

**ALPES**  
IS HERE

SOURCE DE HAUTEUR

GRATUIT

# Balades électriques en Isère



**18 SORTIES  
FAMILIALES**

À VÉLO ET VTT À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE

+

L'AVIS  
DU PRO POUR  
RÉUSSIR SA  
BALADE



# L'Isère, rien de plus naturel



Col de Porte  
**Massif de  
Chartreuse**

En quête de  
grands espaces,  
de partage et  
de nouvelles  
expériences...  
accordez-vous  
une parenthèse  
unique sans  
aller au bout  
du monde.  
L'Isère, rien de  
plus naturel.



PHOTO PASCAL CHOLETT

[EVASION.ISHERE.FR](https://www.evasion.ishere.fr)



RÉSERVEZ EN LIGNE VOS SÉJOURS  
ET WEEK-ENDS PERSONNALISÉS EN ISÈRE

**ALPES**  
ISHERE

SOURCE DE HAUTEUR



© Alexandre Gelin

## Édito



### Vélo à Assistance Electrique

Que l'on soit grand sportif ou bien cycliste occasionnel, l'Isère, avec sa fabuleuse diversité de paysages et ses aménagements cyclables de qualité offre une multitude d'itinéraires vélo sur lesquels chacun peut se faire plaisir.

Le vélo à assistance électrique facilite l'accès à différents terrains et permet de partager une activité vélo en famille et entre amis, quelle que soit la capacité de chacun. Mais plus encore, ce mode doux de découverte allie la préservation de l'environnement et les bienfaits pour la santé.

Fort du développement de cette pratique, cette brochure vous présente une sélection des plus beaux itinéraires pour découvrir les richesses de l'Isère.

En VAE, sur routes et voies vertes, partez à la découverte des rives du fleuve Rhône, des artistes isérois illustres, des savoir-faire locaux et des sites historiques et culturels incontournables du territoire. En VTAE pour les adeptes des chemins, vous prendrez plaisir à explorer les massifs de la Chartreuse, de Belledonne, du Vercors et de l'Oisans et parcourir les bords de lacs.

Louer un VAE, séjourner à proximité d'un itinéraire, faire une pause en chemin, chaque itinéraire est détaillé pour vous permettre de composer votre journée ou votre séjour suivant vos envies.

Pour les découvrir, tournez les pages et surtout... à vos vélos !

L'équipe d'Isère Attractivité

#### Photo de couverture :

Balade entre amis  
autour du lac de Paladru

© Alexandre Gelin

#### ONT PARTICIPÉ À L'ÉLABORATION DE CE MAGAZINE

**Directeur de la publication :** Vincent Delaire / **Directeur de la rédaction :** Hervé Bodeau  
**Coordination :** Sophie Battaglia et Émilie Coquelut (Isère Attractivité) / Sébastien Rousset (Groupe UNAGI)  
**Rédaction :** Martin Léger / **Relecture-correction :** Nathalie Gresset / **Mise en page :** Michel Barthelemy  
**Cette brochure a été réalisée avec l'aide** des services du Département de l'Isère (service jeunesse et sport, Direction des Mobilités, services aménagements des Maisons de Territoires), le Comité Départemental de l'Isère de Cyclotourisme, le Comité Départemental de Cyclisme de l'Isère, le syndicat des Moniteurs Cyclistes Français, l'association Mountain Bikers Foundation, les intercommunalités iséroises et les Offices de tourisme. Ce document est une brochure touristique. Nous avons apporté le plus grand soin à l'élaboration de cette dernière en nous efforçant de fournir une sélection objective. Toutes les indications, les illustrations contenues le sont à titre purement indicatifs et non contractuels, ils ne sauraient en aucun cas engager la responsabilité d'Isère Attractivité.  
**info@isere-tourisme.com - evasion.ishere.fr**





## *La Fédération Française de Cyclotourisme, une mission d'expertise*

PAR DENIS VITIEL, MEMBRE DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLOTOURISME  
ET DU COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE L'ISÈRE DE CYCLOTOURISME

Une des missions de la Fédération Française de Cyclotourisme est le développement du tourisme à vélo, c'est pourquoi le Comité Départemental -CODEP 38- travaille depuis plus de 20 ans avec le Département de l'Isère sur cette thématique.

