



Carnets de voyage

SPECIAL
MONTAGNE
EN ÉTÉ

VÉLO, UNE TENDANCE QUI MONTE

Cols réservés aux cyclistes, création de sentiers VTT, parcours gravel, itinéraires panoramiques et balisés... le vélo passe à la vitesse supérieure en montagne.

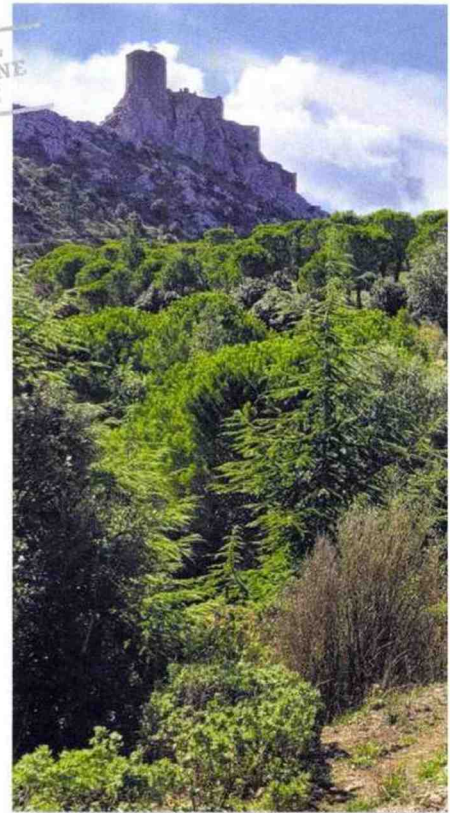
Par Audrey Grosclaude

Le vélo a la cote. Plébiscité dans les villes, où il est devenu un moyen de transport banalisé, le deux-roues est désormais omniprésent dans les massifs français. Une « vélorution » qui manque cruellement de statistiques, aucun observatoire national n'ayant encore été créé, mais se vérifie été après été de manière empirique. Il suffit en effet de jeter un œil sur l'offre mise à disposition (création de pistes et sentiers, semaines réservées aux cyclistes dans les cols traversés par le Tour de France...) pour prendre la mesure de l'échappée au sommet de la discipline. Car s'il y a toujours eu du vélo en montagne, il s'est longtemps adressé à une infime partie de la population, capable d'avaler des kilomètres de bitume en danseuse ou de jouer les têtes brûlées sur chemins escarpés en VTT.

Ce dernier, « arrivé à la fin des années 1980, a marqué un premier tournant », indique Julien Rebuffet, directeur du syndicat national des moniteurs cyclistes français : « La discipline s'est très vite développée en montagne sur un modèle assez proche du ski, avec location de matériel et cours avec moniteur mais restait destinée à une population sportive. L'assistance électrique a complètement changé la donne. Plus besoin d'être un cycliste chevronné pour pédaler en montagne. »

MOINS DE PERFORMANCES, PLUS D'ITINÉRANCES

« Dans un même groupe, on peut retrouver des profils différents avec des pratiquants plus âgés ou moins sportifs que d'autres. Certains sont à vélo musculaire, d'autres en électrique et tout le monde évolue ensemble », remarque Henri Faur, fondateur et créateur de séjours à vélo pour l'agence LaRébenne, basée en Ariège. En parallèle, « on observe un rajeunissement de la clientèle », note Julien Rebuffet : « Le vélo étant devenu pour beaucoup un objet du quotidien, ceux qui l'utilisent en ville n'ont aucun mal à se l'approprier en vacances. » Avec quelques subtilités. Car si le vélo au sens large est en plein essor, il regroupe des pratiques diverses, et plus ou moins onéreuses (un VTTAE haut de gamme peut atteindre les 10 000 euros), allant du vélo de route au VTT, en passant par le VTC et le très en vogue gravel, sorte de vélo de route à larges roues capable d'encaisser les sorties de routes goudronnées pour évoluer sur des sentiers plus forestiers. Pourquoi un tel succès ? Parce que le vélo coche toutes les cases : il permet d'être actif, de se déplacer en limitant son empreinte carbone mais aussi, et surtout, de profiter de paysages à couper le souffle où l'on est souvent seul. « Ambassadeur du slow tourisme, le vélo est imbattable en matière de découverte puisque l'on parcourt 5 à 10 fois plus de distance qu'en randonnée pédestre », précise Julien Rebuffet. Des itinérances plus ou moins



douces qui couvrent tout le territoire ou presque : traversée des Alpes ou des Pyrénées (région particulièrement dynamique en matière d'aménagements cyclo), périple en Corse centrale, sentier Cathare en Occitanie, cyclotourisme dans les Vosges, traversée du Massif central, des volcans d'Auvergne à la Méditerranée, échappées sauvages dans le Queyras, tour des villages de charme du Diois dans la Drôme... À tester tout l'été mais aussi, et c'est là un atout de taille pour les massifs, sur les fameuses ailes de saison du printemps et de l'automne, lorsque les températures baissent et que la végétation se pare d'or, de rouge et de cuivre.

LE TOUR DES BAUGES, ENTRE SAVOIE ET HAUTE-SAVOIE

Ce nouveau tracé de 130 kilomètres relie, dans les deux sens, les gares d'Aix-les-Bains et d'Annecy via Chambéry, Montmélian et Albertville. L'itinéraire emprunte les véloroutes V62 et V63 et serpente, facilement, dans les paysages du Parc naturel régional des Bauges, multi-

SEP





pliant les haltes de charme et les points de vue sur les lacs (Bourget, Saint-André, Annecy), les vignobles et les sommets alentour (la Dent du Chat, la chaîne de l'Épine et le mont Revard). Les plus sportifs pourront même s'offrir des extras et des échappées musclées vers les cols de la Dent du Chat, du Granier ou des Aravis. Un parcours à séquencer en trois ou quatre jours, également combinable avec la ViaRhôna.

Tour des Bauges (Savoie-mont-blanc.com).

VTT LUDIQUE DANS LA VALLÉE DU LOURON
Pas la peine d'être un descendeur expérimenté pour se lancer sur la nouvelle piste verte de Peyragudes, la plus longue piste de VTT des Pyrénées. « *L'une des plus grandes d'Europe* », précise Ludovic Henry, directeur technique du syndicat intercommunal de la vallée du Louron : « *C'est une piste ludique en deux tronçons de type flow trail. Large, sécurisante, elle a beaucoup de mouvements de terrain ce qui la rend très ludique et facilement accessible aux débutants.* » Le départ se fait à 2 250 mètres d'altitude via la

télécabine Skyvall puis un télésiège. La partie basse du sentier devrait rester ouverte en hiver, permettant de mixer, dans une même journée, descente à skis et en VTT jusqu'à Loudenvielle. *Peyragudes (Peyragudes.com).*

VÉLO SUR UN PLATEAU DANS LE VERCORS

Tous en piste ! Du 10 au 12 juin, amateurs de pump track, ces tracés alternant bosses et virages relevés dans lesquels on « pompe » sur ses bras pour entretenir son allure, mais aussi cyclistes du dimanche se retrouveront ensemble à l'occasion du Vercors Bike Festival, première édition. Sorte de grande fête vélo tout terrain et tout public, l'événement fusionne plusieurs compétitions (enduro du Vercors-Saint Nizier, Vertaco Bike, course de draisiennes pour les 2-5 ans...) afin de faire rouler un maximum de pratiquants sur les chemins de Saint-Nizier-du-Mouchet, Lans-en-Vercors, Autrans-Méaudre et Villard-de-Lans. Un décor de hauts plateaux, de falaises calcaires, de balcons avec vue et de forêts accessible à tous, la première

boucle démarrant à 12 kilomètres et 250 mètres de dénivelé positif.

Vercors Bike Festival (Vercorsbikefestival.com).

WEEK-END GRAVEL EN HAUTE-PROVENCE

Vélo hybride et polyvalent, à mi-chemin entre le vélo de route et le VTT, le gravel est la monture du moment. Pour tester l'engin, partez à l'assaut des champs de lavande et d'oliviers de Haute-Provence, l'office de tourisme ayant concocté un nouveau pack express mais engagé (presque 180 km) de 2 jours/1 nuit au départ de Château-Arnoux. Un circuit qui longe le canal EDF de la Durance, traverse la réserve ornithologique, passe par la route Napoléon au pied des spectaculaires Pénitents des Mées et grimpe jusqu'au plateau de Valensole avant de faire étape à Moustiers-Sainte-Marie. Le lendemain, direction le massif du Montdenier, royaume des chamois, des oiseaux et des chauves-souris, avant de découvrir les eaux émeraude du lac de Sainte-Croix du Verdon et les gorges de Trévans.

Office de tourisme de Château-Arnoux (04.92.64.02.64). Formule tout compris à 85 € en demi-pension incluant transferts de bagages, dîner et brunch en chambre d'hôtes 3 étoiles. De 2 à 12 personnes.

VTTAE DANS LES 3 VALLÉES

Lancé à Méribel, en 2019, avec le tronçon du col de la Loze (à 2 304 m d'altitude), l'ambitieux projet vélo Via 3 Vallées est pratiquement bouclé. Il ne reste qu'une poignée de kilomètres à aménager entre Méribel-Mottaret et le sommet de Tougnète, au-dessus de Saint-Martin-de-Belleville pour que le tracé entre forêts et alpages soit finalisé. En attendant, les remontées mécaniques prennent le relais et l'on peut d'ores et déjà découvrir en VTTAE les 34 kilomètres de route goudronnée permettant de relier Courchevel 1 850 à Val-Thorens en passant par Méribel et Les Menuires. Panorama et sensations garanties.

Les 3 Vallées (Les3vallees.com), 24 € le forfait VTT jour, ouverture du domaine le 2 juillet. ■

