



Contact base VTT :
Maison du Lac d'Aiguebelette
04 79 36 00 02
E-mail : basevtt-pays-lac-aiguebelette@ffct.org

Point de location VTT :
Vertes Sensations (D'avril à la Toussaint)
04 79 28 77 08 - 06 50 69 77 08 - sortie A43 - Nances

Magasins, réparation :
Le Biclou - 04 76 31 12 60
Route de Pont-de-Beauvoisin. - La Bridoire
Bouticycle - 04 76 37 07 84
ZI La Baronnie - Le Pont-de-Beauvoisin

Offices de Tourisme :
Yenne et sa région
04 79 36 71 54 - 1 chemin du port - Yenne
Lac d'Aiguebelette
04 79 36 00 02 - sortie A43 - Nances
Val Guiers - 04 76 31 63 16
47 route de Pont-de-Beauvoisin- St-Genix-sur-Guiers

Clinis locaux :
Cyclo Yannois <http://cyclosyennois.free.fr>
(Randonnée du Petit Bugey le 1^{er} Mai)
Club VTT du lac d'Aiguebelette
<http://vtt-aiguebelette.ffct.org/>
(Randonnée La Mandrin le 3^e dimanche de juin)
Cyclo Pontois www.cyclopontois.org
(Randonnée Les Vallons du Guiers le 4^e dimanche d'octobre)

La charte du bricoleur

- Le reste courtisé avec les autres usagers et le reste discrétion.
- Le maître se vesse en toutes circonstances.
- Le dépasse avec précaution les randonneurs pédestres et équestres qui restent toujours prioritaires.
- Le respecte la nature et les propriétés privées.
- Le route impérativement sur les sentiers balisés et ouverts au public.
- Le respecte les règlements en vigueur.
- Le respecte les personnes de mon itinéraire et je ne pars jamais seul(e).
- Je remonte avec moi un nécessaire de réparation, une trousse de première urgence et une carte détaillée du parcours.
- Je prends connaissance à l'avance des difficultés, de la distance du trajet choisi et je ne prends pas de risques inutiles.
- Je m'informe des conditions météorologiques avant de partir en randonnée.
- Je observe le Code de la route en tous lieux et toutes circonstances.
- Je porte toujours un casque.

<http://basevtt-pays-lac-aiguebelette.ffct.org>

C Lac d'Aiguebelette (Maison du Lac)

Sortie A43 n°12 - Altitude 375 m - 8 circuits - 154 km cumulés

Coordonnées gps 45.57437, 5.800218

2 3 Les boucles de Nances
2 : longueur 4,5 km, dénivelé + 50 m
3 : longueur 8 km, dénivelé + 180 m
2 : Un circuit de balade facile pour découvrir le VTT en famille. Longeant dans un premier temps la Leyse vous traverserez ensuite le hameau fleuri des Golleis puis la partie basse de la forêt de Nances pour rejoindre le bord du lac.
Le circuit 3 gagne plus de hauteur par la route fleurie de Nances pour une descente ludique plus longue en forêt.

4 Les Villas Doria
Longueur 12 km, dénivelé + 400 m
Cet itinéraire enchante les descendeurs. Après une montée sur de petites routes vers le col de l'Épine jusqu'aux ruines des Villas Doria, vous évoluerez en forêt en single track (chemin étroit) avec certaines épinglees serrées. Cet itinéraire est classé rouge car il est plutôt réservé aux vététistes techniques.
A éviter par temps de pluie ou humide.

5 Le col de la Crusille
Longueur 27 km, dénivelé + 650 m
Un parcours "campagnard" autour de Novalesse. Un itinéraire plutôt roulant, montant jusqu'à mi-parcours puis vous pourrez profiter de descentes un peu techniques pour rejoindre le village d'Ayn. Vous profiterez notamment de la belle traversée en forêt entre le Col de la Crusille (572 m) et le Col du Banchet (590 m).

6 Château Richard
Longueur 26 km, dénivelé + 1150 m
Ce parcours vous propose de gravir le Col de l'Épine (987 m) et vous permet de savourer le plaisir d'une superbe descente en forêt depuis Château Richard jusqu'au lac d'Aiguebelette. Un parcours sportif avec de courts passages très techniques en descente. De retour sur la route du col (après le hameau de la Fossière), ne pas oublier de remonter jusqu'aux villas Doria (1 km) afin de profiter de la descente finale en forêt de Nances.

