

# Caractéristiques du Parcours

Circuit panoramique dominant la vallée du Grésivaudan, la barrière rocheuse du massif de Charreuse, et les sommets de la chaîne de Belledonne.



## Caractéristiques Techniques

Type de parcours: **boucle**

Distance: **26,9 km**

• Routes goudronnées: **33% (8.9 km)**

• Chemins et sentiers: **67% (18 km)**

Temps de Pratique\*: **environ 4h (Moyenne de 7 km/h )**

\* Le Temps de pratique comprends uniquement le temps passé sur le vélo (pas les éventuelles pauses ou arrêts)

Dénivelés Positifs: **900 mètres**

Niveau du parcours: **Difficile**

• Parcours long comportant des dénivelés positifs importants, ainsi que des montées et des descentes en forte pente.

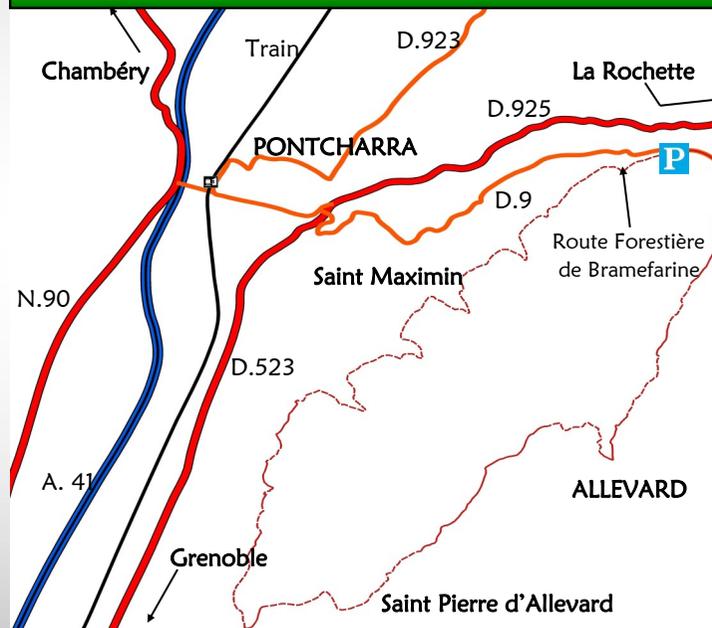


# Avant de partir

## Recommandations / Equipement:

- Boissons et Ravitaillement
- Matériel de Réparation (Chambre à air, Pompe, Clés...)
- Casque - Gants de VTT - Lunettes - Vêtement chaud / pluie (selon saison)
- Petite Pharmacie - Téléphone - Cadenas (si l'on est amené à quitter le vélo)
- Carte IGN (Allevard - 3433 OT)

## Plan d'accès



Depuis Pontcharra:

Monter en direction Saint-Maximin puis Allevard en suivant la D.9 jusqu'au départ de la Route Forestière de Bramefarine (après le hameau des Bretonnières)

Depuis Allevard:

Prendre la D.9 en Direction de Poncharra. Le départ de la route forestière de Bramefarine se situe après le hameau du Moutaret

