

LA MAURIENNE, TERRE DE LÉGENDES DU CYCLISME

LES GRANDS COLS MYTHIQUES À VÉLO



7 jours / 6 nuits



5 jours de vélo



Cyclistes aguerris



Assistance logistique

CINQ ÉTAPES AU CŒUR DES COLS QUI ONT FAIT L'HISTOIRE DU CYCLISME

Lacets de Montvernier, Chaussy, Croix de Fer, Glandon, Madeleine, Télégraphe, Galibier et Iseran : cinq grandes étapes pour vivre la Maurienne à vélo sur ses routes les plus emblématiques.



L'EXPÉRIENCE —

Le Tour de France et le Critérium du Dauphiné ont fait de la Maurienne un territoire de légende. Ce circuit rassemble en cinq journées quelques-unes des ascensions les plus mythiques des Alpes. Les transferts permettent d'éviter les portions de vallée sans intérêt sportif et de consacrer l'énergie aux grands cols. Le point d'orgue du séjour se vit le dernier jour à vélo : le col de l'Iseran directement au départ de l'Alpina Lodge Vanoise.

PUBLIC & NIVEAU —

Ce séjour s'adresse à des cyclistes aguerris, autonomes et habitués aux longues ascensions alpines, aux dénivelés importants et à l'enchaînement de plusieurs journées de vélo. Les étapes comportent de longues montées et peuvent dépasser 2 000 m de dénivelé positif. Une préparation régulière en endurance et une bonne expérience de la montagne à vélo sont nécessaires. L'objectif reste de vivre les grands cols à son rythme, dans un esprit de défi, de plaisir et de découverte.

ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR —

Vélo de route en parfait état, casque obligatoire, tenue cycliste adaptée à la haute montagne, coupe-vent et vêtement de pluie, gants, lunettes, chaussures adaptées, gourdes, nécessaire de réparation et chambres à air ou matériel tubeless, éclairage, protection solaire et petite pharmacie personnelle.

Le participant reste responsable de son vélo et de son matériel personnel.

VOTRE PROGRAMME —

JOUR 1

Bienvenue à Aussois

Accueil à partir de 15 h

Accueil à l'Alpina Lodge Vanoise. Installation et temps libre avant le début du circuit le lendemain.

JOUR 2

Lacets de Montvernier et Col de Chaussy

Environ 40 km - D+ 1 200 m

Transfert jusqu'au secteur de Pontamafrey. Les célèbres lacets de Montvernier ouvrent la journée avant la montée vers le col du Chaussy, sous les falaises de Montpascal et face aux Aiguilles d'Arves. Pique-nique au cours de l'étape, puis descente vers la vallée et retour à Aussois selon la logistique prévue. Au retour à l'hôtel, un massage récupération de 20 minutes par participant est inclus.

JOUR 3

Croix de Fer et col du Glandon

Grande étape alpine - D+ supérieur à 2 000 m selon l'itinéraire retenu

Transfert vers le point de départ de l'étape afin de consacrer la journée aux grands cols. La route s'élève vers la Croix de Fer, au cœur des paysages des Arves, puis rejoint le secteur du barrage de Grand'Maison et le col du Glandon. Une journée de montagne exigeante, entre longues ascensions, panoramas ouverts et descentes alpines. Pique-nique au cours de l'étape, puis retour à Aussois selon la logistique prévue. Au retour à l'hôtel, un massage récupération de 20 minutes par participant est inclus.

JOUR 4

Col de la Madeleine

Environ 25 km d'ascension - D+ env. 1 500 m

Transfert à La Chambre puis ascension du col de la Madeleine par Saint-François-Longchamp. Une montée régulière et soutenue, devenue incontournable dans l'histoire du Tour de France, avec un passage particulièrement marqué avant l'arrivée au col. Pique-nique au cours de la journée, descente puis retour à Aussois selon la logistique prévue. Au retour à l'hôtel, un massage récupération de 20 minutes par participant est inclus.

JOUR 5

Télégraphe et Galibier

Deux cols mythiques - grande journée alpine

Transfert à Saint-Michel-de-Maurienne. La journée commence par le col du Télégraphe, avant une courte descente sur Valloire. Vient ensuite l'ascension du Galibier, longue et spectaculaire, avec une partie finale particulièrement soutenue au-dessus de Plan Lachat. Pique-nique au cours de l'étape, descente puis retour à Aussois selon la logistique prévue. Au retour à l'hôtel, un massage récupération de 20 minutes par participant est inclus.

JOUR 6

Col de l'Iseran depuis Aussois

Environ 98 km - D+ env. 2 100 m

Le point d'orgue du séjour se déroule directement depuis l'Alpina Lodge Vanoise. Départ d'Aussois à vélo, traversée de la Haute Maurienne jusqu'à Bonneval-sur-Arc puis ascension du col de l'Iseran, l'un des plus hauts cols routiers des Alpes. Une grande étape d'environ 98 km et 2 100 m de dénivelé positif, dans une ambiance de haute montagne, avant le retour à Aussois à vélo. Pique-nique prévu au cours de la journée. Au retour à l'hôtel, un massage récupération de 20 minutes par participant est inclus.

JOUR 7

Fin de séjour

Petit-déjeuner et départ

Après le petit-déjeuner, fin du séjour.

