

# SERRE-PONÇON destination VTT

# LES ITINÉRAIRES VTT AE

## Parcours à assistance électrique

Au cœur des Hautes-Alpes, le site VTT FFC de Serre-Ponçon vous propose un panel de 13 parcours balisés permettant de découvrir un territoire exceptionnel. Sous un climat méridional, bercé par les caprices de la Durance, les plus belles montagnes se reflètent dans l'incontournable lac de Serre-Ponçon.

## VTT à assistance électrique (VTT AE)

Les parcours mentionnant le picto VTT AE sont praticables en VTT à assistance électrique. Sur ces parcours, votre autonomie sera suffisante avec un usage raisonné de l'assistance et les portages sont pros crits. Sur ces parcours, il est néanmoins important de gérer sa batterie ! La majorité des VTTAE sur le marché propose plusieurs niveaux d'assistance, plus ou moins gourmands en énergie, il est fortement conseillé d'adapter votre assistance en fonction de la longueur et difficulté du parcours prévu.

Nous vous rappelons que la cotation d'un parcours est déterminée au regard des critères suivants :

- la distance du parcours,
- le dénivelé positif du parcours,
- le type de voie empruntée,
- la technicité du parcours.

L'assistance électrique ne gomme pas les difficultés techniques des parcours, il est donc important de choisir votre parcours en fonction de votre bagage technique. Les itinéraires VERTS et BLEUS sont des parcours d'initiation et des parcours familiaux. Les itinéraires ROUGES et NOIRS sont réservés aux sportifs et aux experts.

NOMS DES ITINÉRAIRES	N°	NIV.	DIST.	DURÉE	DÉNV.+	DÉNV.-	POINT DÉPART	PARKING
<b>Cross country</b>								
Boucle des Mallets	20	➔	8,9 km	0 h 30 à 1 h 00	170 m	170 m	Les Gourniers-Réalion	de la base de loisir de l'Isde
Circuit de la Grande Rocade	8	➔	25,2 km	2 h 00 à 2 h 30	480 m	480 m	Station des Orres	de l'Estomac
Boucle du lac de Saint-Apollinaire	23	➔	8,7 km	1 h 00 à 1 h 30	290 m	290 m	Lac de Saint-Apollinaire	Lac de Saint-Apollinaire
Boucle du Fein	17	➔	11,6 km	1 h 15 à 1 h 45	350 m	350 m	Chorges	de la Gare
Boucle des Pins	22	➔	13,5 km	1 h 30 à 2 h 00	370 m	370 m	Puy-Saint-Eusèbe-Ham. du Villard	de la Mairie
Boucle de Chantelouba	19	➔	14,4 km	1 h 30 à 2 h 00	250 m	250 m	Chorges	de la Gare
Boucle de Vauchuse	21	➔	14,7 km	1 h 45 à 2 h 15	490 m	490 m	Les Gourniers	Porte du PN des Ecrins
Boucle du Grand Vallon	7	➔	27,7 km	2 h 45 à 3 h 15	770 m	770 m	Station des Orres	de l'Estomac
Circuit du Parpaillon	27	➔	24,5 km	3 h 30 à 4 h 00	1130 m	1130 m	Crévoux	du pied des pistes
Circuit du Col de Vaballo	6	➔	39,4 km	5 h 00 à 5 h 30	1420 m	1420 m	Saint-André d'Embrun	de la Mairie
Boucle des Pinées	5	➔	13,6 km	2 h 00 à 2 h 30	610 m	610 m	Châteauroux-les-Alpes	sous la Mairie
Boucle de la Maniane	26	➔	24,1 km	3 h 30 à 4 h 30	1060 m	1060 m	Savines-le-Lac	route de Barcelonnette
Boucle du Serre-Renaud	18	➔	30,3 km	3 h 45 à 4 h 45	940 m	940 m	Chorges	de la Gare
Boucle du Col Girabeat	30	➔	39,1 km	5 h 30 à 6 h 30	1600 m	1600 m	Crévoux	du pied des pistes
<b>Descente</b>								
Descente des Orres	15	➔	15,0 km	0 h 30 à 1 h 00	80 m	920 m	Station des Orres	de l'Estomac

carte des itinéraires  
15 CIRCUITS ÉCHELLE : 1 : 50 000

3€



# SERRE-PONÇON

## Destination VTT

### Itinéraires VTTAE

[www.serreponcon-tourisme.com](http://www.serreponcon-tourisme.com)

**Bureaux d'information Touristique ouverts toute l'année**

- CHORGES (05320)  
Grande Rue  
+33 (0)4 92 45 64 25  
chorges@serreponcon-tourisme.com
- EMBRUN (05202)  
Place Général de Saxe - BP 49  
+33 (0)4 92 43 72 72  
embrun@serreponcon-tourisme.com
- SAVINES-LE-LAC (05160)  
9 Av. de la Combe d'Or  
+33 (0)4 92 44 31 00  
savineslac@serreponcon-tourisme.com
- CREVOUX (05200)  
+33 (0)7 85 07 56 78  
crevoux@serreponcon-tourisme.com / [www.crevoux.fr](http://www.crevoux.fr)
- LES ORRES STATION (05200) Bureau ouvert à l'année  
1, place des étables  
+33 (0)4 92 44 01 61  
of.accueil@lesorres.com / [www.lesorres.com](http://www.lesorres.com)
- REALION STATION (05160)  
+33 (0)4 92 44 25 67  
realion@serreponcon-tourisme.com / [www.realion-sai.com](http://www.realion-sai.com)

**Bureaux d'information Touristique en station**

- CHATEAUX-LES-ALPES (05380)  
Maison du Parc national des Ecrins  
+33 (0)4 92 43 23 31
- CROTS (05200)  
Place des Balcons  
+33 (0)4 92 43 13 05

**Bureaux d'information Touristique en village**

- SERRE-PONÇON
- BRANCOU
- EMBRUN



## LEGENDE

- zone urbanisée
- route départementale
- route communale
- route goudronnée
- chemin, piste forestière
- principaux cours d'eau
- rechar / falaise
- zone non boisée
- limite du Parc
- forêt
- courbe de niveau (équidistance 50 m)
- village point de départ VTT
- numéro circuit VTT et difficulté
- sens de circulation du circuit
- circuit facile, débutant
- circuit moyen, initié
- circuit difficile, confirmé
- circuit très difficile, expert