Contact: Office du Tourisme du Grésivaudan - Tél: 04 76 97 68 08

21 Rue Laurent Gayet - 38530 PONTCHARRA

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

Conception / Réalisation: Alain VIGREUX - Florent PERRIER-BAVOUX

# VTT en Grésivaudan

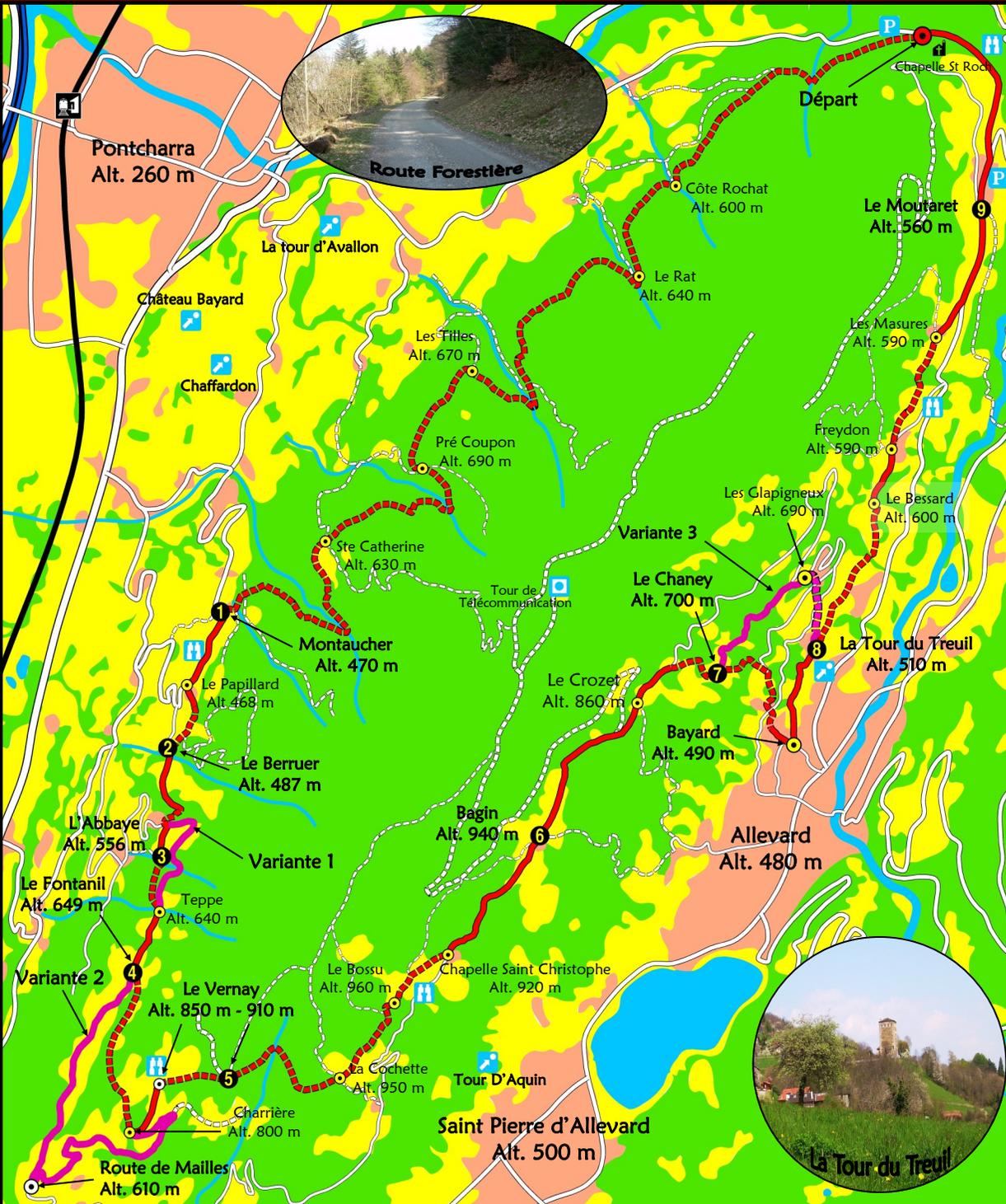
## Le Tour de BRAMEFARINE

Depuis la Route Forestière de Bramefarine

Par le Col de La Cochette

Et la Tour du Treuil (Allevard)





## Variantes Light: Guide Descriptif du parcours:

Les variantes présentées simplifient le parcours sur les plans physiques et techniques. Elles empruntent davantage de routes goudronnées permettant des montées et descentes plus accessibles.



Route goudronnée sur les coteaux de Bramefarine

Balise:	Lieu Dit:	Sens:	Indications:	(Distance à Parcourir)
	Départ	↑	Petit échauffement sur la route forestière de Bramefarine !	(9300 m)
	Montaucher	←	Suivre la direction de « Le Villard » jusqu'à « Le Berruer »	(1100 m)
	Le Berruer	←	A gauche puis tout droit jusqu'à « l'Abbaye »	(900 m)
	L'abbaye	↑	Poursuivre tout droit en direction du Fontanil	(925 m)
	Le Fontanil	←	Prendre le sentier en forte pente en direction de Charrière puis vers Le Vernay	(2075 m)
	Le Vernay	↑	Suivre tout droit direction Allevard jusqu'à « Bagin »	(3900 m)
	Bagin	↑	Poursuivre puis descendre le sentier à droite vers les Glapigneux jusqu'à « Le Chaney »	(1800 m)
	Le Chaney	↑	Descendre le sentier pour rejoindre « Bayard »	(1100 m)
	Bayard	→	Rejoindre la Tour du treuil par la route goudronnée à gauche	(800 m)
	La tour du Treuil	↑	Continuer tout Droit en suivant la direction de « Moutaret »	(3400 m)
	Le Moutaret	↑	Prendre la D.9 pour revenir au départ.	(1550 m)
	Arrivée			

## Légende

- Parcours VTT sur Chemins / Sentiers
- Parcours VTT sur Routes goudronnées
- Variantes Light
- Routes Goudronnées
- Chemins / Sentiers
- Tour / Château
- Point de Vue
- Balisage des itinéraires de randonnée
- Autres Balisages

## Profil du parcours:

