour de France. On y accède par Valloire et le col du Télégraphe par le nord et par Bourg-d'Oisans et le col du Lautaret par son versant sud. Quoi qu'il en soit, c'est un col dur puisqu'il vous faudra 35 kilomètres pour atteindre le sommet du col. Il est classé hors catégorie par le Tour de France.

## COL DU GALIBIER 2646 M



**Accès :** les points de départ possibles sont Saint-Michel-de-Maurienne côté Savoie, Bourg-d'Oisans côté Isère ou Briançon, côté Hautes-Alpes. Côté Maurienne, on peut accéder au départ par la gare de Saint-Michel Valloire, parfait point de départ. Tous les trains acceptent les vélos.

Difficulté : dur dur 😊

## Le col de la Croix de Fer (2 067 m)

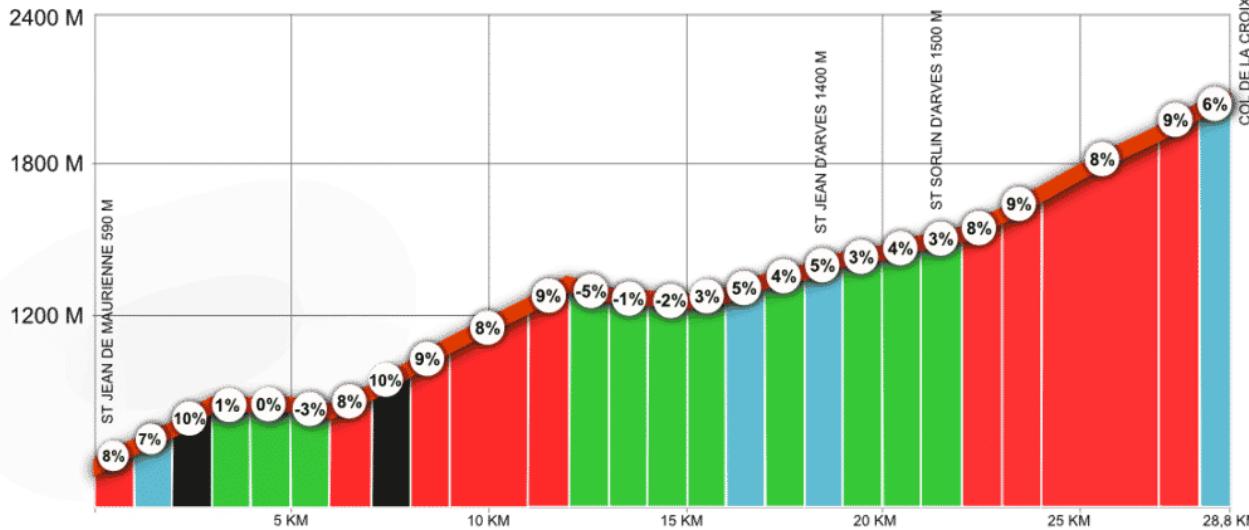
**Période d'ouverture habituelle :** de début mai à fin octobre.

Les aiguilles d'Arves se reflètent dans le Lac de au Col de la Croix de Fer par Julien Sabardu, licence CC, Flickr

Entre Oisans et Maurienne, le col de la Croix de Fer est un très beau col dont l'ascension est relativement longue. On y accède depuis Allevard au sud et Saint-Jean-de-Maurienne au nord. Sur chaque versant, l'ascension se fait par palier. Côté Maurienne, on pourra également envisager le retour par le col du Glandon, tout proche, ou l'inverse. Le mythique Brevet du Randonneur Alpin (BRA) enchaîne col de la Croix de Fer depuis Bourg-d'Oisans et Col du Galibier dans la même journée. Côté Maurienne, une variante par le col du Mollard (Albiez-Montrond) est possible également.

# Séjour Alpes 2023

## COL DE LA CROIX DE FER 2067 M



**Accès :** les points de départ possibles sont Allemond (proche de Bourg-d'Oisans) et Saint-Jean-de-Maurienne (où se trouve une gare).

**Difficulté :** dur. La principale difficulté concerne la longueur du col, plus que la pente.

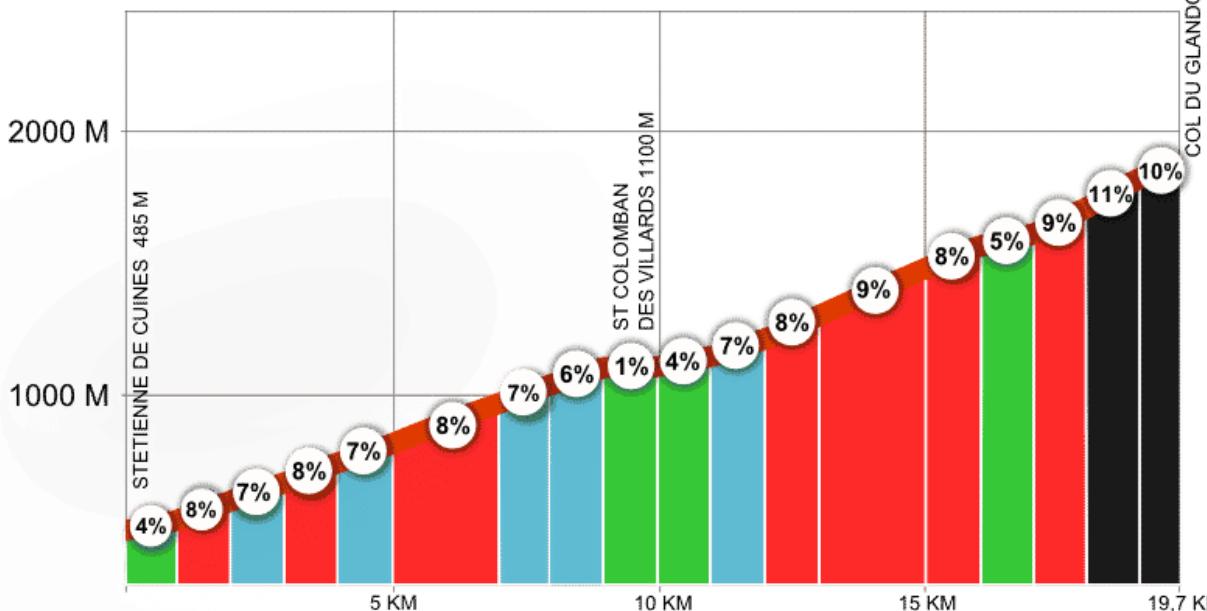
**Tour de France :** 20 passages au sommet, classé hors catégorie

## Col du Glandon (1 924 m)

**Période d'ouverture habituelle :** de mi-mai à fin octobre.

Ce col dur monte la belle **vallée des Villards** dans une atmosphère sauvage et nature. Il s'escalade en deux paliers avec une première partie en forêt et une seconde partie en alpages après le village de Saint-Colomban-des-Villards. En une quinzaine de kilomètres, on passe ainsi de 500 mètres d'altitude à près de 2 000 mètres. Sur son versant sud, le col est relié à la route du **col de la Croix de Fer**.

## COL DU GLANDON 1924 M



**Accès :** On accède principalement au Glandon par le nord, en Maurienne, au départ de Saint-Etienne-de-Cuines. On peut partir de la gare de La Chambre, à seulement 3 km. Au sud, la route du col du Glandon est

# Séjour Alpes 2023

longue en fait de 200 m, à l'écart de la route du [col de la Croix de Fer](#).