**SIGNALÉTIQUE ESPACE VTT**  
Itinéraires VTT XC

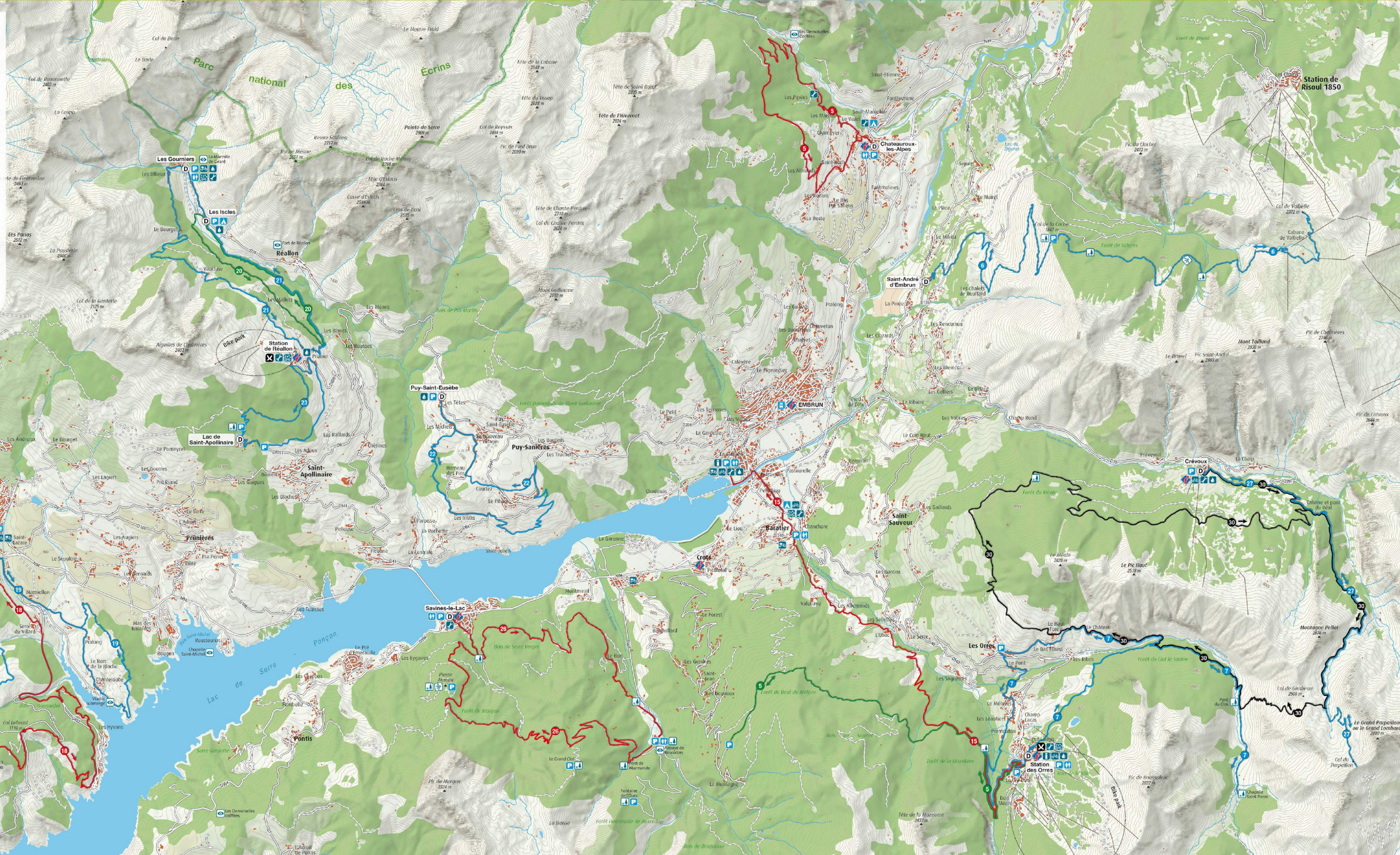
Une signalétique spécifique est mise en place sur les circuits balisés par la Fédération Française de Cyclisme.

**Itinéraires XC VTT et VTT AE**

Le pictogramme spécifique VTTAE 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 concernés et leurs niveaux**

- Très facile
- Facile
- Difficile
- Très difficile



NOUVEAU 2019 - 1<sup>re</sup> ÉDITION  
CONCEPTION CARTOGRAPHIQUE : MEGOMIA  
COORDONNÉES : 1227  
CARTES RÉALISÉES À PARTIR DES DONNÉES OPEN STREET MAP  
CRÉDITS PHOTO : © La Serre Ponçon, M. Franck Barthe, Michel Perrigault, J. Mouchon, J. Arnaud, M. Roux, J. Serre, P. Pons, S. Bédier  
PHOTO DE COUVERTURE : Sur les bords de la station de Realion

# LES ITINÉRAIRES VTT AE

NOMS DES ITINÉRAIRES	N°	NAV.	DIST.	DURÉE	DÉNAV.	DÉNIV.	POINT DÉPART	PARKING
<b>Cross country</b>								
Boucle des Mallets	20	🔵	8,9 km	0 h 30 à 1 h 00	170 m	170 m	Les Gourniers-Réalton	de la base de loisir de l'Isle
Circuit de la Grande Rocade	8	🔵	25,2 km	2 h 00 à 2 h 30	480 m	480 m	Station des Orres	de l'Estomac
Boucle du lac de Saint-Apollinaire	23	🔵	8,7 km	1 h 00 à 1 h 30	290 m	290 m	Lac de Saint-Apollinaire	Lac de Saint-Apollinaire
Boucle du Fein	17	🔵	11,6 km	1 h 15 à 1 h 45	350 m	350 m	Chorges	de la Gare
Boucle des Pins	22	🔵	13,5 km	1 h 30 à 2 h 00	370 m	370 m	Puy-St-Eusèbe-Hameau du Villard	de la Mairie
Boucle de Chanteloube	19	🔵	14,4 km	1 h 30 à 2 h 00	250 m	250 m	Chorges	de la Gare
Boucle de Vauchuse	21	🔵	14,7 km	1 h 45 à 2 h 15	490 m	490 m	Les Gourniers	Porte du PN des Ecrins
Boucle du Grand Vallon	7	🔵	27,7 km	2 h 45 à 3 h 15	770 m	770 m	Station des Orres	de l'Estomac
Circuit du Parpaillon	27	🔵	24,5 km	3 h 30 à 4 h 00	1130 m	1130 m	Crévoix	du pied des pistes
Circuit du Col de Valbelle	6	🔵	39,4 km	5 h 00 à 5 h 30	1420 m	1420 m	Saint-André d'Embrun	de la Mairie
Boucle des Pinées	5	🔵	13,6 km	2 h 00 à 2 h 30	610 m	610 m	Châteauroux-les-Alpes	de la Mairie
Boucle de la Maniane	26	🔵	24,1 km	3 h 30 à 4 h 30	1060 m	1060 m	Savines-le-Lac	route de Barcelonnette
Boucle du Serre Renard	18	🔵	30,3 km	3 h 45 à 4 h 45	940 m	940 m	Chorges	de la Gare
Boucle du Col Girabeau	30	🔵	39,1 km	5 h 30 à 6 h 30	1600 m	1600 m	Crévoix	du pied des pistes
<b>Descente</b>								
Descente des Orres	15	🔵	15,0 km	0 h 30 à 1 h 00	80 m	920 m	Station des Orres	de l'Estomac



### 20 BOUCLE DES MALLETs

📍 de la base de loisir de l'Isle

**DÉPART** Les Gourniers-Réalton  
**DISTANCE** 8,9 km  
**DURÉE** 0 h 30 à 1 h 00

**DÉPART** Station des Orres  
**DISTANCE** 25,2 km  
**DURÉE** 2 h 00 à 2 h 30

### 8 CIRCUIT DE LA GRANDE ROCADe

📍 de l'Estomac

**DÉPART** Station des Orres  
**DISTANCE** 25,2 km  
**DURÉE** 2 h 00 à 2 h 30

### 23 BOUCLE DU LAC DE SAINT-APPOLINAIRE

📍 de Lac de Saint-Apollinaire

**DÉPART** Lac de Saint-Apollinaire  
**DISTANCE** 8,7 km  
**DURÉE** 1 h 00 - 1 h 30

# 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.

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



### L'Enduro

Se pratique sur des parcours techniques à profil descendant, sur des sentiers naturels (appelés single-track). 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. Appelés descentes permanentes, ces pistes comportent des virages relevés, sauts... Les VTT de Descente sont précisément 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.



