

EPI  Singletrack présente  
**TRAVERSÉE DES ALPES**

**ACTE 1 : DU MONT-BLANC À BRIANÇON**

Roulez sur les plus beaux singles du Beaufortain, de la Vanoise et des Hautes-Alpes. Profitez sans souci grâce au portage des bagages, à l'hébergement en gîte et refuge, et à la gastronomie montagnarde.

À partir de  
**890 €/pers**  
 6 jours / 5 nuits

**DATES 2018**

Sur demande  
 de juin à septembre

**LES + DU SÉJOUR**

- Un itinéraire inédit
- Un max de singletracks !
- Un petit groupe (5 à 7 pers.)
- Une vraie assistance technique



## LE PARCOURS

### JOUR 1 : LES PORTES DU MONT-BLANC

Megève – Les Saisies – Beaufort

*D+ 1200 m, D- 1700 m, 35 km*

Rendez-vous à 9 h à la gare SNCF d'Albertville, transfert à Megève. Parcours en crête entre Megève et les Saisies, au milieu des alpages verdoyants. Superbe panorama sur le Mont-Blanc et la chaîne des Aravis. Un beau single forestier nous emmène du sommet des Saisies (1900 m) jusqu'au village de Beaufort (800 m).

### JOUR 2 : TRAVERSÉE DU BEAUFORTAIN

Beaufort – Cormet d'Arêches – Aime

*D+ 1200 m, D- 2200 m, 37 km*

Montée au lac de Saint-Guérin puis au col du Cormet d'Arêches (2000 m). C'est parti pour du single de fou avec quelques « coups de cul » jusqu'à Aime, dans la vallée voisine de la Tarentaise. Un mélange entre sentiers d'alpages et sous-bois bien moelleux.

### JOUR 3 : SINGLETRACKS DE VANOISE

La Plagne – mont Jovet – Brides – vallée des Belleville

*D+ 1300 m, D- 2300 m, 42 km*

Court transfert vers la station de La Plagne, avant un échauffement sur le sentier historique du Bief Bovet. Montée au sommet du mont Jovet (2558 m). Panorama à 360 degrés sur les Alpes du Nord et les glaciers de la Vanoise, avant une des plus belles descentes de la région jusqu'à la station thermale de Brides-les-Bains. Transfert dans la vallée des Belleville.

### JOUR 4 : DE LA TARENTEISE À LA MAURIENNE

Vallée des-Belleville – col des Encombres – Valloire

*D+ 1000 m, D- 2000 m, 35 km*

Montée sur une piste d'alpage jusqu'au col des Encombres, frontière avec la vallée de la Maurienne. S'en suit une descente inoubliable accompagnée de quelques remontées sur Saint-Michel-de-Maurienne. Transfert à Valloire par la montée du col du Télégraphe.



(Le parcours - suite)

## JOUR 5 : BIENVENUE DANS LE SUD !

### Valloire – massif des Cerces – Névache

D+ 1050 m, D- 1500 m, 35 km

Une des grosses journées du trip. Ambiance haute montagne dans le massif des Cerces. Départ sous le sommet du col du Galibier. Descente sur la Clarée avant une bonne petite grimpe. Fin d'étape en balcon avant de plonger sur Névache, perle des Hautes-Alpes. Top classe ! Là, ça y est, on est dans le Sud...

## JOUR 6 : FINAL SUR BRIANÇON

### Névache – col du Granon – Briançon

D+ 1100 m, D- 1300 m, 35 km

Montée par une bonne piste au col du Granon (2400 m) avant une descente d'anthologie. Single sous les pins et senteurs du Sud. Fin du trip à Briançon. Glace italienne dans la célèbre Gargouille avant un retour en minibus en Savoie par le col du Lautaret.



*IMPORTANT : Le programme n'est donné qu'à titre indicatif. Il faudra nous adapter aux aléas de la météo et aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, le moniteur reste seul décideur du programme, qu'il peut modifier en raison d'impératifs de logistique et de sécurité.*

## INFOS PRATIQUES

**LE TERRAIN.** Les montées s'effectuent le plus souvent sur des chemins 4x4 et les descentes sur des petits sentiers de montagne. Quelques zones de poussage ou portage. L'altitude maximale est de 2558 mètres au sommet du mont Jovet, et la minimale de 500 mètres à Brides-les-Bains.

**LE NIVEAU DEMANDÉ.** *Physique* : Être capable de réaliser des dénivelés positifs quotidiens entre 1000 et 1500 m, et cela sur plusieurs jours. *Technique* : Maîtriser parfaitement son freinage, savoir aborder des passages raides, choisir une trajectoire idéale à vitesse très lente, franchir des petits obstacles, bien connaître ses limites sur les passages engagés.