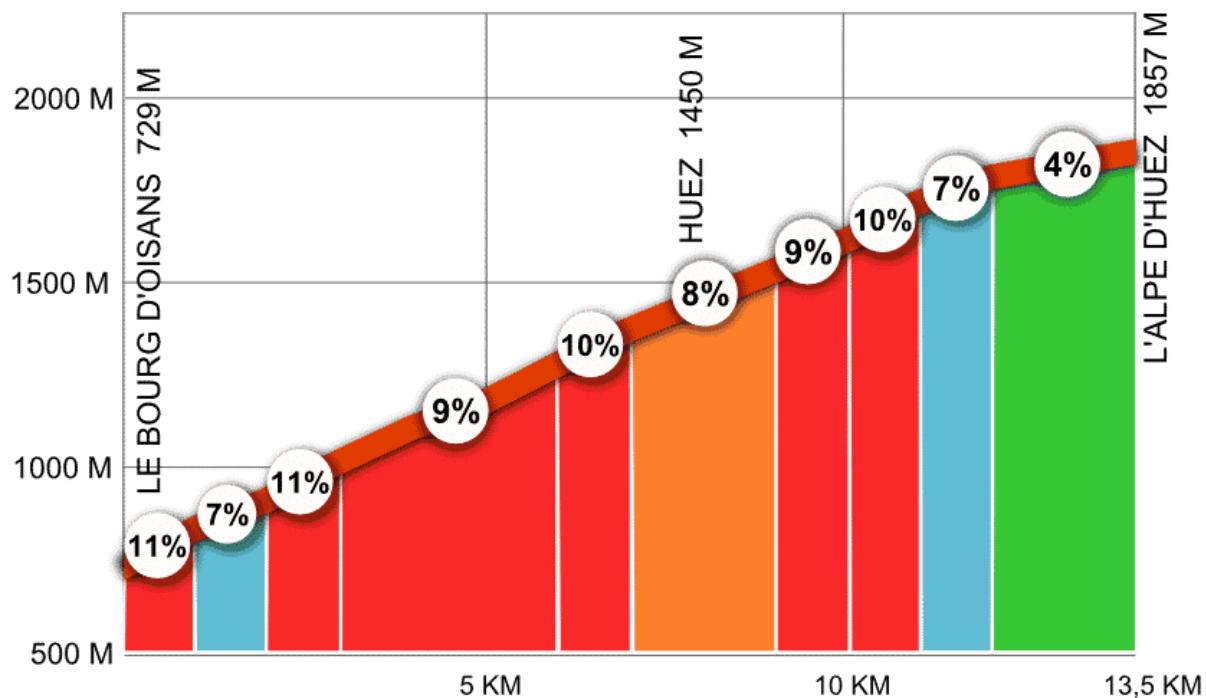
**Difficulté** : dur. Régulièrement à plus de 8% de pente, le col du Glandon est d'autant plus dur qu'il se termine sur 8 kilomètres à plus de 8% et les 2 derniers à plus de 10%.

## L'Alpe d'Huez (1 850 m)

Vélo près de l'Alpe d'Huez par Will Cyclist, Licence CC Flickr

La route aux 21 virages de l'Alpe d'Huez a souvent été décisive lors du Tour de France. Avec plus de 30 passages au sommet, cette montée de station en est devenue mythique. La montée n'est pas simple : elle se réalise sur 13,8 km à plus de 8% de moyenne avec plusieurs passages à plus de 10%, dont les premiers kilomètres. Sur ce versant sud (donc chaud), les 21 virages mythiques permettent de rythmer l'effort. Seuls les derniers kilomètres permettent une accalmie autour de 4%. Ils garantissent de beaux sprints lors des arrivées du Tour de France.

## MONTEE DE L'ALPE D'HUEZ 1857 M



**Accès** : On y accède depuis [Bourg d'Oisans](#), beau point de départ de nombreux cols : [Galibier](#), [Croix de Fer](#), [Glandon](#), [Col d'Ornon](#)...

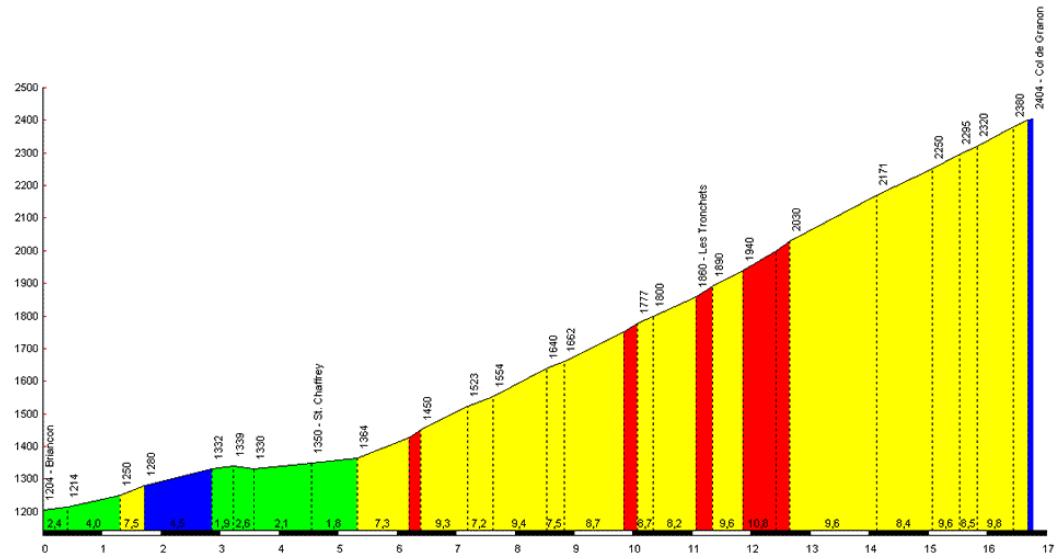
**Difficulté** : dur, mais régulier !