Intervenant

L'assistance logistique du séjour est organisée pour l'ensemble du groupe. Pour les étapes nécessitant un transfert, la capacité de transport simultané est limitée à 4 vélos. Pour un groupe plus important, les modalités de déplacement des vélos sont organisées en amont du séjour et peuvent nécessiter l'utilisation de véhicules des participants. Il ne s'agit pas d'un accompagnement cycliste guidé.

Conditions météo en montagne

Les parcours en altitude restent soumis aux conditions météorologiques, à l'état des routes et aux impératifs de sécurité. L'organisation peut être adaptée si les conditions l'exigent.

Déplacements pendant le séjour

L'assistance logistique du séjour est organisée pour l'ensemble du groupe. Pour les étapes nécessitant un transfert, la capacité de transport simultané est limitée à 4 vélos. Pour un groupe plus important, les modalités de déplacement des vélos sont organisées en amont du séjour et peuvent nécessiter l'utilisation de véhicules des participants. Les modalités précises sont communiquées avant le départ.

Privatiser ce circuit

Vous souhaitez faire cette sortie **uniquement avec vos proches** ? C'est possible ! Contactez nous pour l'organisation de votre circuit.

PRIVATISER CE CIRCUIT

LE PRIX COMPREND —

- 6 nuits à l'Alpina Lodge Vanoise en chambre double ou twin, sur la base de 2 personnes par chambre
- 6 petits-déjeuners
- 5 pique-niques pour les journées vélo
- 6 dîners pris à l'Alpina Lodge Vanoise sous forme de buffet ou dans les restaurants du village, selon le programme
- L'assistance logistique du séjour pour l'ensemble du groupe
- Les transferts prévus au programme ; pour les étapes nécessitant un transfert, la capacité de transport simultané est limitée à 4 vélos
- 5 massages récupération de 20 minutes par participant, un après chaque journée vélo
- L'accès à l'espace bien-être selon les conditions et horaires d'ouverture
- L'organisation du séjour

LE PRIX NE COMPREND PAS —

- Le transport aller-retour jusqu'à Aussois
- Le vélo et l'équipement cycliste personnel
- Les boissons et dépenses personnelles
- Le supplément chambre individuelle
- Les massages ou soins complémentaires aux 5 massages récupération inclus, proposés en option
- Les assurances facultatives proposées lors de la réservation, le cas échéant
- Tout ce qui n'est pas explicitement indiqué dans « Le prix comprend »

ALPINA LODGE VANOISE - AUSSOIS

Un hôtel de montagne chaleureux au cœur du village d'Aussois, pensé comme votre camp de base pendant toute l'expérience.

6 nuits en chambre double ou twin, sur la base de 2 personnes par chambre. Chambre individuelle possible avec supplément selon disponibilités.

DÉCOUVRIR ALPINA LODGE VANOISE

Les **petits-déjeuners** sont servis à l'Alpina Lodge Vanoise. Un pique-nique est prévu pour chacune des 5 journées vélo.

Les **dîners** sont pris à l'Alpina Lodge Vanoise sous forme de buffet ou dans les restaurants du village, selon le programme.

Accès à l'espace bien-être de l'Alpina Lodge Vanoise selon les conditions et horaires d'ouverture.

Après chacune des 5 journées vélo, un massage récupération de 20 minutes par participant est inclus, selon le planning établi sur place.



RÉSERVATIONS ET PAIEMENT —

50 % d'arrhes à la réservation.

La réservation est confirmée après réception des arrhes et de la confirmation adressée par Chemins d'Altitude.

Le solde est à régler au plus tard 30 jours avant le départ.

Pour toute réservation effectuée moins de 30 jours avant le départ, la totalité du séjour est à régler à la réservation.

Modes de paiement acceptés : carte bancaire et virement bancaire.

Les conditions d'annulation applicables sont celles prévues dans les Conditions Générales de Vente de Chemins d'Altitude.

ACCUEIL ET FIN DU SÉJOUR

L'accueil a lieu à partir de 15 h le jour 1 à l'Alpina Lodge Vanoise, 15 rue de l'Église, 73500 Aussois.

En cas de retard ou de difficulté pour nous rejoindre, merci de nous contacter au 04 79 20 32 42.

Installation à l'hôtel, temps libre puis dîner.

Le séjour se termine le jour 4 à l'issue de la dernière journée de stage.

Si vous souhaitez prolonger votre séjour à Aussois, contactez l'Alpina Lodge Vanoise pour connaître les disponibilités.

FORMALITÉS

Pour votre séjour, prévoyez une pièce d'identité en cours de validité, votre carte Vitale et les coordonnées de votre assurance.

INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS

CHEMINS D'ALTITUDE
15 rue de l'Église - 73500 Aussois
04 79 20 32 42 - contact@cheminsdaltitude.fr
www.cheminsdaltitude.fr

ASSURANCES

VENIR à AUSSOIS

Aussois se situe en Haute Maurienne, en Savoie.



EN VOITURE

Depuis l'autoroute A43, prendre la sortie n°30 Modane, puis suivre Aussois. Le village se trouve à environ 7 km de Modane. En hiver, prévoyez les équipements obligatoires adaptés aux conditions de circulation en montagne.



EN TRAIN

La gare SNCF la plus proche est Modane. Depuis la gare, Aussois est accessible par les transports ou navettes locales en service aux dates du séjour. Vérifiez les horaires avant votre départ.



EN AVION

Les aéroports les plus pratiques sont Chambéry, Lyon-Saint-Exupéry, Genève et Turin. La suite du trajet s'effectue en train, en voiture de location ou par transfert jusqu'à Modane puis Aussois.