Nous proposons des aménagements et des choix de voiries dans l'objectif de rendre les circuits sécuritaires et permettre une pratique du cyclotourisme tranquille et sereine.

Nous avons participé à l'élaboration de circuits, de boucles cyclables et des montées remarquables équipées de bornes kilométriques ad hoc. Nous avons également apporté notre contribution à la

réalisation de la véloroute V63. Cet itinéraire, variante à la ViaRhôna, permet de rallier directement Valence, évitant les passages par Lyon et Vienne.

Le vélo à assistance électrique, tout comme son homologue classique, a le vent en poupe pour les déplacements au quotidien. La pratique du VAE permet aux débutants ou aux pratiquants modérés, de pouvoir visiter en vélo une partie du patrimoine isérois sans avoir d'appréhension. Depuis deux ans nous collaborons avec Isère Attractivité à la mise en œuvre de boucles familiales spécifiques à la pratique du vélo à assistance électrique. Ces boucles ont été créées avec l'aide de nos clubs, soit pour le tracé, soit pour leurs vérifications.

# Comment réussir sa balade en VAE / VTAE ?

Même si les boucles présentées dans ce guide sont accessibles à un (très) large public, quelques conseils sur la gestion de l'assistance, le pilotage ou encore l'habillement vous permettront de profiter pleinement de votre balade en vélo / VTT à assistance électrique (VAE / VTAE). Julien Rebuffet, directeur des Moniteurs Cyclistes Français, nous livre ses recommandations.

PAR MARTIN LÉGER

**C**ela peut sembler évident, mais il convient de bien cibler l'itinéraire et le type de parcours : sur route, sur chemin large, sur sentier étroit ? « Cela jouera sur le matériel à choisir (VAE pour la route, VTAE pour les chemins et sentiers). L'assistance électrique donne une impression d'aisance, mais n'oubliez pas que le pilotage peut être un peu plus compliqué à cause du poids : un VTAE fait 7 à 10 kilos de plus qu'un VTT classique. Il faut davantage d'anticipation. Pour profiter pleinement de l'énergie supplémentaire du VTAE, l'idéal est de prendre des cours de perfectionnement, pour notamment, bien maîtriser les techniques de franchissement d'obstacles. » Mais quels que soient le vélo et l'itinéraire choisis, l'assistance électrique vous permettra d'affronter tous les reliefs sans (trop) vous fatiguer, un atout non négligeable en Isère où les dénivelés peuvent vite être conséquents.

Certes, les itinéraires présentés dans ce magazine n'excèdent pas les deux heures. Il n'y a donc a priori aucune raison que vous tombiez en panne de batterie. Mais pour éviter toute mauvaise surprise – notamment par des températures très froides ou très chaudes qui peuvent diminuer le rendement du moteur – il est préférable de partir avec une batterie chargée à fond (lire encadré).

Pour autant, pas question de vous mettre en permanence en mode turbo. « Lorsque c'est possible, mieux vaut réduire un peu le niveau d'assistance. Parce que plus celui-ci est élevé, plus il y a un risque d'avoir des à-coups. Essayez plutôt d'alterner entre les modes rando et sport – les deuxième et troisième niveaux d'assistance, sur quatre au total – et réservez vraiment le mode turbo aux montées très raides. » Dosez bien l'assistance, de façon aussi à éviter l'effet patinage.

La présence du moteur ne dispense pas de varier les braquets. « Il ne faut pédaler ni trop vite, ni trop doucement.

C'est pourquoi il faut bien utiliser les changements de vitesse, de manière à toujours pédaler au même rythme, et ce, quelle que soit la pente. C'est aussi comme cela qu'on optimise l'assistance du moteur. Au pire, il vaut mieux mouliner un peu trop plutôt que de monter en force. »

Quid de l'équipement du cycliste ? Des vêtements respirants, une veste de pluie, quelques barres de céréales et/ou un peu de monnaie pour les pauses goûter, et bien évidemment de l'eau (bidon, bouteille dans le sac ou Camelbak®) sont de mise, et ce, peu importe la balade choisie.



## Batterie, mode d'emploi

> Julien Rebuffet, Directeur des Moniteurs Cyclistes Français.

