

Les parcours

Au cœur des Hautes-Alpes, le site VTT FFC de Serre-Ponçon vous propose un panel de 22 parcours balisés permettant de découvrir un territoire exceptionnel. Sous un climat méditerranéen, bercés par les caprices de la Durançe, 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
Le pictogramme spécifique VTT AE est affiché 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

Itinéraires enduro

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



NOMS DES ITINÉRAIRES	N°	NIV. DIST.	DURÉE	DÉNAV. +	DÉNAV. -	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'Isard	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	Créveux ■ du pied des pistes
Boucle du Mâle	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	380 m	380 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 de 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	260 m	260 m	Chorges ■ de la Gare
Boucle des Mallets	20	■	8,9 km	0 h 45 - 1 h 15	170 m	170 m	Réalion - 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	Réalion - 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 Saouze	28	■	6,5 km	0 h 45 - 1 h 15	250 m	250 m	Le Saouze-du-Lac ■ de Saouze du Lac
Boucle du Col Girabeau	30	■	39,0 km	5 h 30 - 6 h 30	1500 m	1500 m	Créveux ■ du pied des pistes
Boucle du Fort	31	■	9,5 km	1 h 00 - 2 h 00	250 m	250 m	Réalion - 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

SERRE-PONÇON Destination VTT
Itinéraires VTT

carte des itinéraires
22 CIRCUITS ÉCHELLE 1 : 50 000

www.serreponcon-tourisme.com

Bureaux d'Information Touristique ouverts toute l'année

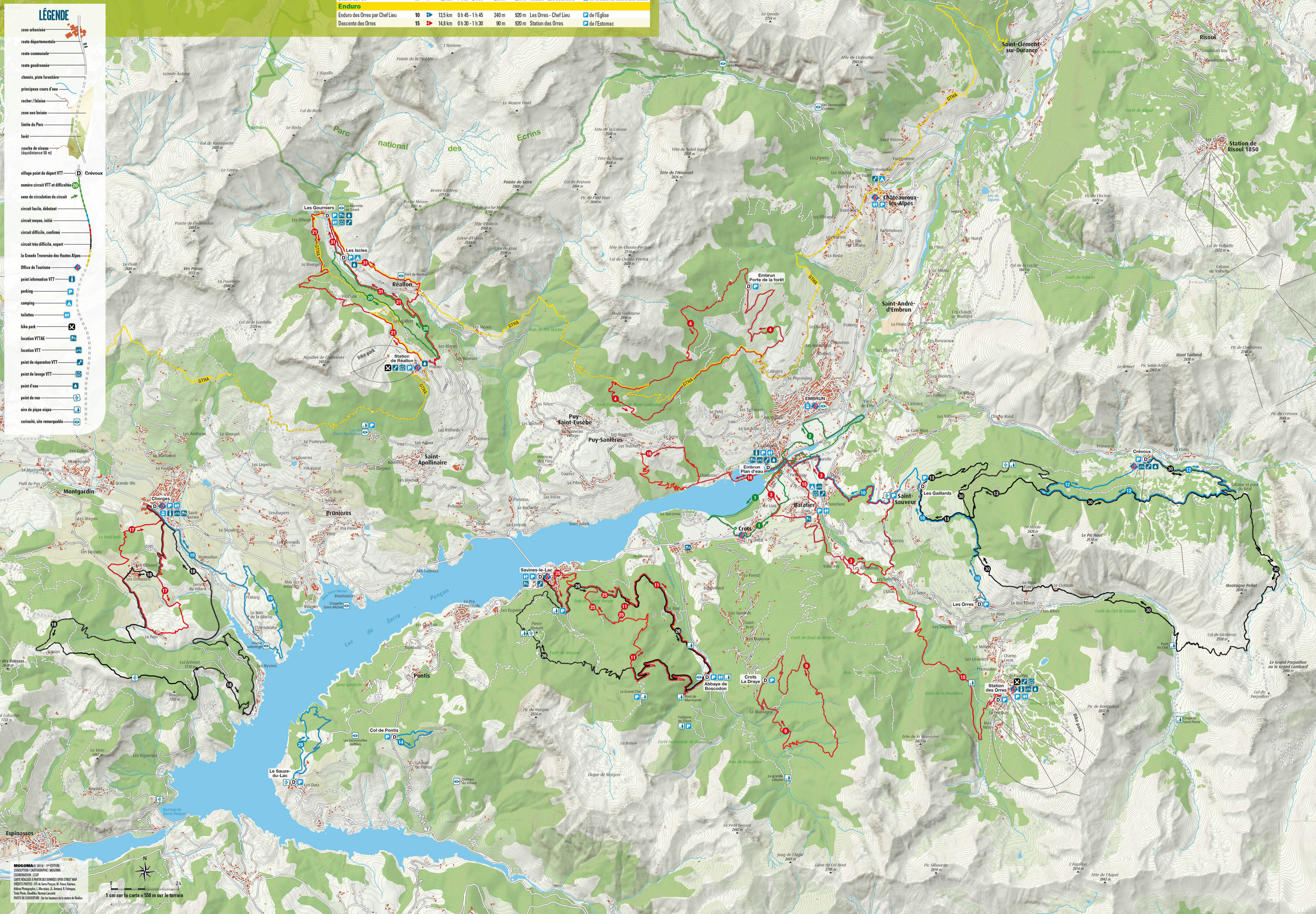
- CHORGES (05230)
Grande Rue
+33 (0)4 92 50 50 54 25
chorges@serreponcon-tourisme.com
- EMBRUN (05200)
Place Général de Gaulle
+33 (0)4 92 44 01 61
embrun@serreponcon-tourisme.com
- SAVINES-LE-LAC (05160)
9 Av. de la Combe d'Or
+33 (0)4 92 44 31 00
savineslelac@serreponcon-tourisme.com
- CREVEUX (05500)
+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
www.lasalles.com
- REALION STATION (05160)
+33 (0)4 92 44 25 67
realion@serreponcon-tourisme.com / www.realion-ski.com

