

# CARNET de Rando VTT



16 ITINÉRAIRES À DÉCOUVRIR

 **GAP TALLARD** *Vallées*

*Le cœur des Alpes du Sud*



# EDITO

Notre territoire est un formidable terrain de jeu pour la pratique du VTT, que l'on soit débutant ou expérimenté. La variété des paysages, allant des plaines aux allures de Provence jusqu'aux sommets montagneux, permet à la fois une approche ludique pour des balades en famille, ou plus sportive pour dévaler entre amis des parcours techniques et joueurs. C'est grâce à la richesse et à la beauté des paysages de nos vallées que j'ai découvert le VTT et que je suis devenu un sportif de haut niveau. Je suis fier aujourd'hui d'en être l'un des ambassadeurs.

Stéphane TEMPIER



**STÉPHANE TEMPIER**

Membre de l'équipe de France de VTT

PAGE	DÉPART / NOM DE L'ITINÉRAIRE	N°	NIVEAU	DIST.	DÉN.	ALT MIN.	ALT MAX	DURÉE*
8	BARCILLONNETTE / <b>FOUREYSSASSE</b>	1	▶▶	34,13 km	1035 m+	578 m	1049 m	4h30
10	BARCILLONNETTE / <b>PEYSSIER</b>	3	▶▶	17,8 km	743 m+	816 m	1415 m	2h30
12	CHÂTEAUVIEUX / <b>LE ROUSINE</b>	12	▶▶	16,21 km	305 m+	635 m	820 m	2h00
14	CHÂTEAUVIEUX / <b>SERRE PIERROT</b>	3	▶▶	14,25 km	411 m+	618 m	917 m	2h00
16	GAP, CHARANCE / <b>AUX FRONTIÈRES DU CHAMPSAUR</b>	8	▶▶	38,65 km	1102 m+	952 m	1696 m	4h30
18	GAP, CHARANCE / <b>FAR BAYARD</b>	1	▶▶	21,30 km	590 m+	1068 m	1411 m	3h00
20	GAP, CHARANCE / <b>LES BASSETS</b>	2	▶▶	10,55 km	236 m+	1068 m	1252 m	2h00
22	GAP, CHARANCE / <b>CORRÉO</b>	3	▶▶	15 km	198 m+	1068 m	1173 m	1h30
26	GAP, PISCINE / <b>YA MARNE</b>	9	▶▶	34,75 km	845 m+	635 m	1050 m	4h00
28	GAP, PISCINE / <b>LA TOUR RONDE</b>	3	▶▶	11,54 km	192 m+	681 m	805 m	2h00
30	JARJAYES / <b>PUY MOREL</b>	9	▶▶	27,62 km	842 m+	697 m	1226 m	4h30
32	SIGOYER, LES GUÉRINS / <b>FONT VIEILLE</b>	2	▶▶	14,56 km	368 m+	1231 m	1543 m	2h00
34	SIGOYER, LES GUÉRINS / <b>LES CÉÛSES</b>	7	▶▶	38,07 km	1370 m+	950 m	1670 m	5h00
36	TALLARD / <b>LES PAROTS</b>	2	▶▶	14,89 km	235 m+	576 m	699 m	2h30
38	TALLARD / <b>SAINT-ABDON</b>	1	▶▶	6,36 km	97 m+	583 m	634 m	1h00
42	SIGOYER / <b>GRAVEL PELLEAUTIER</b>	5	▶▶	18 km	318 m+	943 m	1098 m	1h30

\*Durée approximative pouvant varier en fonction de votre niveau et des éventuelles pauses effectuées

TOUS LES PARCOURS PROPOSÉS DANS CE GUIDE SONT PRATICABLES EN VTT À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE.

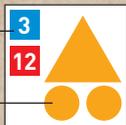


## CONSEILS AUX VÉTÉTISTES

### SUIVEZ LE BALISAGE

■ Très facile   
 ■ facile   
 ■ Difficile   
 ■ Très difficile

Numéro de l'itinéraire couleur pour la difficulté



Direction à suivre

Mauvaise direction

### LES CODES DU VÉTÉTISTE

- Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires.
- Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse.
- Soyez prudent et courtois lors de dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire.
- Contrôlez l'état de votre VTT et prévoyez ravitaillements et accessoires de réparation.
- Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage.
- Portez un casque et des protections adaptées à votre pratique.
- Emportez avec vous un nécessaire de réparation, une trousse de première urgence et une carte détaillée du parcours.
- Prenez connaissance à l'avance des difficultés, de la distance du trajet choisi.
- Informez-vous des conditions atmosphériques avant de partir en montagne.
- Respectez le code de la route en toutes circonstances.
- Respectez les propriétés privées et les zones de cultures.
- Faites attention aux engins agricoles et forestiers.
- Refermez les barrières.
- Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons.
- Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages.
- Gardez vos débris, soyez discret et respectueux de l'environnement.
- Soyez bien assuré, pensez au Pass Cyclisme FFC.

### LE MATÉRIEL INDISPENSABLE



#### UN VTT EN BON ÉTAT

- Testé et révisé préalablement
- Suspension à l'avant et pneumatique adaptés à la pratique du VTT en montagne
- Pour les VTT à assistance électrique : s'assurer d'une autonomie de batterie suffisante pour effectuer le parcours choisi.



#### TENUE DE VÉLO

- Casque, lunettes et gants
- Vêtements adaptés à la pratique du VTT
- Chaussures de sport ou de VTT



#### SAC À DOS

- Matériel de réparation (chambres à air, démonte-pneu, multi outils, pompes etc ..)
- Bidon d'eau ou poche à eau
- Pique-nique ou alimentation énergétique
- Coupe-vent et/ou polaire légère
- Téléphone portable
- Petite pharmacie et couverture de survie
- Papiers d'identité, argent liquide, carte bancaire
- Topo guide, carte IGN



### LE PLUS

Un GPS ou une application smartphone pour suivre les traces GPS (fichier GPX) téléchargeable sur le site [alpesrandos.net](http://alpesrandos.net)

### RESPONSABILITÉ INDIVIDUELLE

L'office de Tourisme se dégage de toute responsabilité à l'égard de l'utilisation des topos et des éventuels incidents qui pourraient survenir sur les parcours proposés. [N° d'appel d'urgence : 112]. Certains circuits peuvent faire l'objet d'évolution de parcours. En cas de modification d'itinéraire, suivre en priorité le balisage. Les durées sont données à titre indicatif et peuvent varier en fonction des possibilités de chacun.

## COMMENT CHOISIR SON VTT ?



Aujourd'hui il existe plusieurs types de VTT. Selon votre pratique et votre niveau vous serez amené à faire des choix : cadre, suspension, freins, roues, les solutions sont multiples! Nous vous proposons un petit guide pour vous aidez à trouver le VTT idéal. N'hésitez pas à demander conseil auprès des magasins spécialisés (voir liste p. 44).

### QUELLE PRATIQUE ?



#### VTT RANDONNÉE

Polyvalent et agréable à piloter, ce type de VTT est parfaitement adapté pour des randonnées en pleine nature, quelles soient sportives ou de loisir. Idéal pour partager un moment sportif entre amis ou en famille à son rythme. Il conviendra aussi parfaitement pour des trajets quotidiens en ville.



#### VTT CROSS COUNTRY

Plus léger et nerveux, le VTT Cross Country (ou XC) est taillé pour la vitesse et la performance. Sur des itinéraires plus ou moins long, Il vous permettra d'enchaîner avec une efficacité maximum, montées, descentes et parties roulantes. Idéal pour s'essayer à la compétition.



#### VTT ALL MOUNTAIN

La montagne et ses pentes raides et accidentées est son terrain de jeu préféré. Capable de très bien montée, il se montre particulièrement à l'aise dans les descentes engagées grâce à son confort et sa maniabilité à toute épreuves. Fun et sensations garantis !

*Il existe d'autres pratiques comme la descente (DH) ou l'enduro, spécifiques à la descente. Très exigeantes, elles nécessitent beaucoup de technique.*

### QUEL TYPE DE SUSPENSION ?



#### CADRE SEMI-RIGIDE

Il possède une suspension unique - ment à l'avant (fourche). Plus rigide et plus léger il est plus efficace dans les phases de pédalage, notamment en montée. D'entretien plus facile, il est aussi moins onéreux.



#### CADRE TOUT-SUSPENDU

Il possède 2 suspensions : une à l'avant (fourche) et une à l'arrière (amortisseur). Il offre plus de confort grâce à une meilleure absorption des chocs sur les terrains cassants. Il est plus lourd et plus onéreux.

### QUEL TYPE DE FREINS ?

#### FREINS À PATINS (V BRAKE)

Mécanisme simple et fiable de freinage par frottement des patins sur la jante. Moins efficace par temps humide.

#### FREINS À DISQUES MÉCANIQUES

Système de freinage avec plaquette sur disque actionné par un câble. Puissant et progressif par tous les temps.

#### FREINS À DISQUES HYDRAULIQUES

Système de freinage avec plaquette sur disque actionné par du liquide frein. Puissant et précis, recommandé pour une utilisation sportive.

### QUEL DIAMÈTRE DE ROUES ?

#### ROUE 26"

Diamètre historique du VTT, il garantit une maniabilité et une réactivité excellentes. Il tend à disparaître.

#### ROUE 27,5"

Le nouveau standard du VTT. Parfait compromis entre l'agilité du 26" et le confort de pilotage du 29".