Les batteries des VAE ou VTAE actuels permettent de « rouler trois à quatre heures en VTT, en étant serein, voire la journée entière sur terrain plat », selon Julien Rebuffet. Il ajoute : « En montée, en alternant les modes rando et sport, on arrive à faire entre 800 et 1000 m de dénivelé. » Profitez de vos pauses au bar ou au restaurant pour recharger, « d'autant que 80 % de la charge se fait en une heure ; en 20 minutes, on peut atteindre 30 à 40 %. » Pensez aussi à prendre le chargeur dans votre sac, « parce que si on arrive assez facilement à trouver une prise électrique, il n'y a pas forcément le chargeur qui va avec », conclut le directeur des MCF.



# 18 itinéraires pour découvrir l'Isère en VAE ou VTAE

Répartis sur l'ensemble du département, les itinéraires présentés dans les pages suivantes ont été choisis pour leur accessibilité (un temps de parcours généralement inférieur à deux heures et des dénivelés réduits, sans pentes raides), leur tranquillité (pas ou peu de circulation automobile) et pour leur caractère emblématique. Ils s'adressent à tous ceux et celles qui souhaitent découvrir les trésors de l'Isère, le vélo n'étant ici qu'un prétexte à l'exploration du territoire. Pour chaque boucle, les acteurs du territoire, nous donnent le petit plus dans « l'avis du pro ».

PAR MARTIN LÉGER



> L'itinéraire du Tour du lac de Paladru surplombe le lac bleu et puis longe sa rive pendant 5,3 km.

© Alexandre Gelin





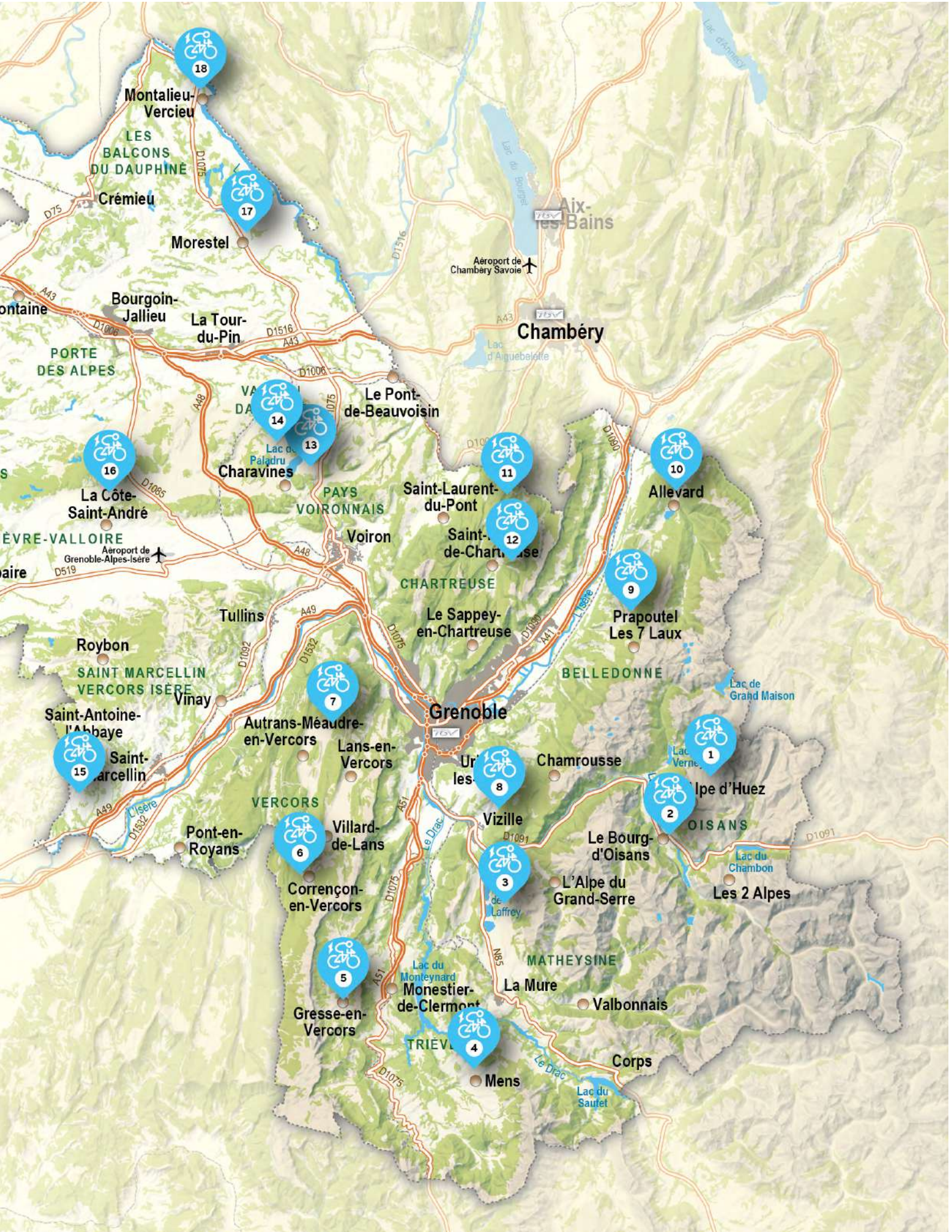


## Les itinéraires

- 1 Le tour des lacs > **P10**
- 2 Le long du Vénéon par la voie verte > **P11**
- 3 Entre deux lacs > **P12**
- 4 Au pied de l'Obiou > **P13**
- 5 Panorama sur les géants du Vercors > **P14**
- 6 La boucle du Clariant : de pâturages en fairways > **P15**
- 7 Le val d'Autrans-Méaudre en Vercors > **P16**
- 8 Sur les châteaux de roues > **P17**
- 9 Prapoutel - Le Pré de l'Arc > **P18**
- 10 Boucle familiale d'Allevard les Bains > **P19**
- 11 E-Trip sous la dent de l'Ours > **P20**
- 12 Easy trip à Saint-Pierre-de-Chartreuse > **P21**
- 13 Le lac de Paladru côté Chartreux > **P22**
- 14 Le tour du lac de Paladru > **P23**
- 15 De Saint-Hilaire-du-Rosier à Saint-Antoine-l'Abbaye > **P24**
- 16 Au pays de Berlioz > **P25**
- 17 Entre balcons et vals du Dauphiné > **P26**
- 18 Le tour de la Vallée Bleue > **P27**





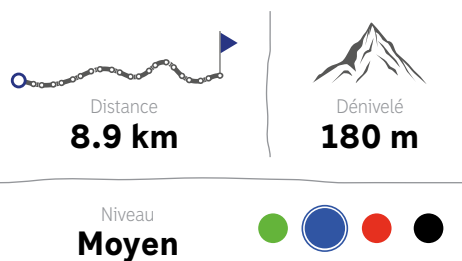




# Le tour des lacs

Prairies alpines, lacs magnifiques et ambiance de montagne caractérisent cette boucle, tracée quasiment intégralement au-dessus de 2000 mètres d'altitude. Ce qui ne l'empêche pas de rester très accessible.

**VTTAE > AU DÉPART D'OZ-EN-OISANS OU DEPUIS L'ALPE D'HUEZ.**



Situé entre l'Alpe d'Huez et Oz-en-Oisans, le plateau de l'Alpette est une véritable pépite, très prisé des pêcheurs comme des randonneurs. Cet itinéraire constitue LA promenade idéale en famille. De nombreuses passerelles surplombent les lacs (Carrelets, Besson et Faucille) avec une vue panoramique impressionnante. Plusieurs accès par la route ou via les remontées mécaniques de l'Alpe d'Huez et d'Oz-en-Oisans.



© Laurent Salino

## L'AVIS DU PRO

*Un très beau circuit d'altitude qui reste très abordable pour tous, avec une distance et un dénivelé assez réduits. Comme on s'éloigne de la station, on découvre un autre décor.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

## Infos

### OÙ LOUER UN VTTAE

> Skimium. Bâtiment du Chalet des Neiges Oz Station, Oz-en-Oisans. Tél. 04 76 80 72 78 - location-vtt-oz-en-oisans. notrespHERE.com

### OÙ SÉJOURNER

> Le Chalet des neiges à Oz-en-Oisans. Tél. 04 79 39 02 90 www.chaletdesneiges.com

### À VOIR EN CHEMIN

> **A** - Avec ses 5 lacs classés Patrimoine National, le plateau de l'Alpette offre de somptueux paysages et de vastes panoramas. A l'occasion d'une halte et à condition de rester discret, vous pourrez apercevoir les marmottes.

### FAIRE UN PAUSE

> **B** - Le chalet du lac Besson. Ce restaurant d'altitude dispose d'une belle terrasse qui surplombe le lac. Tél. 04 76 80 65 37

### PLUS D'INFORMATIONS

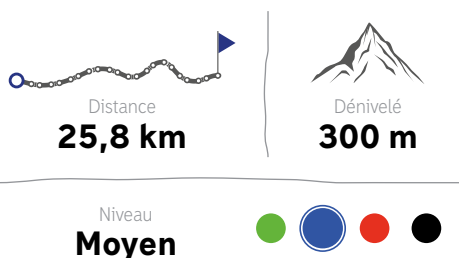
> www.oz-en-oisans.com  
> www.alpedhuez.com



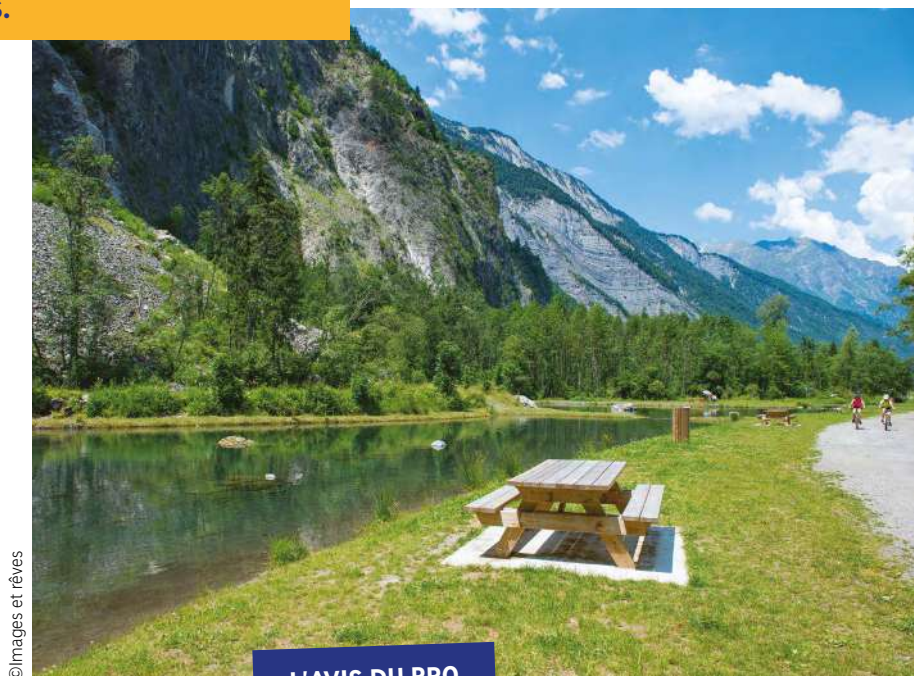
# Le long du Vénéon par la voie verte

Au départ du Lac Bleu, la voie verte longe la falaise jusqu'à la cascade de la Pisse en passant d'abord par l'étang de Buclet. Le parcours serpente le long du Vénéon, dont la couleur bleu glacier vous accompagnera jusqu'à Venosc et ses artisans.

## VAE > AU DÉPART DE BOURG-D'OISANS.



Les cols mythiques à portée de roues ou les routes plus confidentielles sont innombrables au départ de Bourg-d'Oisans. A la belle saison des cyclos venus du monde entier viennent relever le défi des 21 lacets de la montée de l'Alpe d'Huez ou celle des grands cols alpins. Bien plus facile, cet itinéraire sur voie verte comporte tout de même 300 m de dénivelé ! Un tout petit effort pour rallier Venosc et profiter pleinement du charme des rues pavées de ce village ussian traditionnel.



©Images et rêves

### L'AVIS DU PRO

*Un parcours empruntant la voie verte de l'Oisans qui se termine à Venosc avec une montée finale et une belle descente au retour.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

### Infos

#### OÙ LOUER UN VAE

> Bleach 106 Avenue Aristide Briand à Bourg-d'Oisans. Tél. 04 76 79 21 82  
bleach-xtremsports.com

#### OÙ SÉJOURNER

> Le Cosy Lodge à Bourg-d'Oisans. Tél. 06 07 42 05 28  
www.lecosylodge-bourgdoisans.com

#### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.bourgdoisans.com](http://www.bourgdoisans.com)  
> [www.oisans.com](http://www.oisans.com)

#### À VOIR EN CHEMIN

> A - Le village de Venosc.  
> B - La route des Savoir-Faire de l'Oisans.

#### FAIRE UNE PAUSE

> C - Au restaurant /épicerie Douce gourmandise à Venosc. Tél. 06 41 83 78 27



# Entre deux lacs

Ce circuit vous propose de faire le tour de deux des lacs de Laffrey (en l'occurrence Petichet et Pierre-Châtel) et de profiter de très belles vues sur tout le plateau matheysin et au-delà, en particulier depuis la crête des Creys.

## VTTAE > AU DÉPART DE SAINT-THEOFFREY.

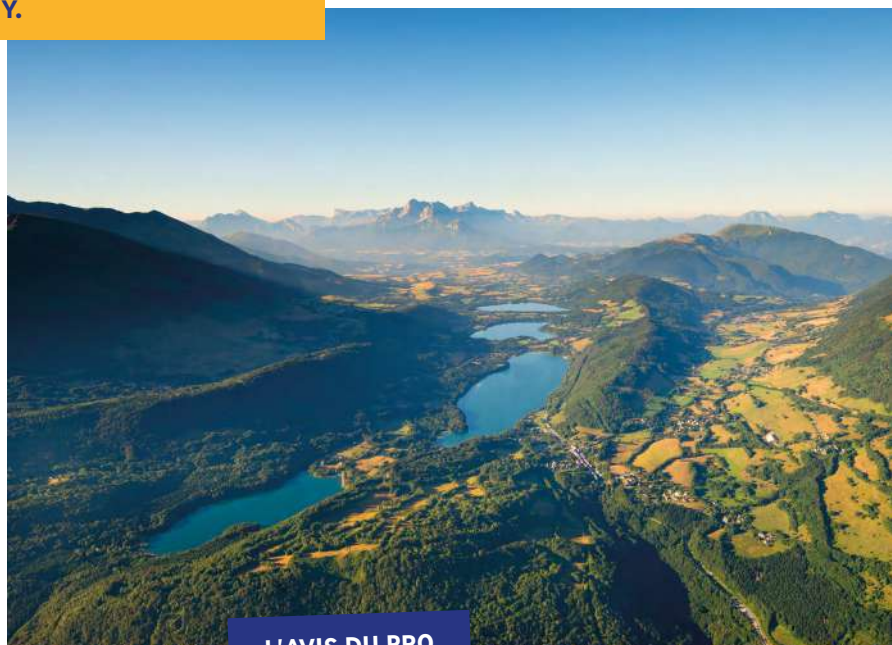


Niveau  
**Moyen**



Très prisés des Grenoblois, notamment lorsqu'il s'agit de trouver un peu de fraîcheur en été, les lacs du plateau de Laffrey (quatre au total, en y ajoutant le grand lac de Laffrey et le lac Mort, asséché) et leurs alentours attirent également les vététistes, grâce à la variété du terrain et à la beauté des paysages, face au massif du Taillefer. Pierre-Châtel est l'un des points d'accueil de l'espace VTT-FFC Matheysine et vallées du Valbonnais, fort de 35 circuits de quatre niveaux de difficulté, totalisant 900 km.

© Frédéric Pattou



### L'AVIS DU PRO

*On évolue vraiment dans un cadre authentique et préservé. On trouve beaucoup d'artisanat et de productions locales. Il y a un vrai sentiment de dépaysement, alors qu'on est à peine à 40 minutes de Grenoble.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

### Infos

#### OÙ LOUER UN VTTAE

> Camping Ser Sirant à Saint-Théoffrey. Tél. 04 76 83 91 97  
[www.campingsersirant.fr](http://www.campingsersirant.fr)

#### OÙ SÉJOURNER

> Camping Ser Sirant à Saint-Théoffrey. Tél. 04 76 83 91 97  
[www.campingsersirant.fr](http://www.campingsersirant.fr)

#### À VOIR EN CHEMIN

> **A - Le belvédère Olivier Messiaen.** Le célèbre compositeur possédait une maison à Saint-Théoffrey. Les divers éléments du paysage - lacs, montagnes, oiseaux... - nourrissaient son inspiration musicale.