7 La Voie Sarde
Longueur 35 km, dénivelé + 1100 m
Un itinéraire sportif sur la montagne de l'Épine. Une montée sur la route du col de l'Épine avant d'emprunter un itinéraire vallonné qui suit la crête jusqu'au Col du Crucifix (915 m) ou jusqu'au col St-Michel (903 m). Juste avant ce dernier, seuls les trialistes experts pourront descendre en vélo.
Vous pourrez ensuite profiter d'une longue descente, d'abord en single track puis sur la voie Sarde jusqu'au lac d'Aiguebelette. Retour par le sud du lac par la Combe, le port et village d'Aiguebelette, les villages de Lépin et de St-Alban-de-Montbel.

8 Sur la route de la Chartreuse
Longueur 50 km, dénivelé + 1650 m
Un "grand tour" du bassin du lac pour flâner en famille et découvrir la plaine alluviale du Rhône. Entre fleuve Rhône et coteaux viticoles, cet itinéraire mi-route mi-chemin vous propose une boucle variée autour du marais de Lagneux.

9 Boucle du Banchet
Longueur 29 km, dénivelé + 750 m
Un parcours sur le versant "doux" du bassin du lac. Ascension du col de la Crusille par de petites routes et chemins. Traversée forestière de la montagne du Banchet jusqu'au "Belvédère du Grand Bec". Descente peu technique par le village de Dullin jusqu'au ruisseau du Rondelet. Un retour en rive ouest du lac par le village de St-Alban-de-Montbel.

B Lacs de Chevelu

Base de loisirs - Altitude 305 m - 3 circuits - 49 km cumulés

Coordonnées gps 45.692706, 5.825522

15 Le Mont de Lierre
Longueur 12 km, dénivelé + 440 m
Une boucle dominée par le relief tourmenté de la Dent du Chat et de la montagne de la Charvaz. Ces reliefs forment un cirque où se nichent les 2 petits lacs de Chevelu bloqués à l'ouest par le Mont de Lierre. Ce dernier vous offre une belle petite ascension et traversée au milieu des chênes avec de courts portages avant une descente finale technique... avant la baignade ?

16 Les lacs de Chevelu
Longueur 7 km, dénivelé + 220 m
L'itinéraire assez court n'est pas dépourvu de difficultés. Entre vignobles et bois, vous découvrirez le château de Bergin, un oratoire puis quelques petits points de vue sur la plaine pimenteront le retour vers les lacs de Chevelu. Attention, la dernière descente dans le bois de Lierre est difficile !

17 Circuit du vignoble
Longueur 29 km, dénivelé + 630 m
Il reprend l'intégralité des boucles 14 et 15 et propose un circuit de 30km fortement vallonné mais largement récompensé par une diversité de paysages surprenante! Lacs, vignoble, fleuve, forêt, tout y est ! Prévoir une bonne demi-journée pour les sportifs.

A Yenne (Maison de la Dent du Chat)

Parking Salle Polyvalente - Altitude 230 m - 6 circuits - 90 km cumulés

Coordonnées gps 45.704604, 5.758657

11 Circuit de Lagneux
Longueur 11 km, dénivelé + 30 m
Un circuit de balade très facile pour flâner en famille et découvrir la plaine alluviale du Rhône. Entre fleuve Rhône et coteaux viticoles, cet itinéraire mi-route mi-chemin vous propose une boucle variée autour du marais de Lagneux.

12 Circuit des maisons fortes
Longueur 15 km, dénivelé + 350 m
L'itinéraire vous amènera rapidement sur le plateau de St-Paul-sur-Yenne. Sur un parcours vallonné, vous pourrez observer de nombreux châteaux et maisons fortifiées, dont la maison natale de Charles Dullin. Le circuit se termine par une descente soutenue jusqu'au hameau d'Ameysin.

13 Les belvédères du Rhône
Longueur 15 km, dénivelé + 520 m
Cette boucle offre de superbes points de vue sur la plaine du Rhône, le défilé de Pierre-Châtel et la cité de Yenne. Vous aurez eu le temps auparavant de découvrir les coteaux verdoyants du pays Yannois. Un petit parcours sportif avec de courts passages techniques.