Bureaux d'Information Touristique en village

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

LÉGENDE

- zone urbanisée
- route départementale
- route communale
- route goudronnée
- chemin, piste forestière
- principaux cours d'eau
- rocher / falaise
- zone non boisée
- limite de Parc
- forêt
- courbe de niveau (équidistance 50 m)
- village point de départ VTT
- numéro circuit VTT et difficultés
- sens de circulation du circuit
- circuit facile, débutant
- circuit moyen, initié
- circuit difficile, confirmé
- circuit très difficile, expert
- La Grande Traversée des Hautes Alpes
- Office de Tourisme
- point information VTT
- parking
- camping
- toilettes
- bike park
- location VTTAE
- location VTT
- point de réparation VTT
- point de lavage VTT
- point d'eau
- point de vue
- aire de pique-nique
- curiosité, site remarquable

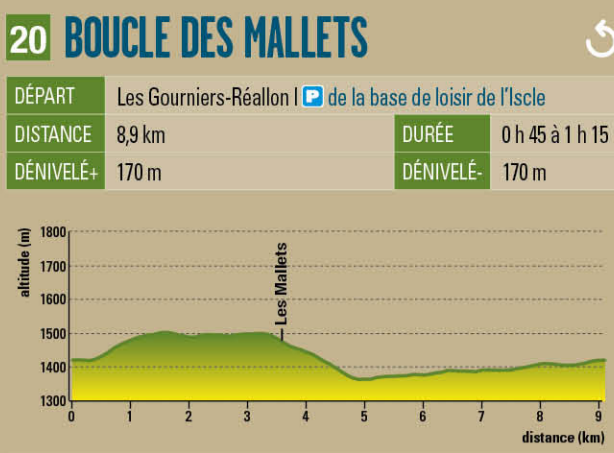
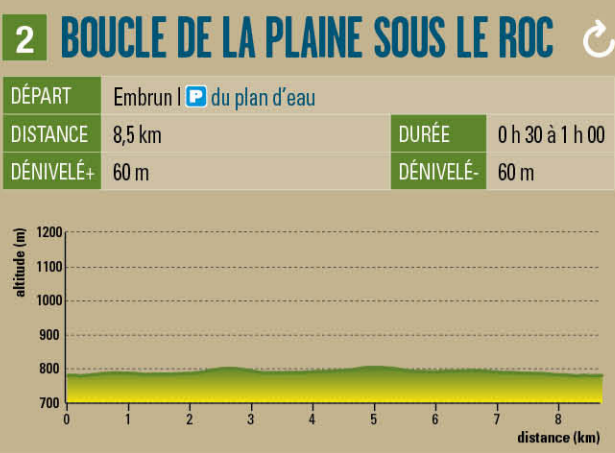
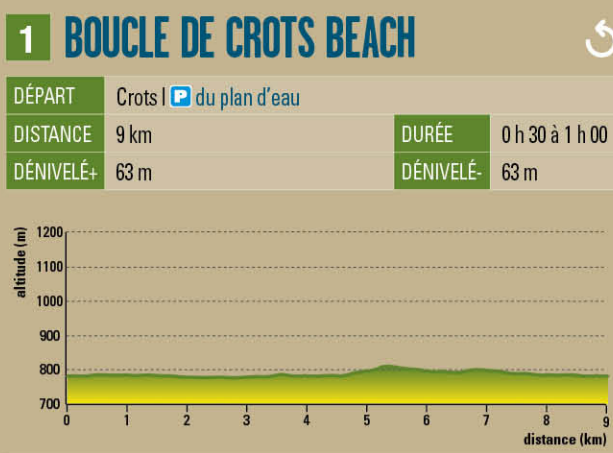


MAGNAN 2016 - 14000000
COORDINATION: CCIP
CAPS: FREDERIC AMBERGIER, DOMINIQUE OPIEN, STREET MAP
CROQUIS: PATRICK SITI de Serre-Ponçon, M. Pierre KARNIC,
Hélène PERRONNET, M. Nicolas, C. GARNIER, R. FERRON,
Théo PIERRE, Stéphanie, Aurélien, Lucie
PHOTO DE COUVERTURE: Sur les hauteurs de la station de Réalion

1 cm sur la carte = 550 m sur le terrain

LES ITINÉRAIRES VTT

NOMS DES ITINÉRAIRES	N°	NIV.	DIST.	DURÉE	DÉLEV. +	DÉLEV. -	POINT DÉPART	PARKING
Cross country								
Boucle de Crots Beach	1	3	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	3	8,5 km	0 h 30 - 1 h 00	60 m	60 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle de Saint Sauveur	3	3	16,8 km	1 h 45 - 2 h 15	490 m	490 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle des Fontainiers	4	3	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	3	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	3	14,7 km	2 h 30 - 3 h 30	670 m	670 m	Crots - Boscodon	de l'Abbaye de Boscodon
Boucle du Réal	12	3	13,6 km	2 h 30 - 2 h 00	380 m	380 m	Crévaux	du pied des pistes
Boucle du Méale	13	3	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	3	2,6 km	0 h 30 - 1 h 00	140 m	140 m	Pontis	du Col de Pontis
Boucle de la Combe des Champannes	16	3	11,8 km	1 h 30 - 2 h 30	390 m	390 m	Embrun	du plan d'eau
Boucle du Fein	17	3	12,2 km	1 h 15 - 1 h 45	350 m	350 m	Chorges	de la Gare
Boucle du Serre Renard	18	3	30,4 km	3 h 45 - 4 h 45	920 m	920 m	Chorges	de la Gare
Boucle de Chanteleube	19	3	14,4 km	1 h 15 - 2 h 15	260 m	260 m	Chorges	de la Gare
Boucle des Mallets	20	3	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 Vacluse	21	3	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	3	9,7 km	1 h 30 - 2 h 30	430 m	430 m	Savines-le-Lac	route du Morgon
Boucle de la Maniane	26	3	25,3 km	4 h 00 - 5 h 00	1110 m	1110 m	Savines-le-Lac	route du Lac
Boucle des Balcons du Sauze	28	3	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	3	39,0 km	5 h 30 - 6 h 30	1500 m	1500 m	Crévaux	du pied des pistes
Boucle du Fort	31	3	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	3	13,5 km	0 h 45 - 1 h 45	240 m	920 m	Les Orres - Chef Lieu	de l'Eglise
Descente des Orres	15	3	14,8 km	0 h 30 - 1 h 30	90 m	920 m	Station des Orres	de l'Estomac



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 tracés 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'ajoute 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.

www.lesorres.com/fr/vtt

LE BIKE PARK DE RÉALLON

Derrière n° des billes parcs 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 dénivellation 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 roulatantes agréables de quelques modules. • Les itinéraires enduro permettent 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/vit-reallon-serreponcon.html

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 monotaques impressionnantes. Au sud, l'itinéraire rejoint les Chemins du Soleil.