#### FAIRE UN PAUSE

> **B - Au Miradou,** un restaurant situé sur une jolie plage de galets et d'herbe au bord du lac de Petichet.  
Tél. 04 76 83 00 22 - [www.lemiradou.com](http://www.lemiradou.com)

#### PLUS D'INFORMATIONS

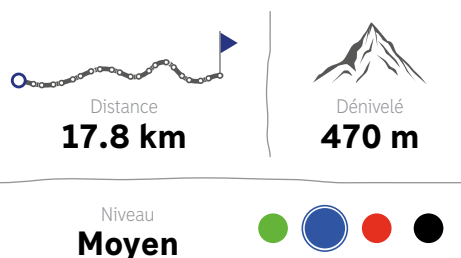
> [www.matheysine-tourisme.com](http://www.matheysine-tourisme.com)



# Au pied de l'Obiou

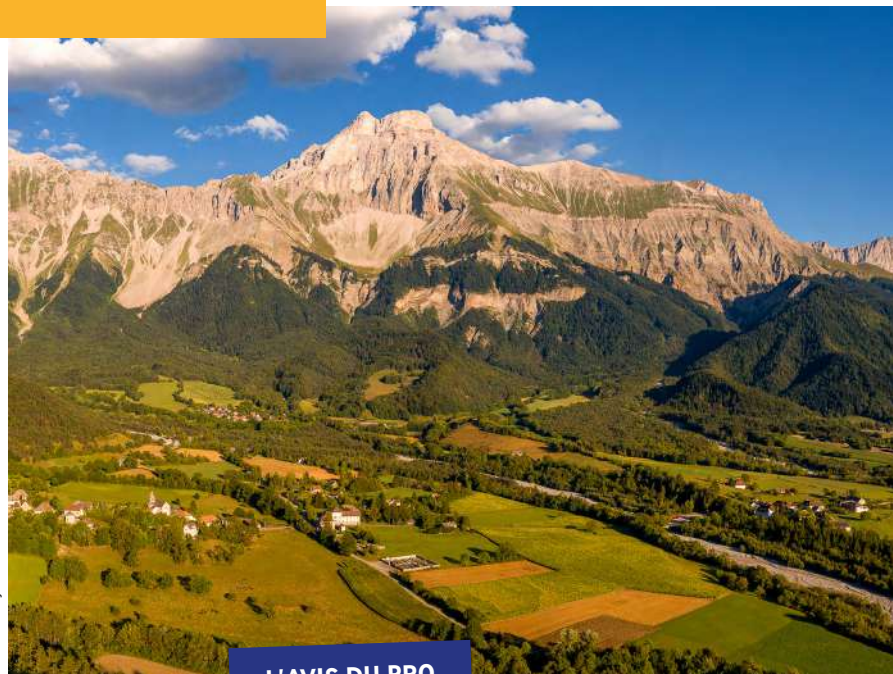
Point culminant du massif du Dévoluy, du haut de ses 2789 m d'altitude, l'Obiou est une puissante muraille de pierre qui domine le Trièves d'un côté et le Beaumont de l'autre. Cette boucle vous permettra d'apprécier le caractère imposant de cette montagne dont le nom signifiait « tête de bœuf » en provençal.

## VTTAE > AU DÉPART DE MENS.



Au départ de Mens, cet itinéraire roulant, qui se déploie sur des voies plutôt larges (alternances de pistes et de routes goudronnées), vous fera traverser de nombreux villages et hameaux. Dans l'ordre, Beaumet, Saint-Beauvais, Les Bonnets, Saint-Baudille-et-Pipet, Saint-Pancrasse, Longueville (peut-être le plus joli de tous) et enfin Menglas. L'absence de difficultés techniques vous permettra de pleinement profiter de la vue impressionnante sur le Trièves depuis les hauteurs de Mens.

© Pierre Jayet



### L'AVIS DU PRO

*Le Trièves est un endroit absolument superbe en termes de paysages, avec un côté très préservé. L'écrivain Jean Giono y séjournait fréquemment et s'inspirait de sa beauté.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

### Infos

#### OÙ LOUER UN VTTAE

> Atelier boutique Roues libres à Mens. Tél. 06 32 02 93 26

#### OÙ SÉJOURNER

> Gîte Le Clos des Luya à Mens. Tél. 06 45 67 53 89  
www.leclosdesluya.com

#### À VOIR EN CHEMIN

> A - Le Musée du Trièves.  
> B - La Halle à Mens.