#### ROUE 29"

Elle offre plus de confort grâce à un rendement accru et une plus grande facilité à franchir les obstacles.



### ET L'ÉLECTRIQUE DANS TOUT ÇA ?

L'assistance électrique a considérablement démocratisé la pratique du VTT ! Demandant moins d'efforts le VTTAE permet de s'attaquer à des parcours plus longs et plus difficiles. En plus des caractéristiques précédemment évoquées, il conviendra de bien choisir la batterie (puissance, autonomie, poids et prix...).

34,13 KM  
1035 M+

## 1 BARCILLONNETTE FOUREYSSASSE

Un parcours «cross country». Les changements de rythmes sont incessants! les connaisseurs diront que c'est un parcours «casse pattes» ! Mais les descentes sont sur sentiers monotraces, et très variées !

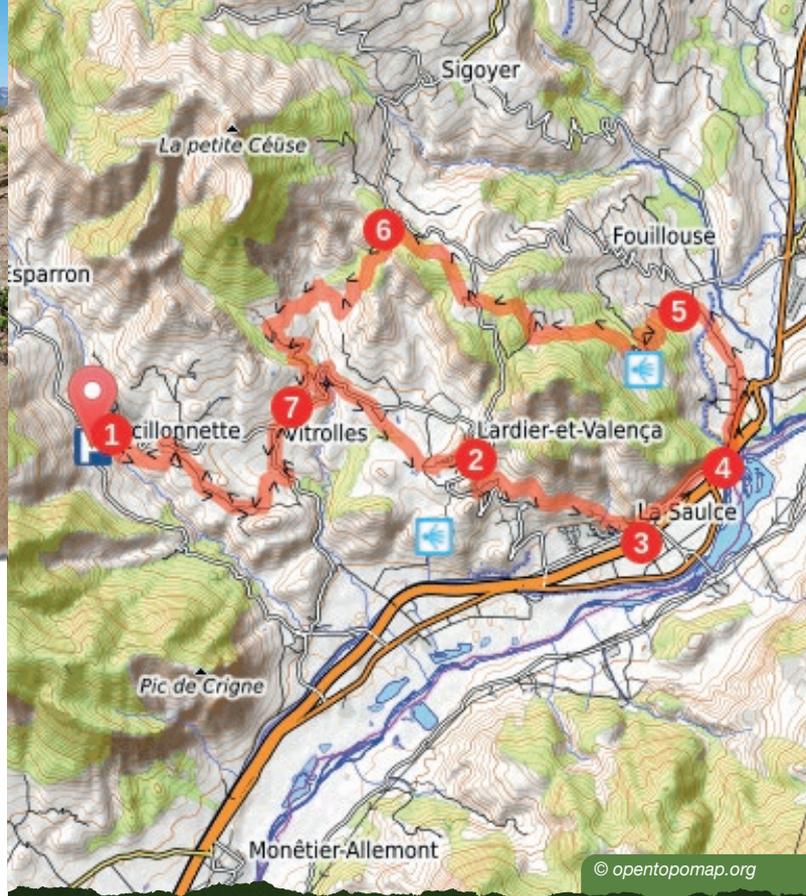
### ITINÉRAIRE

1. La première partie jusqu'au village de Lardier et Valença est vallonnée alternant petites routes, pistes et sentiers.
2. Au village de Lardier et Valença, le beau lavoir permet de recharger en eau! Une belle descente jusqu'au village de La Saulce s'offre à vous.
3. Traverser La Saulce. Plusieurs fontaines sur votre chemin permettent de remplir les gourdes! Rester sur la route goudronnée en direction de Gap.
4. **ATTENTION !** Traverser la RN85 (circulation importante, soyez prudent!), et longer la 300 m. Ensuite louvoyer dans les champs de pommiers.
5. Une longue montée commence. Traverser le hameau de Tournoux et rejoindre le col de Foureyssasse (1042 m).
6. La plus belle descente de l'itinéraire commence! Alternant passages techniques, roulants, ludiques! C'est superbe. En bas de cette descente, un enchaînement de routes, pistes vallonnées vous amène à Vitrolles.
7. Retour par le même itinéraire que l'aller.

### Profil altimétrique

Altitude : min. 578 m / max : 1049 m

5 km | 10 km | 15 km | 20 km | 25 km | 30 km



© opentopomap.org



Accès

Depuis la Saulce, empruntez la D1085. Quittez-là à la hauteur de Vitrolles et prenez la direction de Barillonnette. Rejoignez ce village.  
**Parking conseillé :** à l'entrée du village de Barillonnette, sous le lavoir.



Longitude : 5,919205118

Latitude : 44,43451608



Durée : 4 h 30



Distance : 34,13 km



Difficulté : difficile



Dénivelé : 1035 m



Carte IGN : n°3338 ET

17,8 KM  
743 M+

### 3 BARCILLONNETTE PEYSSIER

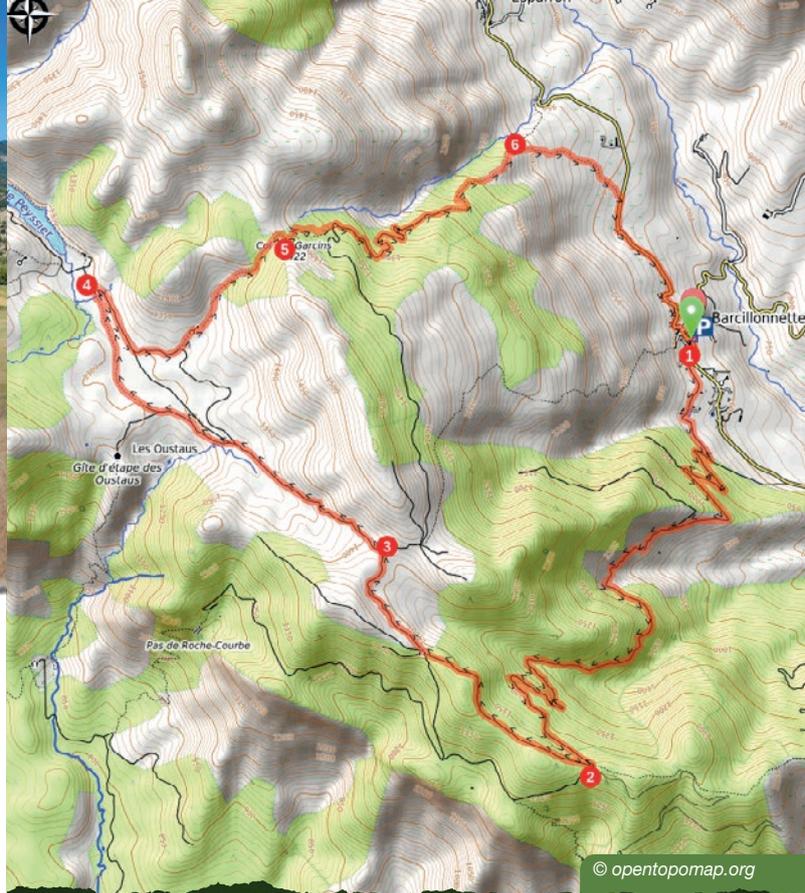
Un itinéraire remarquable entre décor alpin et Provençal ! La montée vers le col de Peyssier est longue : 8km de piste régulière ! L'effort est récompensé par l'arrivée sur le plateau puis le lac de Peyssier. La descente qui suit est magnifique!

#### ITINÉRAIRE

1. On quitte vite la route goudronnée pour la piste et la longue montée vers le col des Selles (1348m).
2. Longer la crête par une bonne piste et rejoindre le col de Peyssier (1418 m).
3. Du col de Peyssier, une bonne piste vous descend sur le plateau «lunaire» de Peyssier! Le gîte «les Oustaus» permet une bonne halte (restauration, nuitées...). Attention, il n'est pas le long de l'itinéraire.
4. Avant de faire demi tour, aller voir le lac de Peyssier, particulièrement agréable au printemps et en début d'été quand il est plein!
5. Remonter au col des Garçons (1422 m). Quelques portions de portages sont nécessaires. La descente qui suit est superbe.
6. En fin de descente, ne pas loucher dans une section raide et caillouteuse la bifurcation vers la droite pour rejoindre le départ.

#### Profil altimétrique

Altitude :  
min. 816 m  
max : 1415 m



Accès



Depuis la Saulce, empruntez la D1085. Quittez-là à la hauteur de Vitrolles et prenez la direction de Barillonnette. Rejoignez ce village.  
**Parking conseillé** : à l'entrée du village de Barillonnette, sous le lavoir.



Longitude : 5,919201727  
Latitude : 44,43451711



Durée : 2 h 30



Distance : 17,8 km



Difficulté : moyen



Dénivélé : 743 m



Carte IGN : n°3338 ET

16,21 KM  
305 M+



## 12 CHÂTEAUVIEUX LE ROUSINE

Cet itinéraire est un somptueux mélange de petites routes, pistes et sentiers ! Pas de difficultés techniques particulières !