**Tour de France** : 31 passages ou arrivées au sommet, classé hors catégorie

# Séjour Alpes 2023

## Col du Granon (2404 m)

Col de Granon, Briançon



Pour les cyclistes, le départ peut se faire de Briançon, au carrefour (1 204 m)<sup>9</sup> entre les routes N94 et D2, non loin du casino<sup>10</sup> ; pour 16,8 km<sup>11</sup> à 7,15 % de moyenne, avec un début sur la route D1091 fréquentée. Mais autant pour les coureurs qui descendent du col du Lautaret que ceux qui viennent de Briançon, l'escalade commence réellement à Saint-Chaffrey au croisement (1 364 m)<sup>12</sup> entre la gendarmerie et le lieu-dit « Les Champs Arnoux », soit 11,5 km d'ascension pour 1 040 m de dénivelé à 9 % de moyenne<sup>13</sup>. De là, l'ascension entre rapidement dans le vif du sujet puisqu'après un peu moins d'un kilomètre, on compte déjà une pente à 10 % dans la traversée du hameau du Villard-Laté<sup>11</sup>. À cela s'ajoute un court passage à 15 % après un peu moins de 3 km d'ascension<sup>14</sup>. Puis la pente moyenne se stabilise entre 8 et 9,5 % jusqu'au sixième kilomètre sur une route peu ombragée<sup>13</sup> avec six épingle successives et des points de vue sur Briançon et la vallée de Serre-Chevalier. À ce niveau et à la moitié de l'ascension, au hameau des Tronchets, à environ 1 850 m d'altitude, la pente repasse à 10 %. À l'entrée de ce hameau, sur le côté de la route, se situe une petite fontaine qui peut être appréciable en cas de chaleur. Néanmoins, l'inclinaison de la route ne permet pas de repartir aisément pour monter. Le kilomètre qui suit, aux lieux-dits « Les Compes » puis « Plainalp » est le plus difficile avec une moyenne de 10,5 % (affiché à 11,1 % sur une borne). La route circule désormais dans les alpages où, comme dans beaucoup de cols élevés des Alpes, on peut voir et entendre des marmottes. Mais la route n'offre plus d'abri les jours de vent<sup>15</sup>. S'il est de face à ce niveau, il sera cependant plus favorable à partir de la dernière grande épingle (2 171 m)<sup>16</sup> à 2,65 km du col, en passant sous le sommet du Petit Aréa puisque la route change de direction. Les 500 derniers mètres de l'ascension sont les plus faibles<sup>13</sup>, les coureurs bénéficiant du seul véritable replat de cette montée<sup>15</sup>. La montée se termine en passant à côté de baraquements militaires. Le profil de cette ascension est comparable au mont du Chat mais avec une altitude bien supérieure. Si la régularité de la pente peut permettre à un coureur frais et en forme de prendre son rythme sur un braquet qui change peu, un coureur fatigué risque en revanche d'y être constamment en difficulté, sans pouvoir souffler.

# Séjour Alpes 2023

# Séjour Alpes 2023

## Actions:

- Bus :
- Vélos :
- PdJ :
- Ravito :

## Organisation financière :

**Camping** <https://www.oisans.com/stations-et-villages/bourg-d-oisans/hebergements-bourg-doisans/campings-bourg-d-oisans/>

Bonjour,

Nous préparons un séjour du 02 au 7 septembre 2023 dans votre région. Nous sommes un groupe de cyclistes de 16 personnes (à confirmer) et nous cherchons 4 chalets ou bungalows. Avez-vous des disponibilités et à quels prix ?

En attente de vous lire,

Bien cordialement

Mr Le Gonidec Serge/ 0677214733

		Demande devis	
<b>Camping piscine</b>	infos@camping-piscine.com	/	
<b>Camping le Colporteur</b> - KOAWA VACANCES 438 rue des Colporteurs Le Mas du Plan 38520 Le Bourg-d'Oisans		/	
<b>Camping la Cascade</b> Route de l'Alpe d'Huez 38520 Le Bourg-d'Oisans		/	
<b>Camping RCN Belledonne</b> - Debby Dekker RD 526 340 Rochetaillée 38520 Le Bourg-d'Oisans		/	