**FORMALITÉS.** Vous devez vous munir impérativement de votre carte d'identité ou de votre passeport, en cours de validité.

**HÉBERGEMENT.** Nuit en gîte ou refuge de montagne. Chambres sous forme de petits dortoirs. Couvertures et couettes fournies. Drap de sac ou sac à viande à prévoir.

**NOURRITURE.** Dîner et petit-déjeuner pris au gîte ou refuge. Pour le midi, un pique-nique sera fourni à chacun, tous les matins. L'accent est souvent mis sur la cuisine locale montagnarde.

**TRANSPORT DES BAGAGES.** Vos bagages seront transportés par le véhicule d'assistance et devront se limiter à un sac de voyage par personne. Le véhicule transportera également une caisse à outils permettant de couvrir les petits problèmes techniques et de retaper les montures le soir venu. Attention ! Les étapes se dérouleront la plupart du temps en pleine montagne et le véhicule ne sera accessible qu'à la fin de l'étape.

**SANTÉ.** Nous transportons une pharmacie qui est étudiée pour couvrir les premiers soins et les désagréments classiques de ce type de raid à VTT. Vous devez toutefois vous munir d'une petite pharmacie personnelle (*liste ci-dessous*). Nous ne disposons, dans la pharmacie, d'aucun médicament.

*Pharmacie personnelle.* Vos médicaments habituels (si vous êtes en cours de traitement), crème solaire, papier hygiénique et briquet pour sa destruction, petit rouleau d'élastoplast et double peau (type Compeed), collyre neutre, compresses, désinfectant, sparadrap. Un traitement contre les diarrhées et problèmes digestifs est un plus.



PHOTO MOSSOT



Partir avec un vélo parfaitement révisé et en bon état, c'est mettre toutes les chances de son côté pour réussir son voyage.

### LE MATÉRIEL CYCLE INDIVIDUEL À PRÉVOIR

- 1 VTT typé cross-country ou all-mountain, tout suspendu de préférence
- prévoyez une révision de vos freins à disque avant le départ et deux jeux de plaquettes
- 1 patte de dérailleur adaptée à votre modèle de cadre
- 3 chambres à air
- 1 kit réparation rustines + colle
- 2 paires de plaquettes de frein
- 1 mini-pompe
- 1 couteau
- 1 câble de dérailleur arrière

## VOTRE MATÉRIEL

### AFFAIRES PERSONNELLES

#### Pour le soir :

- sac à viande (ou drap de sac) pour s'isoler des couvertures dans les hébergements
- lampe frontale
- un pantalon léger et tenue complète chaude de rechange
- une deuxième paire de chaussures ou sandales
- trousse de toilette + serviette

#### Pour la journée :

- 1 casque, obligatoire
- 2 tenues manches et jambes courtes (short cuissard + maillot)
- 1 tenue manches et jambes longues en cas de temps froid
- Bonnet et gants longs
- 1 couche chaude type polaire
- 1 veste imperméable
- 1 sac à dos d'environ 15 à 20 litres pour mettre vos affaires de la journée
- chaussures: privilégiez des semelles souples, plus confortables dans les portages.
- hydratation : capacité d'1,5 litre minimum

## PRIX / DATES

Raid « TRAVERSÉE DES ALPES VTT, ACTE 1 »

6 jours et 5 nuits

A partir de 890 € / personne

5 participants minimum

**Notre prix comprend :** L'encadrement, la pension complète (du midi du J1 au midi inclus du J6), le transport des bagages, l'assistance technique, les remontées mécaniques au programme.

**Notre prix ne comprend pas :** Votre acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous. Les boissons et encas personnels, votre assurance individuelle, votre vélo et votre équipement personnel, et en général tout ce qui n'est pas mentionné dans « notre prix comprend ».

## DÉPARTS EN 2018

▪ Sur demande de juin à septembre

Si vous désirez arriver la veille du départ ou repartir le lendemain du dernier jour, nous pouvons vous communiquer quelques adresses d'hébergement.

**EPIC** Singletrack



PHOTOS PIERRE BOULONNAIS  
(sauf mention contraire)

## CONTACT

 EPIC SINGLETRACK - MTB TRIP

 PIERRE BOULONNAIS

Moniteur de VTT

Mail : pierreboulonnais@yahoo.fr

Tél : +33 (0) 73 34 31 70