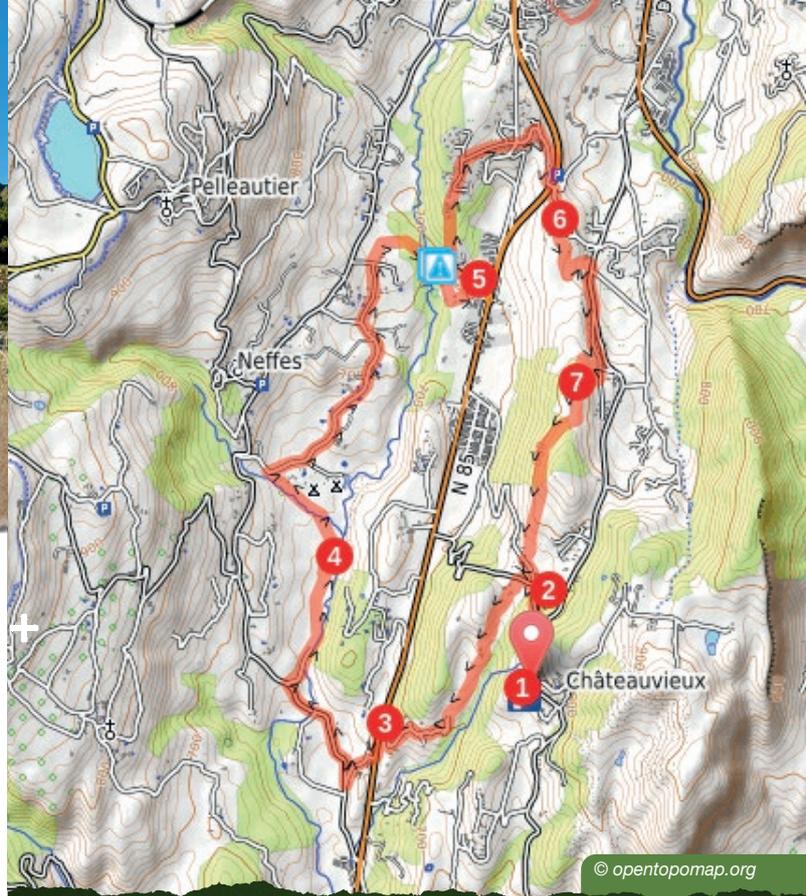
### ITINÉRAIRE

1. Depuis le cimetière, emprunter la route en direction de Gap. Aux dernières maisons, et après une courte remontée, prendre une petite route à gauche qui descend. Récupérer ensuite une piste jusqu'à la RN85.
2. Il est possible de couper par un petit sentier raide et technique, et retrouver l'itinéraire au Lauza.
3. **ATTENTION !** Traverser la RN85 et longer la vers la gauche 250m.
4. Quitter la bonne piste pour un sentier pierreux jusqu'à la passerelle qui traverse le Merdarel. Emprunter ensuite la petite route goudronnée jusqu'à récupérer le «GR93» - «GRP entre Céüse et Durance».
5. Après avoir traversé le Rousine, longer la zone d'activité de la Plaine de Lachaup un court instant. Récupérer un sentier en forêt très agréable.
6. Après être passé au dessus de la RN85, emprunter une petite route à droite devenant un sentier. Retrouver rapidement la route de Chateauvieux sur 300m.
7. Après une courte remontée sur la colline par une bonne piste, un beau sentier vallonné vous emène vers votre point de départ ! Rentrer par la route jusqu'à Chateauvieux.

### Profil altimétrique

Altitude : min. 635 m / max : 820 m

4 km | 8 km | 12 km | 16 km



© opentopomap.org



Accès

Depuis Gap, prendre la direction de la D900b qui longer la Luye. Au niveau de la station d'épuration, se diriger vers Chateauvieux.

**Parking conseillé :** Parking du cimetière.



Longitude : 6,049556422  
Latitude : 44,48435456



Durée : 2 h



Distance : 16,21 km



Difficulté : facile



Dénivelé : 305 m



Carte IGN : n°3338 ET

14,25 KM  
411 M+



### 3 CHÂTEAUVIEUX SERRE PIERROT

Vous allez découvrir les fameux marnes de Châteaueuieux !  
l'itinéraire est roulant, et propose des descentes ludiques !  
Les points de vue tout au long du parcours sont remarquables.

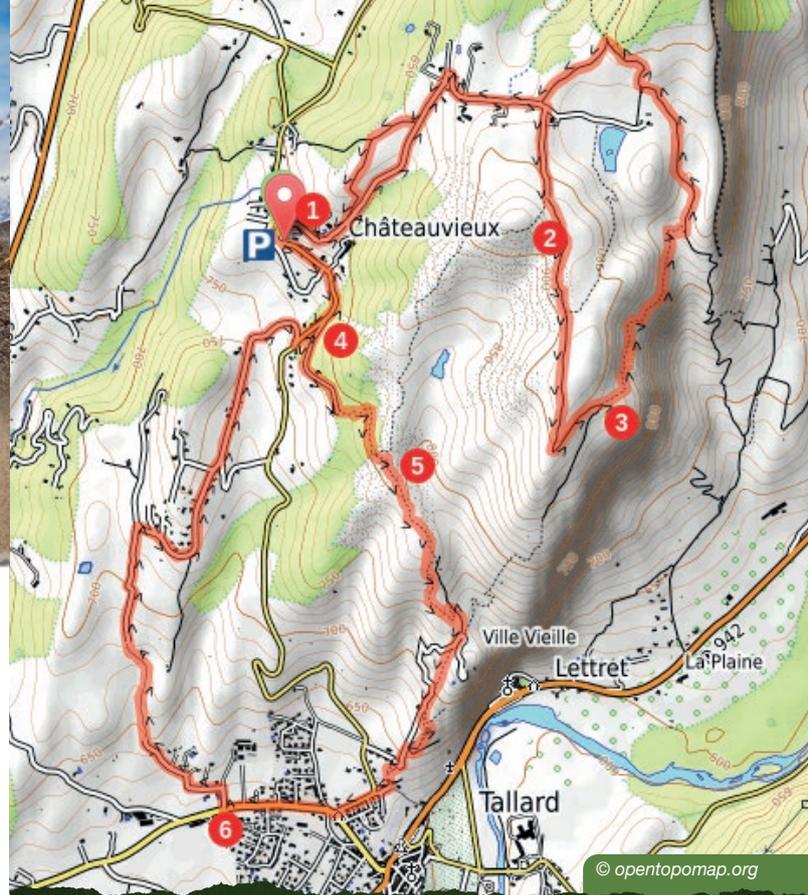
#### ITINÉRAIRE

1. Emprunter la route qui monte, et traverser le lieu dit «Bel-Air».
2. La piste en crête offre des panoramas magnifiques sur les montagnes bordant la communauté d'agglomération Gap Tallard Durance.
3. Descente vallonnée, **ATTENTION !** quelques passages techniques !
4. Après être revenu sur vos pas, traverser le village de Châteaueuieux. Possibilité de remplir les gourdes dans le village.
5. Après une courte remontée sur route, emprunter un sentier qui monte dans un premier temps, puis qui redescend vers Tallard. Quelques passages exposés en traversés puis descente ludique dans les marnes !
6. Emprunter sur 500m la D46, et ne pas manquer de tourner à droite vers les Lauzes. Vous remontez alors une piste, parfois raide, puis une route vous ramenant au point de départ.

#### Profil altimétrique

Altitude : min. 618 m / max : 917 m

3 km | 6 km | 9 km | 12 km |



© opentopomap.org



Accès

Depuis Gap, prendre la direction de la route qui longe la Luye (D900b). Au niveau de la station d'épuration, prendre direction Châteaueuieux.

**Parking conseillé :** Parking du cimetière.



Longitude : 6,049870692  
Latitude : 44,48400584



Durée : 2 h



Distance : 14,25 km



Difficulté : **difficile**



Dénivelé : 411 m



Carte IGN : n°3338 ET

38,65 KM  
1102 M+

## 8 GAP - CHARANCE AUX FRONTIÈRES DU CHAMPSAUR

Très belle boucle empruntant le Canal de Charance, les forêts denses du col Bayard, et les sentiers de montagne autour du col de Gleize.