14 Circuit de Saint-Romain
Longueur 19 km, dénivelé + 260 m
Une ascension de la butte de Saint-Romain d'où l'on profite d'un panorama à 180° sur la plaine du Rhône, Yenne et les versants de la Dent du Chat. Un parcours qui vous guidera à travers le vignoble de Jongieux avant un retour tranquille dans la plaine, le long du fleuve Rhône resté ici au naturel !

15 Entre Rhône et Guiers
Longueur 9 km, dénivelé + 20 m
Un circuit de balade familial dans la plaine au plus près de la Confluence entre le Rhône et le Guiers. Un parcours mi-route mi-chemin au point le plus bas de la Savoie !

16 La colline de Rochefort
Longueur 20 km, dénivelé + 500 m
Partez à l'ascension de la colline de Rochefort jusqu'à Ste-Marie d'Alvey. Une boucle un peu sportive qui offre une découverte paysagère des multiples facettes du Val Guiers.

17 Les falaises de Rochefort
Longueur 29 km, dénivelé + 800 m
Un parcours sportif qui vous mènera sur la montagne du Banchet et sa belle traversée forestière entre les cols de la Crusille et du Banchet. La descente de ce dernier est rapide et difficile (portage sur 10m) avant un retour au pied des falaises par Rochefort puis par la colline de Bachelin.

18 Grand circuit St-Paul/Traize
Longueur 26 km, dénivelé + 840 m
Parcours couplant les deux circuits 12 et 13 au niveau du hameau d'Ameysin. La longueur de ce circuit vallonné lui vaut un niveau de difficulté réservé aux "sportifs" mais ne nécessitant pas de portage.
Voir les descriptifs des parcours 12 et 13.

19 Le vallon du Truison
Longueur 25 km, dénivelé + 600 m
Une boucle sportive reliant les villages du vallon du Truison. Une montée régulière du vallon par « les Envers » jusqu'à Ste-Marie d'Alvey, une ascension panoramique sur le GR9 jusqu'au plateau de St-Maurice avant une belle récompense descendante sur Grésin puis sur Champagneux. Final en douceur sur véloroute "ViaRhôna" et chemins dans la plaine du Rhône et le long du Guiers.

20 Tour du Mont de Cordon
Longueur 19 km, dénivelé + 120 m
Effectuez le tour d'une île entourée par le Rhône et dominée par le Mont de Cordon. Un parcours facile le long du fleuve et de son affluent le Guiers. Vous emprunterez 3 ponts, traverserez 3 départements, et utiliserez une portion de la ViaRhôna. Un parcours pour une belle découverte du VTT.
Balisage en automne 2013.

E St-Maurice-de-Rotherens

Radio Musée Galletti - Altitude 650 m - 3 circuits - 55 km cumulés

Coordonnées gps 45.615854, 5.699994

26 Le Petit Mont Tournier
Longueur 11 km, dénivelé + 320 m
Cette petite boucle propose un tour du plateau de St-Maurice et de ses magnifiques panoramas sur le Rhône et le Val Guiers. Un itinéraire déjà un peu sportif avec quelques courts passages difficiles largement récompensés par de belles portions roulantes et descendantes.

27 Boucle de la Lattaz
Longueur 16 km, dénivelé + 500 m
Prolonge le tour du plateau de St-Maurice (n°26) avec la courte ascension du Mont Tournier et la traversée de la forêt de Gerbaix. Une belle descente ombragée et peu technique qui rejoint le GR9. Un final en montagnes russes pour rejoindre St-Maurice par le GR9.

28 Tour du Mont Tournier
Longueur 28 km, dénivelé + 950 m
Un très beau parcours VTT autour du Mont Tournier. La première partie panoramique vous guidera à son sommet avant une belle descente à travers le bois de Glaize. Vous remontez ensuite les Chemins du Soleil pour retrouver les points hauts du Mont Tournier toujours bien ombragés. S'ensuit la traversée très roulante entre les cols du Mont Tournier et de la Lattaz et la descente en forêt de Gerbaix. Un final en montagnes russes pour terminer un périple très varié.

F St-Béron

Rond-point, centre village - Altitude 315 m - 4 circuits - 59 km cumulés

Coordonnées gps 45.502595, 5.729083

29 Boucle du Raclet
Longueur 5 km, dénivelé + 70 m
Un circuit de balade facile. Une première moitié sur chemin avant la traversée de la D1006. Un retour sur le tracé de l'ancienne voie sarde aujourd'hui empruntée par une route à faible circulation.

30 Boucle du Grand Bois
Longueur 9 km, dénivelé + 160 m
Une petite boucle « campagnarde » autour de la colline du Grand Bois. Un parcours court aux terrains variés qui reste peu technique mais ponctuée par une petite ascension. Pour un bon apprentissage du VTT.

31 Boucle des Roches
Longueur 14 km, dénivelé + 400 m
Un parcours en boucle très varié aux portes de la Chartreuse. Classé rouge malgré la distance du fait d'un profil vallonné mais sans nécessité de portage. Une petite sortie sportive qui nécessite de la prudence sur la descente finale (rigoles).

32 Autour du Thiers
Longueur 31 km, dénivelé + 850 m
Une liaison inédite de 5 villages sur des chemins souvent méconnus. Peu de répétitions sur cet itinéraire vallonné qui propose notamment l'ascension du col du Banchet avant de culminer au belvédère du Grand Bec. Une descente par Dullin et La Bridoire avant de remonter doucement jusqu'à St-Béron.

D Saint-Genix-sur-Guiers (Le Repaire Louis Mandrin)

Salle polyvalente - Altitude 225 m - 5 circuits - 102 km cumulés

Coordonnées gps 45.596781, 5.633519

21 Entre Rhône et Guiers
Longueur 9 km, dénivelé + 20 m
Un circuit de balade familial dans la plaine au plus près de la Confluence entre le Rhône et le Guiers. Un parcours mi-route mi-chemin au point le plus bas de la Savoie !

22 Tour du Mont de Cordon
Longueur 19 km, dénivelé + 120 m
Effectuez le tour d'une île entourée par le Rhône et dominée par le Mont de Cordon. Un parcours facile le long du fleuve et de son affluent le Guiers. Vous emprunterez 3 ponts, traverserez 3 départements, et utiliserez une portion de la ViaRhôna. Un parcours pour une belle découverte du VTT.
Balisage en automne 2013.

23 La colline de Rochefort
Longueur 20 km, dénivelé + 500 m
Partez à l'ascension de la colline de Rochefort jusqu'à Ste-Marie d'Alvey. Une boucle un peu sportive qui offre une découverte paysagère des multiples facettes du Val Guiers.

24 Le vallon du Truison
Longueur 25 km, dénivelé + 600 m
Une boucle sportive reliant les villages du vallon du Truison. Une montée régulière du vallon par « les Envers » jusqu'à Ste-Marie d'Alvey, une ascension panoramique sur le GR9 jusqu'au plateau de St-Maurice avant une belle récompense descendante sur Grésin puis sur Champagneux. Final en douceur sur véloroute "ViaRhôna" et chemins dans la plaine du Rhône et le long du Guiers.

25 Les falaises de Rochefort
Longueur 29 km, dénivelé + 800 m
Un parcours sportif qui vous mènera sur la montagne du Banchet et sa belle traversée forestière entre les cols de la Crusille et du Banchet. La descente de ce dernier est rapide et difficile (portage sur 10m) avant un retour au pied des falaises par Rochefort puis par la colline de Bachelin.

SUPER U
ZI la Baronnie
73330 PONT DE BEAUVOISIN
www.superu-pontdebeauvoisin.com
04 76 37 38 39

CYCLOS YENNOIS
L'association des Cyclos Yannois pratique le vélo de route et le VTT sans esprit de compétition, juste pour le plaisir de rouler en toute amitié.
Quelque soit votre niveau, un circuit adapté vous sera proposé. N'hésitez pas à venir avec nous.
cyclosyennois@free.fr
<http://cyclosyennois.free.fr>

Club VTT Aiguebelette
Le club propose des sorties encadrées, stages, pour les signés de la polyvalence, pour les jeunes et les adultes de mars à novembre. Ecole de VTT pour les juniors, initiation adultes débutants.
Tél. 06 16 55 31 90
<http://vtt-aiguebelette.ffct.org>

Les Chemins du soleil

De Culoz à Saint-Pierre-d'Entremont : Longueur 117 km, dénivelé + 4000 m

La Grande Traversée des Alpes
La grande traversée des Alpes : des hauts plateaux aux champs de lavande, les "Chemins du Soleil" se hissent au rang des 5 plus grandes traversées labellisées en France.

Le parcours de rêve entre Thonon et Nice dessine du Nord au Sud dans les Préalpes un itinéraire tracé par et pour les amateurs de "pur VTT". Découvrez une de ces plus belles étapes en traversant le Pays du lac d'Aiguebelette, des contreforts du Mont du Chat jusqu'au Parc naturel régional de Chartreuse. www.cheminsdusoleil.com

Pays du Lac d'Aiguebelette

- C** Lac d'Aiguebelette
- 2 Les boucles de Nances (4,5 km, 50 D+)
 - 3 Les boucles de Nances (8 km, 180 D+)
 - 4 Les Villas Doria (12 km, 400 D+)
 - 5 Le col de la Crusille (27 km, 650 D+)
 - 6 Château Richard (25 km, 1150 D+)
 - 7 La Voie Sarde (35 km, 1100 D+)
 - 8 Sur la route de la Chartreuse (50 km, 1650 D+)
 - 9 Boucle du Banchet (29 km, 750 D+)

- B** Lacs de Chevelu
- 15 Le Mont de Lierre (12 km, 440 D+)
 - 16 Les lacs de Chevelu (7 km, 220 D+)
 - 17 Circuit du vignoble (29 km, 630 D+)

- D** St-Genix-sur-Guiers
- 21 Entre Rhône et Guiers (9 km, 20 D+)
 - 22 Tour du Mont de Cordon (19 km, 120 D+)
 - 23 La colline de Rochefort (20 km, 500 D+)
 - 24 Le vallon du Truison (25 km, 600 D+)
 - 25 Les falaises de Rochefort (29 km, 800 D+)

- E** St-Maurice-de-Rotherens
- 26 Le Petit Mont Tourmier (11 km, 320 D+)
 - 27 Boucle de la Lattaz (16 km, 500 D+)
 - 28 Tour du Mont Tourmier (28 km, 950 D+)

- A** Yenne
- 11 Circuit de Lagneux (11 km, 30 D+)
 - 12 Circuit des maisons fortes (15 km, 350 D+)
 - 13 Les belvédères du Rhône (15 km, 520 D+)
 - 14 Circuit de Saint-Romain (19 km, 260 D+)
 - 18 Grand circuit St-Paul/Traize (26 km, 840 D+)

- Les Chemins du Soleil**
- La Grande Traversée des Alpes (117 km, 4000 D+ de Culoz à St-Pierre d'Entremont)

- F** St-Béron
- 29 Boucle du Raclet (5 km, 70 D+)
 - 30 Boucle du Grand Bois (9 km, 160 D+)
 - 31 Boucle des Roches (14 km, 400 D+)
 - 32 Autour du Thiers (31 km, 850 D+)



Base VTT

28 circuits
500 km
d'itinéraires
cumulés

Balises des itinéraires

- Indications de direction du(des) circuit(s) et du niveau de difficulté.
- Mauvaise direction.

Légendes

- A** Point de départ
- 0** Très facile
- 1** Facile
- 2** Difficile
- 3** Très difficile

Sécurité

Certains des itinéraires proposés peuvent présenter des dangers qu'il vous conviendra d'appréhender. Pour votre sécurité, choisissez votre circuit en fonction de vos capacités techniques et physiques.

Appels d'urgence
N° européen pour les urgences : 112
SAMU : 15 - Pompiers : 18
SOS Médecin : 04 79 69 46 46
Gendarmerie : 17

- Zone de prudence
- Point de restauration
- Point de location de VTT
- Office de Tourisme
- Point de vue
- Point de lavage
- Gare SNCF
- Arrêt ligne de bus
- Magasin, réparation VTT

Télécharger

Fichiers GPX sur
<http://basevtt-pays-lac-aiguebelette.ffct.org>