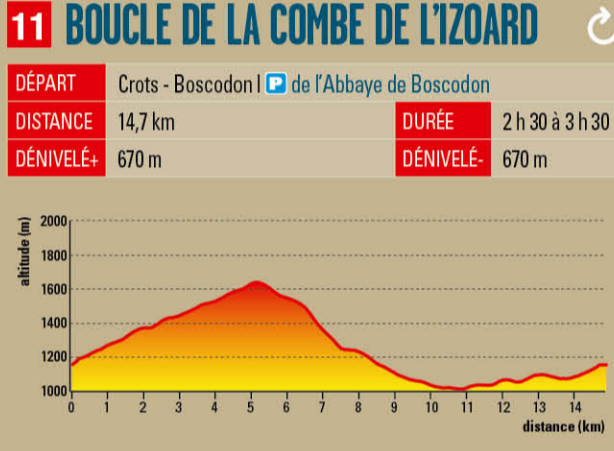
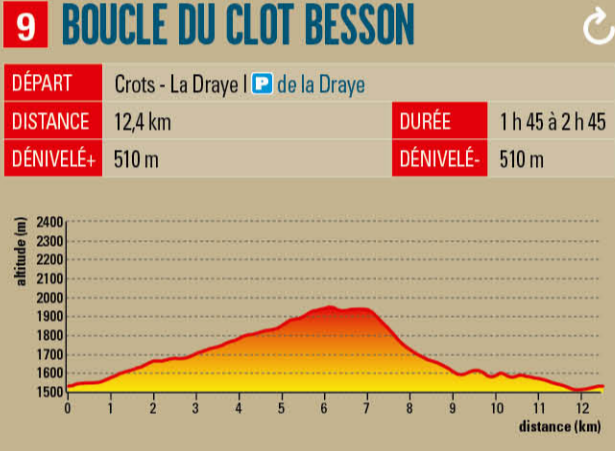
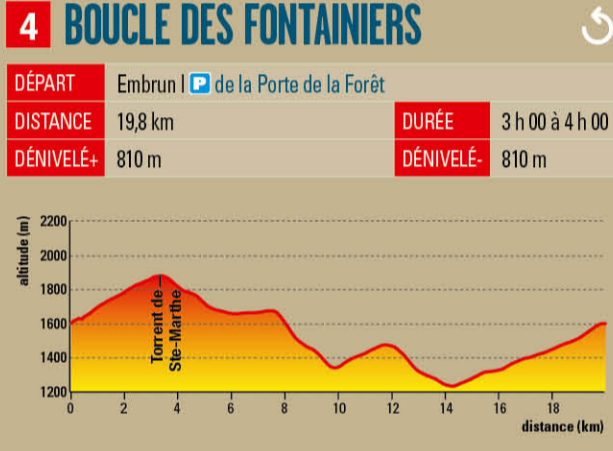
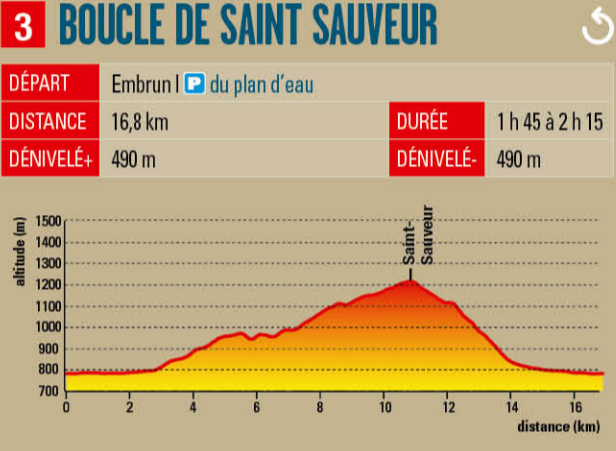