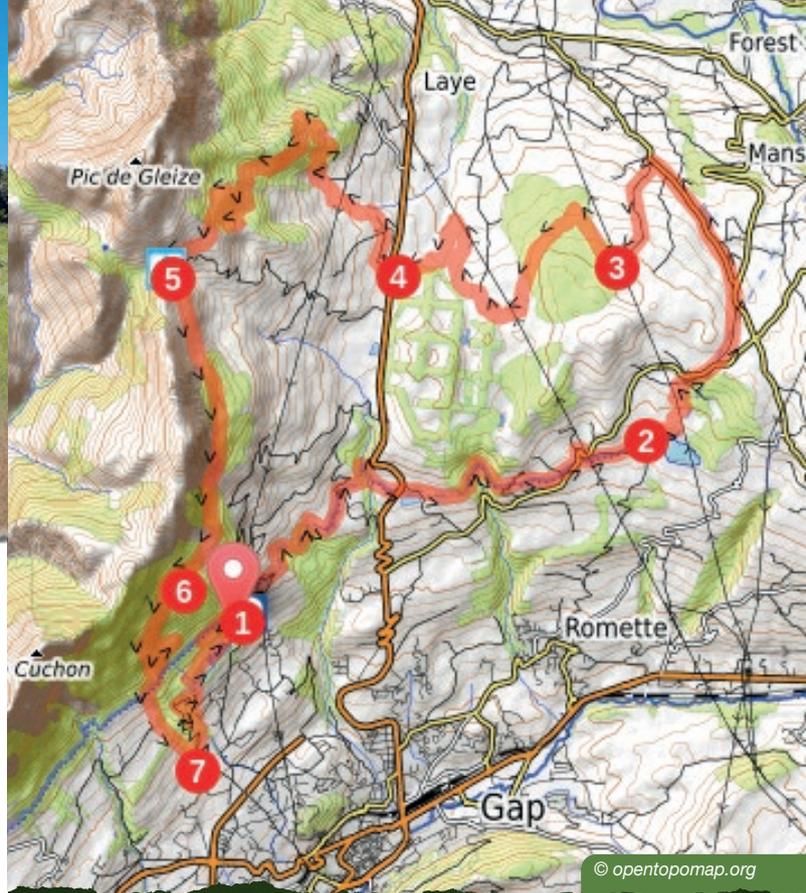
### ITINÉRAIRE

1. Longer le canal offre un bon échauffement pour la suite !
2. Le sentier surplombe la réserve des Jaussauds. La montée suivante débouche au col de Manse.
3. Le bois de Saint Laurent regorge de sentiers en terres. Suivre le balisage pour ne pas se perdre !
4. **ATTENTION !** Traverser la RN 85. Soyez prudents ! La montée qui suit est longue et soutenue jusqu'au col de Gleize. (point d'eau 100m en dessous du col. Eau non surveillée).
5. Du col de Gleize, une longue descente commence. D'abord sur une bonne piste roulante, puis sur un sentier à flanc (Attention, quelques passages techniques).
6. Attention, le Domaine de Charance est très fréquenté par les randonneurs. Surveiller son allure.
7. Courte remontée sur une bonne piste jusqu'au chateau de Charance.

### Profil altimétrique

Altitude : min. 952 m / max : 1696 m

5 km | 10 km | 15 km | 20 km | 25 km | 30 km | 35 km



© opentopomap.org



Accès

Depuis Gap, prendre la route de Veynes. Au rond point du sénateur, prendre la direction du Domaine de Charance et rejoindre le parking du même nom.  
**Parking conseillé :** Parking du domaine de Charance.



Longitude : 6,057931855  
Latitude : 44,58260546



Durée : 4 h 30



Distance : 38,65 km



Difficulté : difficile



Dénivelé : 1102 m



Carte IGN : n°3338 ET  
n°3437 OT

21,30 KM  
590 M+

## 1 GAP - CHARANCE FAR BAYARD

Itinéraire varié empruntant le Canal de Gap, les pistes de la forêt du col Bayard et les sentiers monotracés plus alpins plongeant sur Charance !

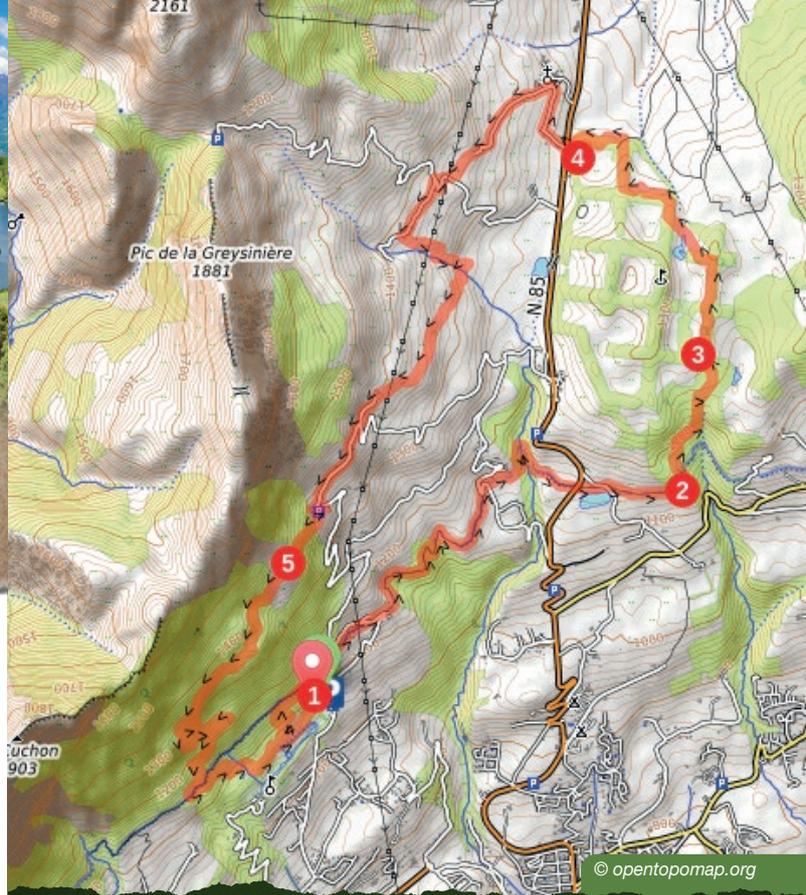
### ITINÉRAIRE

1. Rapidement récupérer le Canal de Gap. L'eau est celle du Drac de la vallée voisine. Il passe sous le col de Manse dans un tunnel. Il remplit les réserves des Jaussauds, des Manes et le lac de Pelleautier.
2. Ne pas louper l'embranchement vers le plateau de Bayard.
3. Pénétrer dans le golf de Bayard, attention aux balles perdues !
4. **ATTENTION !** traverser la RN85, soyez prudent.
5. La descente commence ! Attention, le Domaine de Charance est très fréquenté par les randonneurs. Contrôlez votre vitesse !

### Profil altimétrique

Altitude :  
min. 1068 m  
max : 1411 m

5 km | 10 km | 15 km | 20 km |



Accès

Depuis Gap, prendre la route de Veynes jusqu'au rond point du «sénéateur». De là prendre direction Domaine de Charance.

**Parking conseillé :** Parking du domaine de Charance.



Longitude : 6,05793575  
Latitude : 44,58260598



Durée : 3 h



Distance : 21,30 km



Difficulté : moyen



Dénivelé : 590 m



Carte IGN : n°3338 ET  
N°3437 OT

© opentopomap.org

10,55 KM  
236 M+



## 2 GAP - CHARANCE LES BASSETS

Bel itinéraire varié et facile à faire en famille, autour du Domaine de Charance: route, piste et sentier monotrace!

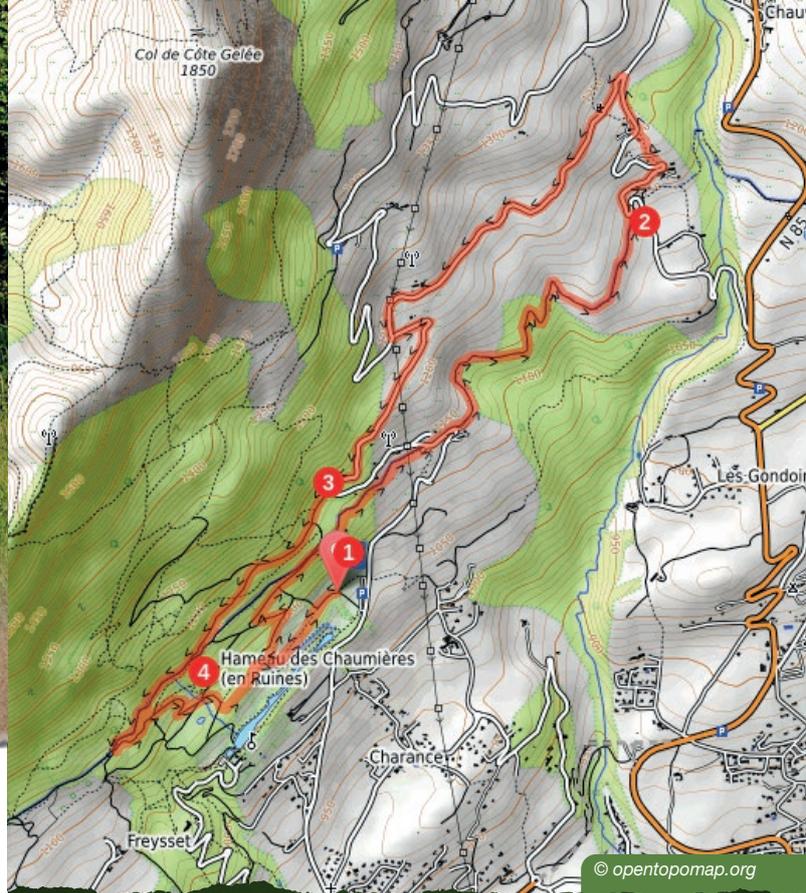
### ITINÉRAIRE

1. Le Canal de Gap offre un bel échauffement !
2. Aux bassets, prendre la route goudronnée. Montée plus ou moins soutenue!
3. Quitter la route pour un bon sentier en descente.
4. Retrouver le canal de Gap jusqu'à l'écluse de l'oeuf. Retrouver le point de départ en traversant le Domaine de Charance.

### Profil altimétrique

Altitude : min. 1068 m / max. : 1252 m

2 km | 4 km | 6 km | 8 km | 10 km |



© opentopomap.org



Accès

Depuis Gap, prendre la route de Veynes. Au rond point du sénateur, prendre la direction du Domaine de Charance et rejoindre le parking du même nom.  
**Parking conseillé** : Parking du domaine de Charance.



Longitude : 6,057970742  
Latitude : 44,58261066



Durée : 2 h



Distance : 10,55 km



Difficulté : facile



Dénivelé : 236 m



Carte IGN : n°3338 ET  
n°34370T

15 KM  
198 M+



### 3 GAP - CHARANCE CORRÉO

Très belle balade le long du canal de Gap jusqu'au hameau de Corréo !