### 17 BOUCLE DU FEIN

📍 de la Gare

**DÉPART** Chorges  
**DISTANCE** 11,6 km  
**DURÉE** 1 h 15 - 1 h 45

### 19 BOUCLE DE CHANTELOUBE

📍 de la Gare

**DÉPART** Chorges  
**DISTANCE** 14,4 km  
**DURÉE** 1 h 30 - 2 h 00

### 21 BOUCLE DE VAUCLUSE

📍 de la Porte du Parc national des Ecrins

**DÉPART** Les Gourniers  
**DISTANCE** 14,7 km  
**DURÉE** 1 h 45 - 2 h 15

### 22 BOUCLE DES PINS

📍 de la Mairie

**DÉPART** Puy-St-Eusèbe-Hameau du Villard  
**DISTANCE** 13,5 km  
**DURÉE** 1 h 30 - 2 h 00

# 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 courtois 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.

- Selon votre niveau, l'encadrement par un moniteur est conseillé.
- Attention aux changements météo : la pluie diminue fortement l'adhérence.
- Prévenez un proche de votre itinéraire et ne partez jamais seul.
- Respectez les propriétés privées, les zones de culture, les alpages.
- Refermez les barrières et les poignées de clôture, si les animaux s'échappent ils peuvent se blesser.
- Ralentir à proximité des habitations.
- Vous n'êtes pas seul sur les itinéraires, faites attention aux engins agricoles et forestiers.
- Gardez vos détritus, soyez discret et respectueux de l'environnement.
- Certains espaces naturels se dégradent très vite et mettront des années à se reconstruire.
- En dehors des pistes de DH, respectez le code de la route.
- Il est strictement interdit d'ajouter des modules et/ou de modifier les tracés ou la signalétique.
- En cas d'anomalie sur le sentier (arbre couché, pierres, fil de parc à vache ou ballaste arraché) vous pouvez contacter un des Offices de tourisme du territoire.

**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**

### 7 BOUCLE DU GRAND VALLON

📍 de l'Estomac

**DÉPART** Station des Orres  
**DISTANCE** 27,7 km  
**DURÉE** 2 h 45 - 3 h 15

### 27 CIRCUIT DU PARPAILLON

📍 du pied des pistes

**DÉPART** Crévoix  
**DISTANCE** 24,5 km  
**DURÉE** 3 h 30 - 4 h 00

### 6 CIRCUIT DU COL DE VALBELLE

📍 de la Mairie

**DÉPART** Saint-André d'Embrun  
**DISTANCE** 39,4 km  
**DURÉE** 5 h 00 - 5 h 30

### 5 BOUCLE DES PINÉES

📍 sous la Mairie

**DÉPART** Châteauroux-les-Alpes  
**DISTANCE** 13,6 km  
**DURÉE** 2 h 00 - 2 h 30

### 26 BOUCLE DE LA MANIANE

📍 route de Barcelonnette

**DÉPART** Savines-le-Lac  
**DISTANCE** 24,1 km  
**DURÉE** 3 h 30 - 4 h 30

### 30 BOUCLE DU COL GIRABEAU

📍 du pied des pistes

**DÉPART** Crévoix  
**DISTANCE** 39,1 km  
**DURÉE** 5 h 30 - 6 h 30

### 15 DESCENTE DES ORRES

📍 de l'Estomac

**DÉPART** Station des Orres  
**DISTANCE** 15 km  
**DURÉE** 0 h 30 - 1 h 00

### 18 BOUCLE DE SERRE RENARD

📍 de la Gare

**DÉPART** Chorges  
**DISTANCE** 30,3 km  
**DURÉE** 3 h 45 - 4 h 45



# 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.

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 paysages. 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.

Cet été le bike park s'agrandit grâce au nouveau téléski 6 places débrayables Pic Vert à la pointe de l'Innovation. Il dessert trois nouvelles pistes : un itinéraire enduro rouge et un autre noir, pour les pilotes confirmés, ainsi qu'une piste de descente bleue ouverte à tous.



### Ouverture

Le bike park sera ouvert en continu du 29 juin au 1er septembre 2019 et le week-end du 22 et 23 juin, et les week-ends de septembre jusqu'aux 21 et 22 pour le closing.

[www.lesorres.com/fr/vtt](http://www.lesorres.com/fr/vtt)

# LE BIKE PARK DE RÉALLON

Demier né des bikes 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 téléskis 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 routantes.
- Les itinéraires enduro permettent de varier les plaisirs avec des singles techniques et obstacles naturels.