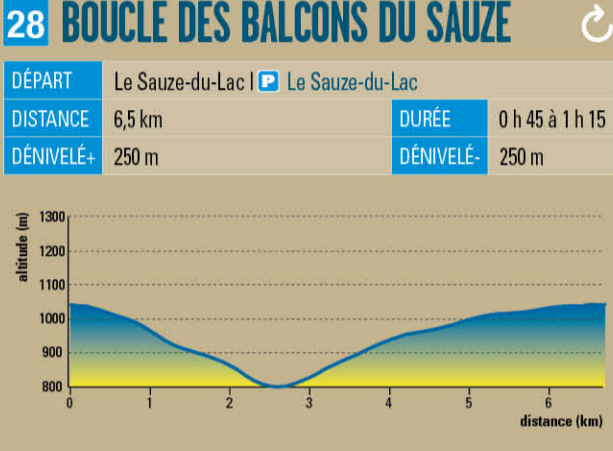
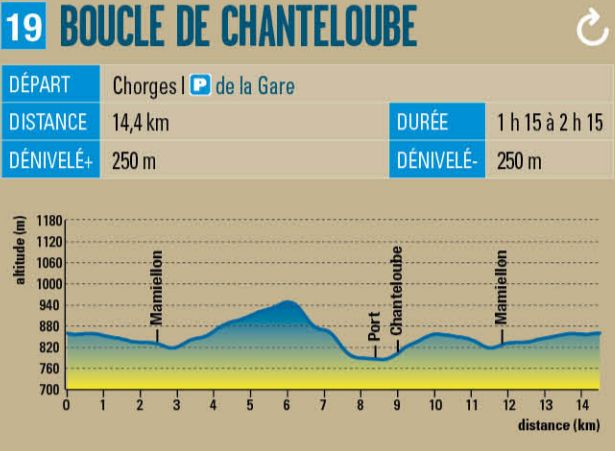
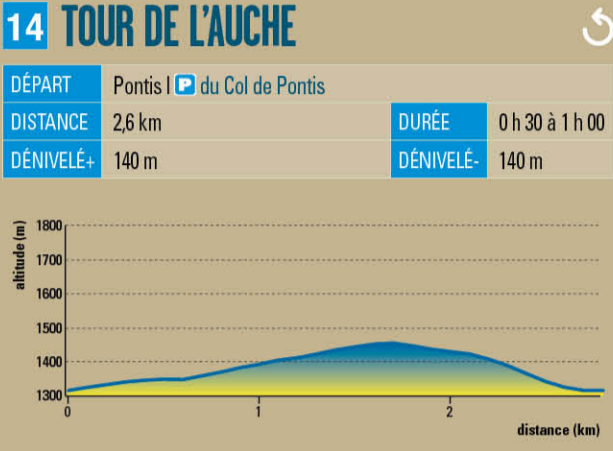
Les plus

- L'expérience du vrai VTT de montagne et d'altitude (alt. max. 2500m).
- Un parcours majoritairement composé de singles.
- 10 sites VTT-FCO en un seul itin (La Grave>Brianconnais>Ecrins>Champsaur>Valgaudemar>Gapençais>Dévoluy>Buisson).
- 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](https://www.facebook.com/GTHAVTT)

Topoguide
www.vtpro.fr

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



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 Baratière
+33(0)4 92 43 29 00
info@intersport-embrun.com / www.intersport-embrun.com

NARDO SPORTS
ZC Les Portes du lac 05200 Baratière
+33(0)4 92 43 00 11
<https://nardo-sports.notresphere.com>

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

CHASTAN SPORT
05200 Crévaux
+33(0)6 60 80 36 44
locationski@chastansport.com / www.chastansport.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.laspатуleebois.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://http://bcool.elanjon.fr>

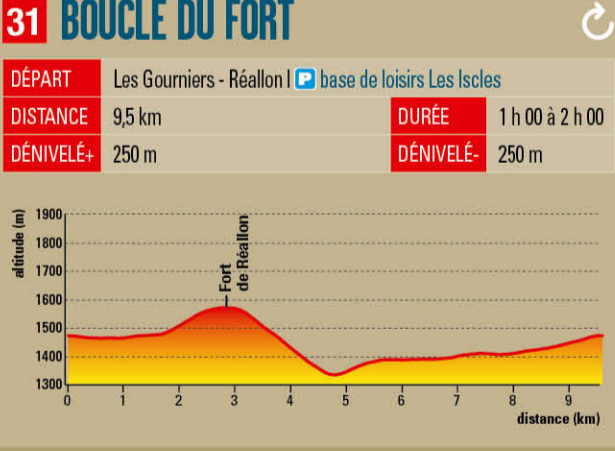
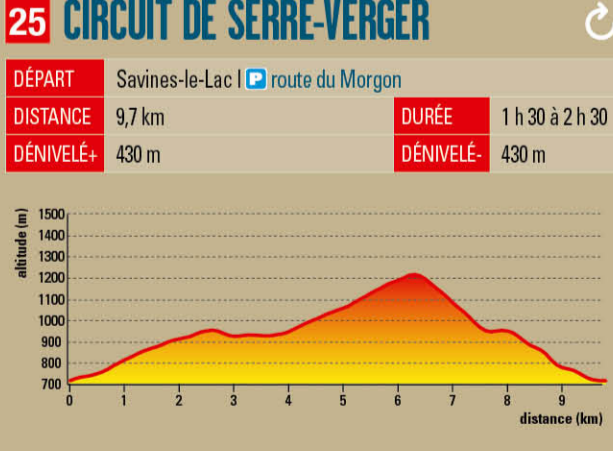
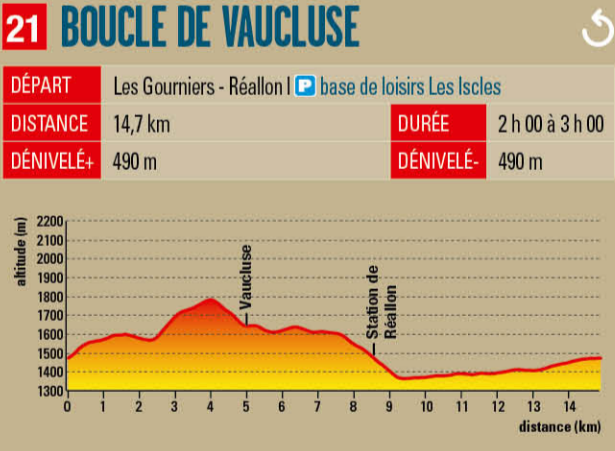
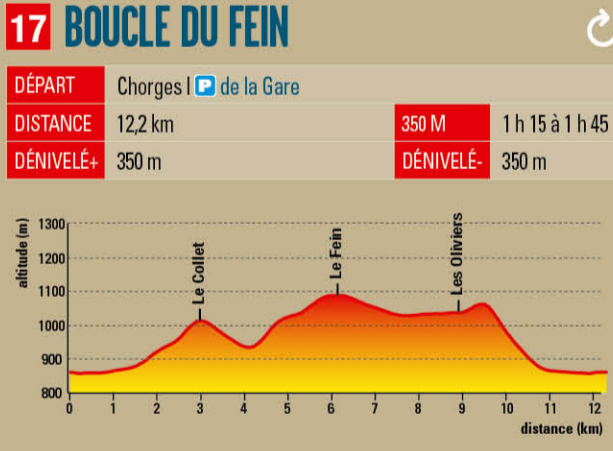
LES TYPES DE PRATIQUES

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 rapides, courts... Les VTT de Descente sont spécialement conçus pour cette discipline. Le 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.



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 57
julienmartini@orange.fr / www.randohautsalpes.com

SLOW BIKE TOUR BY Les Peupliers
Hôtel Les Peupliers, Chemin de Leslièder - 05200 Baratière
+33(0)4 92 43 03 47
slowbiketour@gmail.com / www.hotel-les-peupliers.com



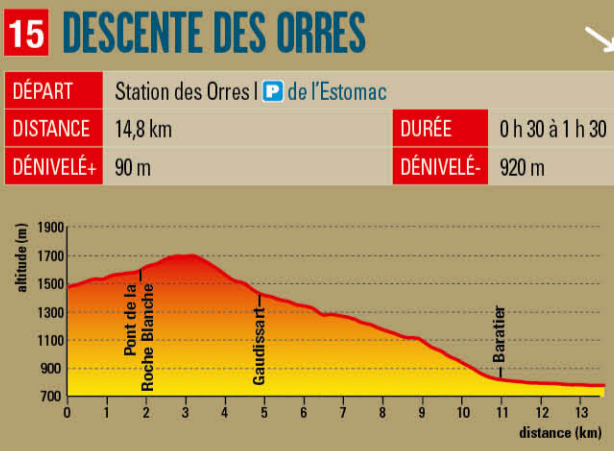
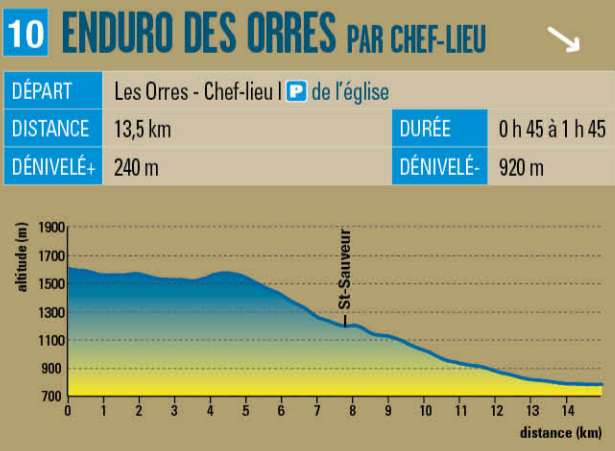
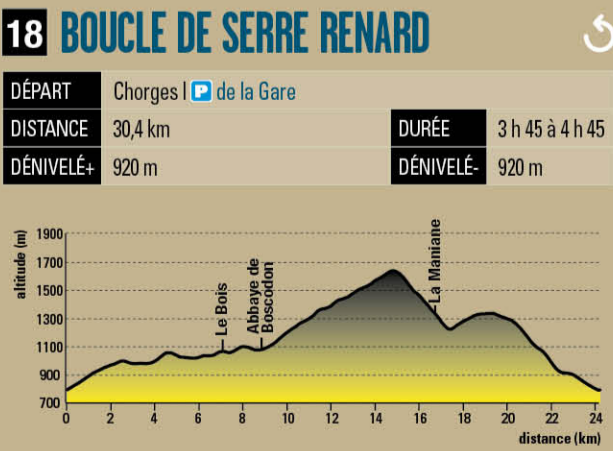
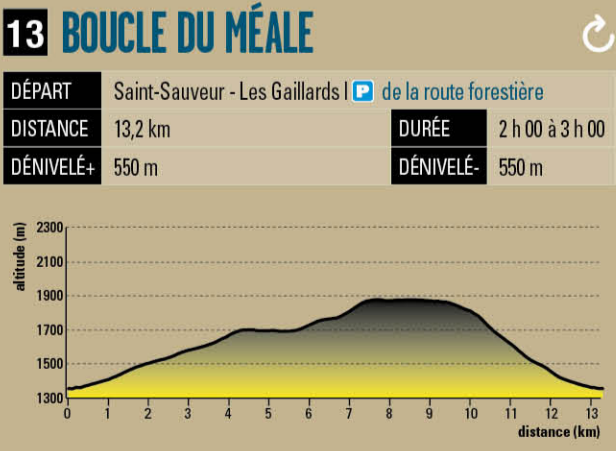
PLAISIR ET SÉCURITÉ

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. Coudeurs, 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.

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.
- Reformez 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 déchets, soyez discret et respectueux de l'environnement.
- Certains espaces naturels se dégradent très vite et mettront des années à se reconstituer.
- 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 balisage arraché) vous pouvez contacter un des Offices de Tourisme du territoire.



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