#### ITINÉRAIRE

1. Rejoindre le canal de Gap. Ce canal provient du Drac (vallée du Champ-saur), passe dans un tunnel sous le col de Manse et alimente les réserves des Jaussauds, des Manes et du lac de Pelleautier.
2. Croiser la route goudronnée de Corréo. Le sentier le long du canal devient plus étroit!
3. Faire le tour de la réserve d'eau de Corréo par une bonne piste, qui devient fort raide!
4. Pause culturelle à la Chapelle de Sauveterre, puis reprendre le canal en sens inverse.

#### Profil altimétrique

Altitude : min. 1068 m / max : 1173 m



© opentopomap.org



Accès

Depuis Gap, prendre la route de Veynes. Au rond point du sénateur, prendre la direction du Domaine de Charance et rejoindre le parking du même nom. **Parking conseillé** : Parking du domaine de Charance.



Durée : 1 h 30



Distance : 15 km



Difficulté : facile



Dénivelé : 198 m



Carte IGN : n°3338 ET



Longitude : 6,057939631  
Latitude : 44,5826065



34,75 KM  
845 M +

## 9 GAP - PISCINE FONTREYNE Y'A MARNE

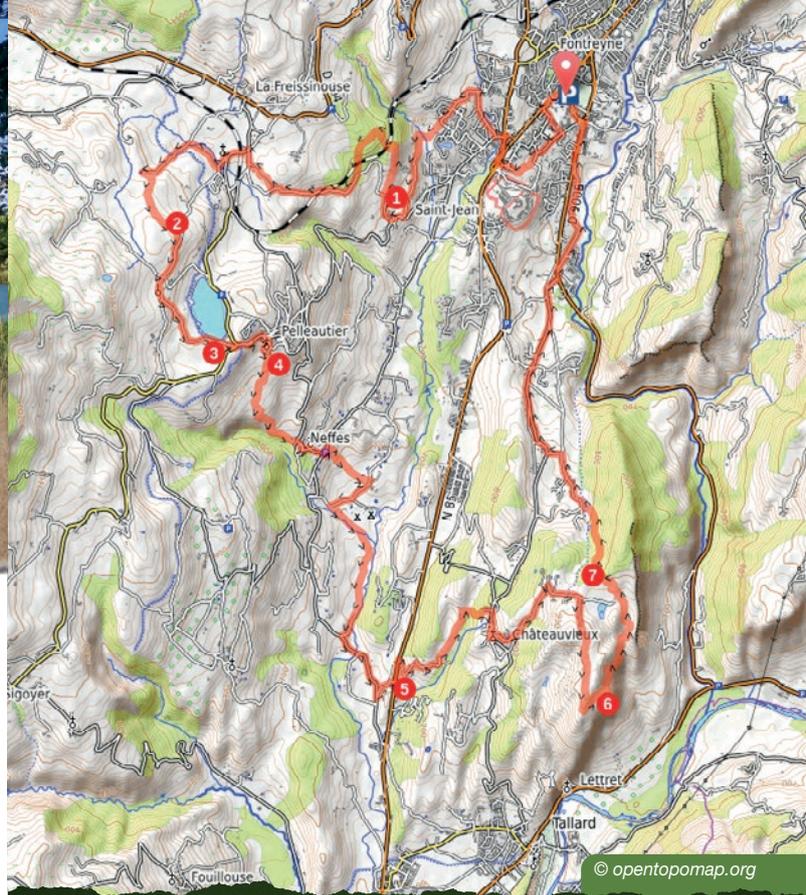
Très beau tour visitant les collines de Gap dans un premier temps, le lac de Pelleautier ensuite, et les fameux sentiers monotraces du côté de Châteaueux !

### ITINÉRAIRE

1. Voici le bois de Saint Jean. Une montée assez raide suivie d'une petite descente « forestière » !
2. Vue magnifique avec au premier plan le lac de Pelleautier et au second le bassin Gapençais.
3. Longer le lac de Pelleautier, alimenté par le Canal de Gap (qui arrive du Champsaur, traverse par un tunnel sous le col de Manse, et longe le Domaine de Charance !).
4. Descente sur piste dans un premier temps, puis sur un sentier monotrace jusqu'à Neffes.
5. Traverser la RN85. Soyez prudent !
6. Magnifique sentier en balcon, un pur bonheur !
7. Dernière descente vers Gap ! Attention aux piétons !

### Profil altimétrique

Altitude : min. 635 m / max : 1050 m



© opentopomap.org



Accès



Depuis le centre ville de Gap, prenez la direction de l'A51. Rejoignez le Parking du stade nautique de Fontreyne.

**Parking conseillé :** Parking du stade nautique.



Durée : 4 h



Distance : 34,75 km



Difficulté : moyen



Dénivelé : 845 m



Carte IGN : n°3338 ET



Longitude : 6,060760437  
Latitude : 44,54192179

11,54 KM  
192 M +

### 3 GAP - PISCINE FONTREYNE LA TOUR RONDE

Cette ballade variée et peu technique vous fera découvrir les collines boisées du sud de Gap ! De beaux sentiers inattendus vous attendent !

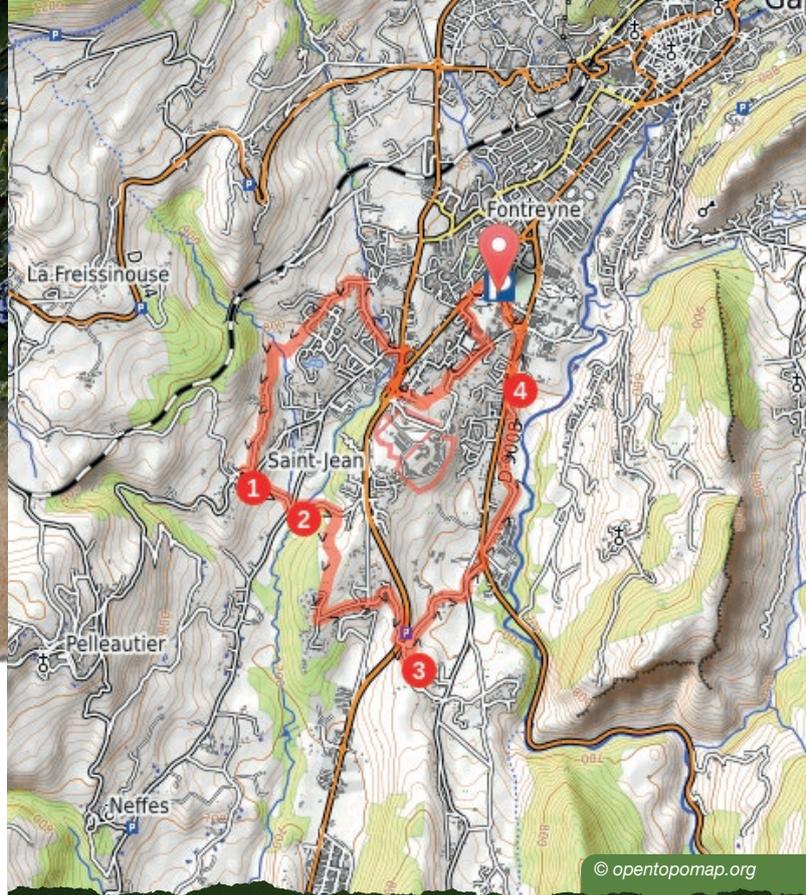
#### ITINÉRAIRE

1. Attention descente raide et caillouteuse !
2. A la découverte du bois de St Jean! Ce bois regorge de sentiers monotraces, si vous avez le temps, allez vous perdre dans ce dédale de chemins avant de finir la boucle !
3. Après avoir traversé la RN 85 par une passerelle, un petit sentier court mais rapide vous attend!
4. Emprunter la contre allée pour les vélos !

#### Profil altimétrique

Altitude : min. 681 m / max : 805 m

2 km | 4 km | 6 km | 8 km | 10 km |



© opentopomap.org



Accès

Depuis le centre ville de Gap, prenez la direction de l'A51. Rejoignez le Parking du stade nautique de Fontreyne.

**Parking conseillé :** Parking du stade nautique.



Durée : 2 h



Distance : 11,54 km



Difficulté : facile



Dénivelé : 192 m



Carte IGN : n°3338 ET



Longitude : 6,061015954

Latitude : 44,54169863

27,62 KM  
842 M+

## 9 JARJAYES PUY MOREL

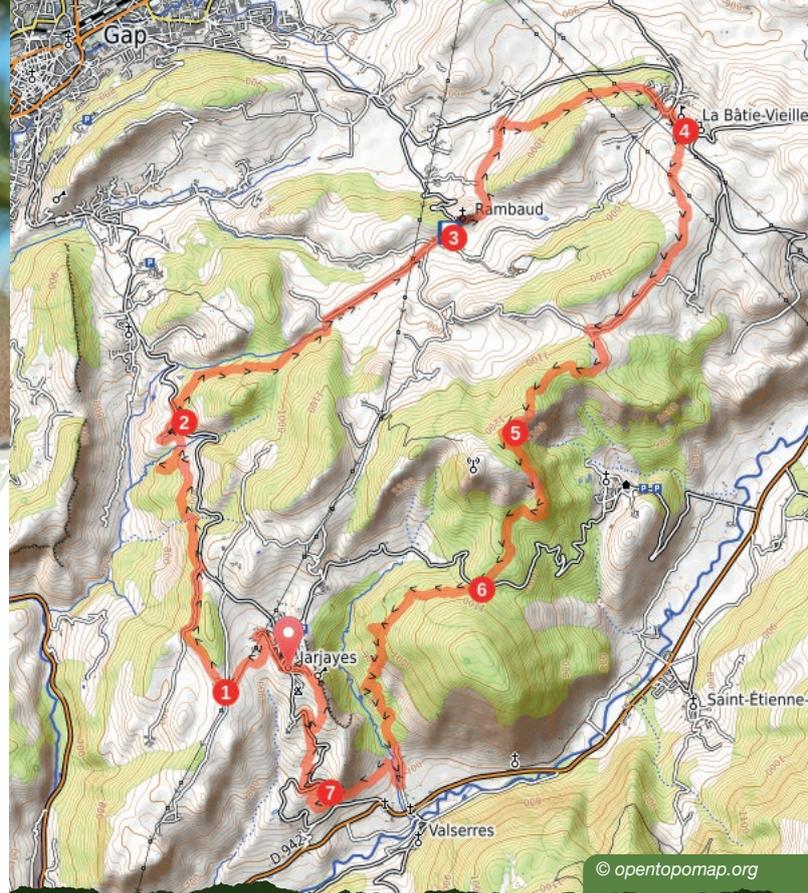
Une très jolie boucle, proposant un juste équilibre entre pistes confortables et montraces techniques et aériennes. Une belle façon de découvrir la forêt domaniale de la moyenne Durance !

### ITINÉRAIRE

1. Depuis l'église de Jarjayes, traverser la départementale pour prendre une petite route goudronnée qui longe une ferme agricole et se transforme en piste.
2. Prendre la piste de gauche, traversant la ferme du Col, pour rejoindre le col de la Sentinelle. Ne pas quitter la piste pour profiter d'une belle descente dans une magnifique forêt. Rejoindre ainsi le hameau des Bournas et la route départementale.
3. Après 200m effectués sur la route, prendre à droite en direction du Grand bois et du village de Rambaud.
4. À Rambaud, longer l'église par la droite. Le bitume laisse place à une piste agricole. Par cette dernière, rejoindre la Bâtie-Vieille.
5. Au centre village de la Bâtie-Vieille, tourner à droite pour remonter une piste agricole puis une route goudronnée jusqu'à l'Hermitage. A l'Hermitage, prendre à gauche, laissant le vallon du Laus sur la gauche.
6. Quitter la piste au profit d'un montracé sur la gauche jusqu'à une magnifique descente, très technique et aérienne dite du «Pas du lièvre» ! Tirer toujours sur la droite en direction du col du Tourrond.
7. Traverser la route et continuer en face sur env. 100 m et prendre un montracé à droite. Arrivé sur une piste forestière, prendre à gauche puis tout de suite à droite. Après env. 500m, basculer dans la très jolie descente du Merdarel qui mène à l'entrée de Valserrès. Peu après le cimetière, prendre à droite et passer à gué le torrent du Merdarel. Puis commencer l'ascension pour Jarjayes.

### Profil altimétrique

Altitude : min. 697 m / max : 1226 m



© opentopomap.org



Accès

Depuis le rond-point de la Fontaine (devant le Théâtre) à Gap, prendre direction Jarjayes. Franchir le col de la sentinelle et redescendre jusqu'au village de Jarjayes.

**Parking conseillé :** devant l'église



Longitude : **6.10996356**  
Latitude : **44.5047276**



Durée : **4 h 30**



Distance : **27,62 km**



Difficulté : difficile



Dénivelé : **842 m**



Carte IGN : n°**3338 ET**

14,56 KM  
368 M+

## 2 SIGOYER - LES GUÉRINS FONT VIEILLE

Jolie boucle sur les pistes forestières sous la falaise de Céüse. Parcours peu technique offrant de très beaux panoramas! Par temps clair, regardez loin vers l'Ouest, vous verrez le Mont Ventoux!

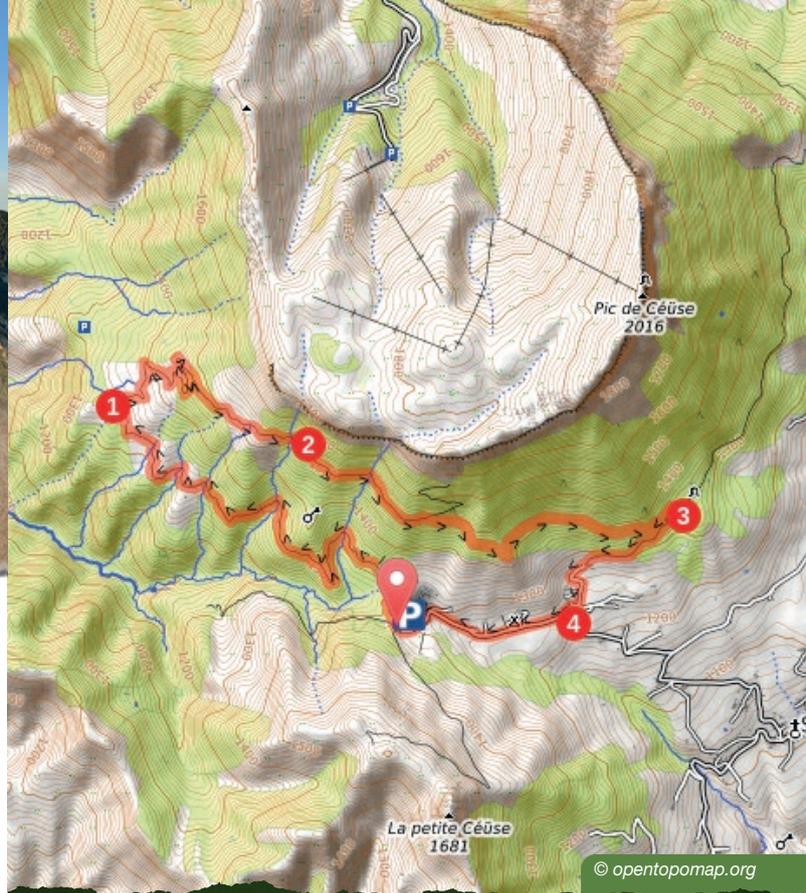
### ITINÉRAIRE

Un parcours facile, avec aucune difficulté technique. Un moyen de découvrir aisément l'univers de Céüse, falaise mythique qui attire des grimpeurs du monde entier!

1. Après une grande traversée sur la piste à flanc, la montée commence. Elle se déroule sur une bonne piste en lacets.
2. Sommet de l'itinéraire! La vue sur la petite Céüse est imprenable! En regardant au loin vers l'Ouest, on aperçoit le Mont Ventoux! S'en suit une descente régulière et aisée.
3. Au grand carrefour de piste, sur un replat, prendre à droite. La piste remonte légèrement, puis redescend vers les Bonnets.
4. Retour au parking par la route.

### Profil altimétrique

Altitude : min. 1231 m / max : 1543 m



Accès

Rejoignez le village de Sigoyer, et prenez la D219 direction «col des Guérins / falaise de Céüse».

**Parking conseillé :** Parking de la maison de Céüse.



Longitude : **5,937171086**  
Latitude : **44,48533046**



Durée : 2 h



Distance : **14,56 km**



Difficulté : **facile**



Dénivelé : **368 m**



Carte IGN : n°**3338 ET**

38,07 KM  
1370 M+

## 7 SIGOYER - LES GUÉRINS LES CÉUSES

Itinéraire entre Céüse et Céuissette magnifique offrant de très belles descentes en sentiers monotraces! Vous longerez la falaise de Céüse par le chemin de ronde et descendrez une piste Enduro avant le lac de Pelleautier!

### ITINÉRAIRE

- Après la première montée qui ne laisse pas place à l'échauffement, ne pas manquer l'embranchement sur l'alpage qui vous conduit à la première descente!
- Au col de la Beaume, la deuxième partie de la descente commence. Plus roulante, et même rapide!
- Prendre la bonne piste jusqu'à la route goudronnée.
- A l'intersection, continuer la route 200 m pour trouver la fontaine. Pause nécessaire avant la longue remontée vers la falaise de Céüse.
- Quitter la piste pour un sentier qui vous conduit au chemin de ronde, sous la falaise de Céüse. (court poussage/portage).
- L'itinéraire quitte la piste principale, pour une piste raide sur la droite. Quelques mètres seulement après, prendre le sentier à gauche. Faire attention aux traversées de ravines: portage exposé.
- Joli sentier monotrace en descente. Traverser le bike park, et la piste enduro jusqu'au lac de Pelleautier.
- Remonter aux Guérins par une succession de passages sur routes, pistes et chemins.

#### Profil altimétrique

Altitude :  
min : 950 m  
max : 1670 m

5 km | 10 km | 15 km | 20 km | 25 km | 30 km | 35 km



Accès

Rejoignez le village de Sigoyer, et prenez la D219 direction «col des Guérins / falaise de Céüse».

**Parking conseillé :** Parking de la maison de Céüse.



Longitude : 5,937306979  
Latitude : 44,48513996



Durée : 5 h



Distance : 38,07 km



Difficulté : difficile



Dénivelé : 1370 m



Carte IGN : n°3338 ET  
n°3338 OT

14,89 KM  
235 M+

## 2 TALLARD LES PAROTS

Cette balade variée vous fera visiter le parc du château de Tallard, la colline de St-Abdon, et les sentiers sauvages bordant le torrent du Baudon!

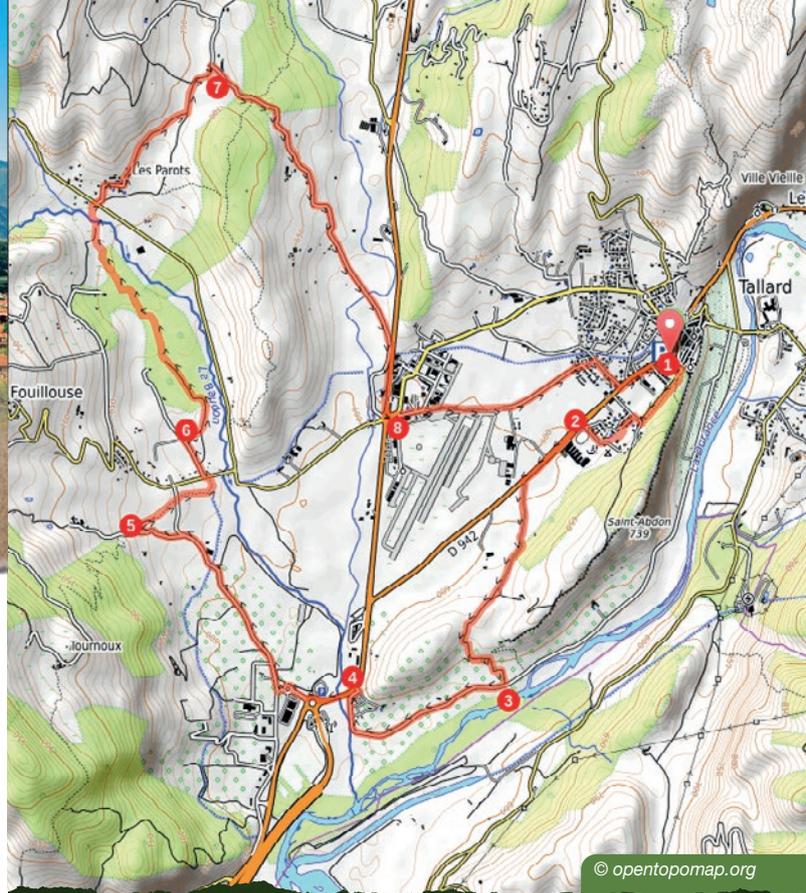
### ITINÉRAIRE

1. Traverser le joli parc du château de Tallard.
2. Longer la nationale puis la quitter rapidement pour une petite route vers la gauche.
3. Après la descente peu difficile, longer les vergers qui bordent la Durance.
4. traverser, puis emprunter la nationale jusqu'au rond point de l'autoroute
5. Descente roulante dans les bois!
6. Un beau sentier sauvage légèrement montant vous mène au hameau des Parots.
7. Descente sur une petite route!
8. Longer l'aérodrome de Tallard, puis retrouver la départementale jusqu'au point de départ.

### Profil altimétrique

Altitude : min. 576 m / max : 699 m

3 km | 6 km | 9 km | 12 km |



© opentopomap.org



Accès

Rejoignez le centre du village de Tallard et gardez vous sur le parking devant le château.

**Parking conseillé :** Parking de la maison de Céuze.



Durée : 2 h 30



Distance : 14,89 km



Difficulté : facile



Dénivelé : 235 m



Carte IGN : n°3338 ET



Longitude : 6,054565928  
Latitude : 44,46066298

6,36 KM  
97 M+

## 1 TALLARD SAINT-ABDON

Petite balade facile qui vous permettra de découvrir le parc du chateau de Tallard puis les vergers en bord de Durance !

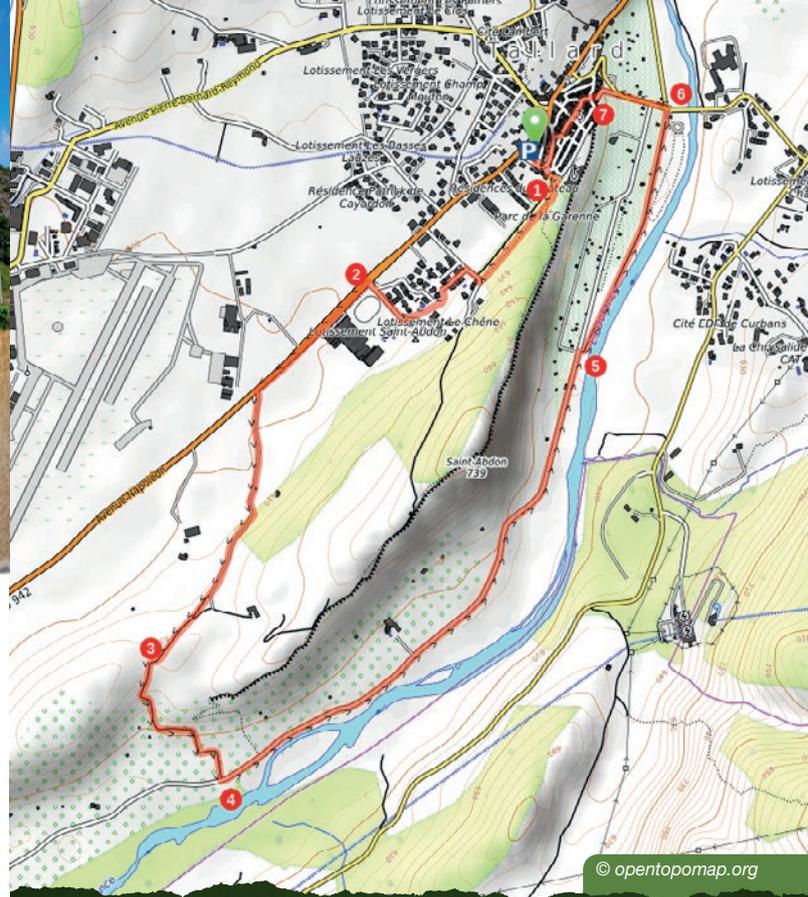
### ITINÉRAIRE

1. Pénétrer dans le magnifique parc du chateau de Tallard.
2. Longer la D942 500 m (attention route fréquentée). Prendre la petite route qui se transforme en piste.
3. La piste descend puis louvoie dans les champs de vignes.
4. A la route goudronnée, prendre à gauche.
5. Prendre la piste sur la digue et aller jusqu'à la base de Canoë Kayak.
6. Au stade d'eau vive de Tallard, prendre à gauche, en direction du village.
7. Avant le parking sur la droite, prendre la petite rue sur la gauche et passer sous la «Porte Durance», et rejoindre le départ en louvoyant dans les rues de Tallard!

### Profil altimétrique

Altitude : min. 583 m / max : 634 m

1 km | 2 km | 3 km | 4 km | 5 km | 6 km |



© opentopomap.org



Accès

Rejoignez le centre du village de Tallard et gardez vous sur le parking devant le château.

**Parking conseillé :** Parking du château.



Durée : 1 h



Distance : 6,36 km



Difficulté : facile



Dénivelé : 97 m



Carte IGN : n°3338 ET



Longitude : 6,054550481  
Latitude : 44,46061018



[www.francevelotourisme.com](http://www.francevelotourisme.com)

Accueil Vélo est une marque nationale qui garantit un accueil et des services de qualité le long des itinéraires cyclables pour les cyclistes en itinérance.

### Comment repérer un prestataire Accueil Vélo ?

Sur le site internet [www.francevelotourisme.com](http://www.francevelotourisme.com)

Sur ce site, les prestataires sont identifiés sur les cartes des itinéraires et étapes avec des pictogrammes verts foncés.

Les coordonnées des prestataires sont affichés sur chaque fiche ainsi qu'un formulaire de contact. Privilégiez la réservation directe plutôt que les plateformes de réservations !

Vous pouvez également rechercher un prestataire par catégorie (hébergements, loueurs, restaurants...) depuis la page d'accueil.

### Sur le terrain

Les prestataires sont repérables par le logo Accueil Vélo affiché à l'entrée de l'établissement.

### Accueil Vélo, c'est la garantie pour le cycliste d'un établissement :

- Situé à moins de 5 km d'un itinéraire vélo
- Disposant d'équipements adaptés aux cyclistes : abri vélo sécurisé, kit de réparation
- Avec un accueil chaleureux (informations pratiques, conseils, itinéraires, météo etc...)
- Qui fournit des services dédiés aux voyageurs à vélo : transfert de bagages, lessive et séchage, location et lavage vélo

# POURQUOI NE PAS ESSAYER LE GRAVEL

Vous hésitez entre le vélo de route et le VTT ?  
Laissez-vous tenter par le gravel !

Le gravel est une pratique du vélo qui mélange des passages sur route ainsi que sur des sentiers, des pistes et des chemins. Elle se rapproche du cyclo-cross mais avec une moindre notion de performance, et s'exerce en général sur des sorties plus longues d'où un besoin de confort supplémentaire. La pratique s'est développée depuis plusieurs années aux États-Unis, avec de nombreuses épreuves dédiées, comme le Barry-Roubaix2. Elle tend à se développer désormais en Europe avec l'émergence de courses et randonnées.



18 KM  
318 M+  
GRAVEL



## 5 SIGOYER GRAVEL PELLEAUTIER

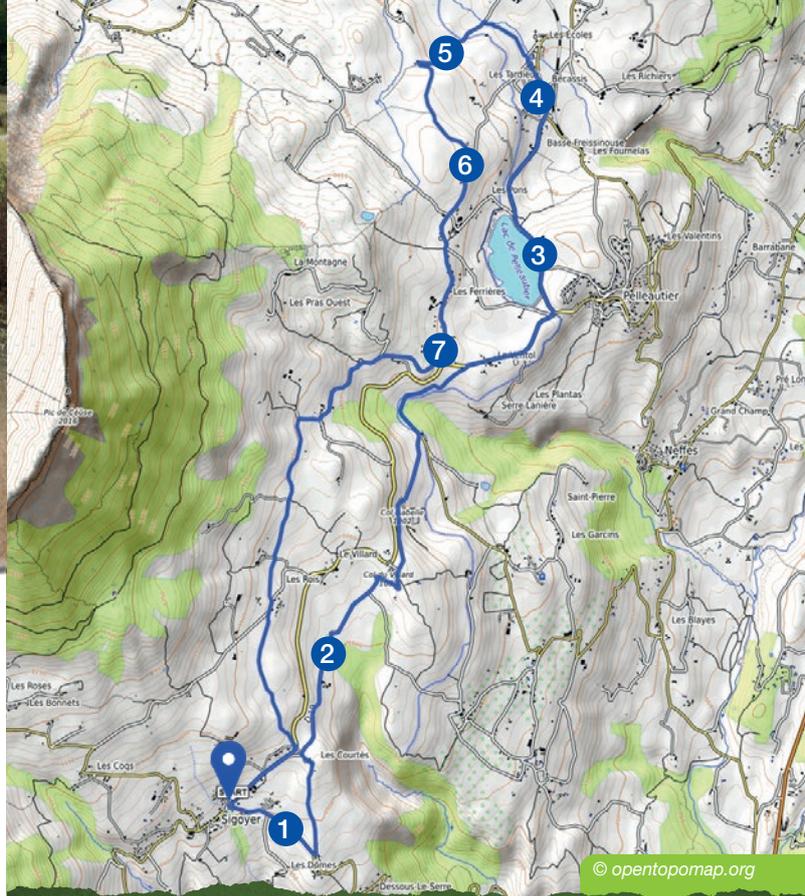
Cet itinéraire est un mélange de petites routes et pistes avec une magnifique vue sur Céüse, le lac de Pelleautier et la vallée du Gapençais !

### ITINÉRAIRE

1. Depuis l'aire de jeux de Sigoyer prendre la route qui part en direction de Tallard, vers l'église/cimetière de St-laurent.
2. Prendre à gauche une piste en montée qui vous permet de profiter de la vue sur Céüse. Prendre ensuite la route goudronnée qui vous mène jusqu'au col du Villard.
3. Longer le lac de Pelleautier (qui est alimenté par le canal de Charance) en direction de la Freissinouse.
4. Quitter la route pour longer des résidences et prendre une piste.
5. Après un enchaînement de route et piste, une jolie piste vous permet de dominer la vallée du Gapençais et de revenir vers le lac.
6. Prendre à gauche une petite route qui vous emmènera vers la dernière difficulté de la sortie.
7. C'est parti pour 3 kilomètres de montée un peu raide, celle-ci finit par une piste un peu cabossée, un joli sentier vous mènera vers la descente finale qui plonge sur Sigoyer.

### Profil altimétrique

Altitude : min. 943 m / max : 1098 m



© opentopomap.org



Accès

Rejoignez le rond point à l'entrée du village de Sigoyer.  
**Parking conseillé :** Parking en face de l'aire de jeux.



Longitude : 5,978046  
Latitude : 44,47918



Durée : 1 h 30



Distance : 18 km



Difficulté : facile



Dénivelé : 318 m



Carte IGN : n°3338 ET  
n°3338 OT



## MAGASINS VÉLOS DU TERRITOIRE

Certains magasins peuvent vous proposer des services de location et de réparation. Renseignez vous auprès d'eux.

### E PEDAL

Place Marcel Lesbros  
05000 Châteauneuf  
06 86 76 24 48  
www.e-pedal.fr

### CULTURE VELO

8 Boulevard d'Orient  
Zone Tokoro - 05000 Gap  
04 92 46 68 84  
www.culturevelo.com

### CYCLES FABRE

3 rue Villars - 05000 Gap  
04 92 51 51 37  
 @CyclesDenisPayany

### DECATHLON

90 Av. Emite Dididier - 05000 Gap  
04 92 52 57 00  
www.decathlon.fr

### ESPACE VELO

11 Boulevard Pompidou - 05000 Gap  
04 92 54 56 48  
www.skiaddict-espacevelo.fr/

### GO SPORT

24 Route des Fauvins - 05000 Gap  
04 92 50 86 15  
stores.go-sport.com/fr

 Magasin proposant la location de vélos

### INTERSPORT

1 Boulevard d'Orient  
Zone Tokoro - 05000 Gap  
04 92 46 91 28  
www.intersport.fr

### LA CYCLERIE DES ALPES

26 Av. Jean Jaurès - 05000 Gap  
04 92 49 37 25  
lacyclerie.fr/

### LE GRIMPEUR CYCLE 05

2 rue de Nestlé - 05000 Gap  
04 92 43 65 58  
www.legrimpeurcycle05.fr

### TRACKS

28 Rue Colonel Roux - 05000 Gap  
04 92 46 91 28  
www.tracks-sport.com

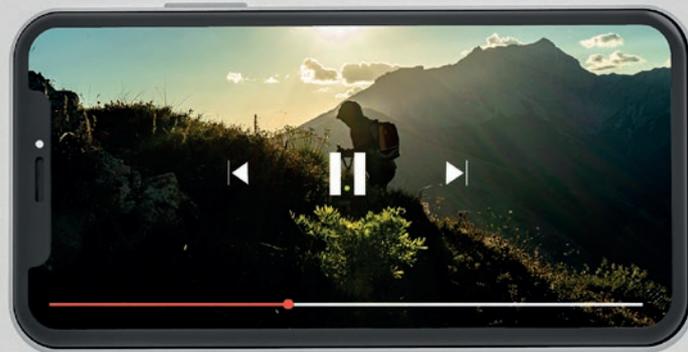
### VERTIGE LOCATION

9 Route de la justice  
Zone Tokoro - 05000 Gap  
04 92 49 91 12  
www.vertigelocation.com

### LULU VELO

7 Av. Jacques Bonfort - 05130 Tallard  
06 68 00 41 42  
https://lulu-velo.business.site

AVANT DE PARTIR SUR LES SENTIERS,  
DÉCOUVREZ NOS RANDONNÉES  
AU TRAVERS DE VIDÉOS IMMERSIVES



 YouTube



**EN VENTE**  
**2€**  
**LE CARNET**

**CARNET de Randos**  
22 ITINÉRAIRES À PARTAGER

DISPONIBLE À LA  
BOUTIQUE DE L'OFFICE  
DE TOURISME  
GAP TALLARD VALLÉES

GAP TALLARD Vallées  
Le cœur des Alpes du Sud

# Gap

## BAYARD

STATION ÉTÉ/HIVER

# ENVIE D'ÉVASION ? LAISSEZ VOUS TENTER PAR LE **FATBIKE**

Été comme hiver, venez découvrir le domaine de Gap Bayard et ses nombreuses activités.

Le fatbike électrique est une pratique ludique et adaptée à tous. Ces nouveaux VTT aux gros pneus ont été conçus pour rouler sur la neige, mais ils sont également tous terrains (route, chemin, boue...) Vous pourrez découvrir facilement les plaisirs du VTT en pleine nature, sillonner les nombreux sentiers qui entourent le plateau de Gap Bayard et profiter de magnifiques points de vues.

6 fatbikes électriques sont disponibles à la location été comme hiver pour 1h, 1 demi-journée ou 1 journée. 3 itinéraires possibles au départ de Gap-Bayard. Réservation au 04 92 50 16 83.

## LE DOMAINE NORDIQUE

**Nouveauté 2022 :** location de packs skis de randonnée avec peau et sécu (arva, pelle, sonde).

À 1300 m d'altitude, 50 km de pistes damées, 20 km d'itinéraires raquettes. Location de matériel : skis, raquettes, VTT Fat bike électrique...

École de ski, stages multi-activités enfants pendant les vacances d'hiver.



# #VisitGap



## GAP TALLARD Vallées

Office de Tourisme



[www.gap-tallard-vallees.fr](http://www.gap-tallard-vallees.fr)



[info@gap-tallard-vallees.fr](mailto:info@gap-tallard-vallees.fr)



**GAP**

1, place Jean Marcellin  
05000 Gap  
Tél. +33 (0)4 92 52 56 56



**TALLARD**

2, place Richard Duchamblo  
05130 Tallard  
Tél. +33 (0)4 92 54 04 29

*Brochure réalisée par l'Office de Tourisme Gap Tallard Vallées en collaboration avec les Services techniques de la communauté d'Agglomération Gap Tallard Durance.*

Directeur de la publication : Régis Alexandre • Crédits photos : Rémi Fabrègue  
Nicolas Rastovac - Jonas Miniscalco - OT Gap Tallard Vallées  
Création/Mise en page/Impression : France Impression (Gap) • 39409N



1<sup>ère</sup> ÉDITION

2€