### 3 itinéraires enduro

- N°1 : itinéraire vert sur la piste 4x4 pour les vététistes débutants.
- N°2 : itinéraire bleu sous le 1er téléski. Un itinéraire naturel et sinueux qui permet d'apprendre à rouler sur des chemins sans obstacle.
- N°3 : itinéraire noir : un single raide et sauvage pour les plus aguerris.

### 6 pistes de descente

- Shamy : piste verte sous le 1er téléski qui permet de débrayer en toute tranquillité. Vous pourrez apprécier vos premiers virages relevés et bosses ou enrouler tous les volumes.
- Macopin : piste bleue sous le 1er téléski qui permet aux confirmés d'acquiescer et aux débutants de s'améliorer. Pistes extrêmement ludiques et accessibles à tous.
- Chabrière : Piste rouge au départ du 2ème téléski avec vue sur le lac de Serre-Ponçon, une descente joyeuse pour rejoindre le plateau intermédiaire.

### Nouveautés 2019

- Une piste verte sous le 1er téléski
- Une piste rouge sous le 2nd téléski
- Une piste noire du sommet de la station au pied des pistes
- Un nouvel itinéraire enduro
- Point de lavage VTT au pied des pistes
- Location/Réparation
- Ecole MCF

Ouverture en continu tous les jours sauf le lundi et vendredi du 06 juillet au 25 août.

[www.reallon-ski.com/vt-reallon-serreponcon.html](http://www.reallon-ski.com/vt-reallon-serreponcon.html)

# LES LOUEURS

### ALPES 2 ROUES

contact@alpes2roues.com / [www.alpes2roues.com](http://www.alpes2roues.com)

- La Clapière 05200 Embrun
- +33(0)4 92 43 11 10
- Avenue de la Gare 05230 Chorges
- +33(0)7 71 25 14 57

### CHASTAN SPORT

05200 Crévoix  
+33(0)6 60 80 36 44  
location@chastansport.com / [www.chastansport.com](http://www.chastansport.com)

### INTERSPORT

ZC Les Portes du lac 05200 Barlatier  
+33 (0)4 92 43 29 00  
info@intersport-embrun.com / [www.intersport-embrun.com](http://www.intersport-embrun.com)

### ECOLE DE VTT DE REALLON

SWI/MCF Bât. La Gardette 05160 Réallon station  
+33(0)7 62 81 91 22 ou +33(0)6 08 00 16 68  
swireallon@gmail.com / [www.laspatureenbois.com](http://www.laspatureenbois.com)

### NARDO SPORTS

ZC Les Portes du lac 05200 Barlatier  
+33 (0)4 92 43 00 11  
<https://nardo-sports.notesphere.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  
bcoolembrun@yahoo.fr / <http://bcool.elanjon.fr/>

### PUISSANCE QUAD

Les Moulins 05200 Crots  
+33(0)4 92 54 51 32 et +33(0)6 85 70 57 21  
puissancequad@wanadoo.fr / [www.puissance-quad.com](http://www.puissance-quad.com)



# LES MONITEURS ET SORTIES ENCADRÉES

### E.ASY BIKE

[www.alpes2roues.com/sorties-balade-velo.html](http://www.alpes2roues.com/sorties-balade-velo.html)

- La Clapière 05200 Embrun
- +33(0)4 92 43 11 10
- Avenue de la Gare 05230 Chorges
- +33(0)7 71 25 14 57

### ECOLE DE VTT DE REALLON

SWI/MCF, Bât. La Gardette, 05160 Réallon station  
+33(0)7 62 81 91 22 ou +33(0)6 08 00 16 68  
swireallon@gmail.com / [www.laspatureenbois.com](http://www.laspatureenbois.com)

### 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](http://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](http://www.randoshautesalpes.com)

### SLOW BIKE TOUR by Les Peupliers

Hôtel Les Peupliers, Chemin de Lesdrier - 05200 Barlatier  
+33(0)4 92 43 03 47  
slowbiketour@gmail.com / [www.hotel-les-peupliers.com](http://www.hotel-les-peupliers.com)