#### FAIRE UNE PAUSE

> C - À Saint-Baudille-et-Pipet faire une halte devant la petite église et profiter du paysage de l'ombre bienfaisante des tilleuls.

#### PLUS D'INFORMATIONS

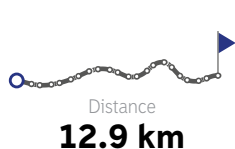
> [www.trieves-vercors.fr](http://www.trieves-vercors.fr)



# Panorama sur les géants du Vercors

Au départ de Gresse-en-Vercors, cette balade au parcours varié, entre traversées de hameaux, plaines et sentiers en forêt, vous offrira en prime une vue imprenable sur le mont Aiguille - l'une des sept merveilles du Dauphiné - depuis le col de l'Allimas.

## VTTAE > AU DÉPART DE GRESSE-EN-VERCORS.



Niveau  
**Moyen**



De jolies descentes – dont la première offre une belle vue sur le balcon est du Vercors et sur le Grand Veymont, point culminant du massif du haut de ses 2341 m d'altitude – ou encore le passage pour rejoindre « l'Odyssée Verte », sentier suspendu dans les arbres pour découvrir la forêt – constituent assurément des points forts de cette balade. Mais la vue sur le mont Aiguille est le must de cette boucle. Ne serait-ce que parce que cette montagne majestueuse, escaladée pour la première fois en 1492 quand bien même les habitants du Trièves l'appelaient le mont Inaccessible, est considérée comme le berceau de l'alpinisme.

© Trièves Vercors Tourisme



### L'AVIS DU PRO

*Cet itinéraire a beau s'adresser aux débutants, il n'en reste pas moins varié et ludique, entre routes, forêts et pistes. Il offre une découverte assez complète – mais toujours très accessible – des différentes manières de piloter son vélo.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli Isère Outdoor

## Infos

### OÙ LOUER UN VTTAE

> Grillet Sport 1898, route du Grand Veymont à Gresse-en-Vercors.  
Tél. 04 76 34 30 12  
[www.grillet-sports.com](http://www.grillet-sports.com)

### À VOIR EN CHEMIN

> A - L'Odyssée verte, un parcours suspendu à 10 mètres du sol pour observer la forêt vue d'en haut.

### FAIRE UNE PAUSE

> B - Au col de l'Allimas pour profiter pleinement du panorama.

### OÙ SÉJOURNER

> En chambre d'hôtes à Aiguillette Lodge à Gresse-en-Vercors.  
Tél. 06 20 18 54 49  
[www.aiguillette.lodge.com](http://www.aiguillette.lodge.com)

### PLUS D'INFORMATIONS

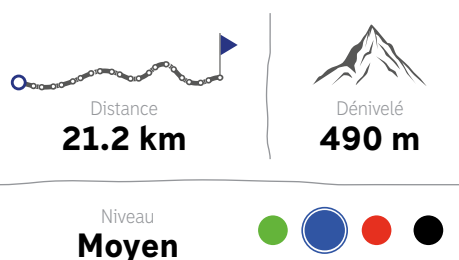
> [www.trieves-vercors.fr](http://www.trieves-vercors.fr)



# La boucle du Clariant : de pâturages en fairways

Cette « semi-boucle » (les premiers et derniers kilomètres s'effectuent par le même chemin) vous emmènera au pied des stations de ski de Villard de Lans et de Corrençon-en-Vercors. Elle emprunte notamment la ViaVercors, un itinéraire partagé pour les mobilités douces.

## VTTAE > AU DÉPART DE VILLARD DE LANS.



Tout au long de votre balade, vous admirerez les pâturages verdoyants et les magnifiques montagnes qui surplombent les deux stations, en particulier les arêtes du Gerbier. Le passage par le hameau des Pouteils, à l'architecture typique, fait partie des points forts de cette boucle, tout comme l'arrivée à l'auberge du Clariant (espace naturel forgé par le labeur des charbonniers) ou la découverte du pas de tir de biathlon de Corrençon, où vous apercevrez peut-être les athlètes à l'entraînement.



### L'AVIS DU PRO

*Corrençon est un très joli village, aux portes de la réserve naturelle des Hauts-Plateaux du Vercors. Cette boucle vous fera aussi traverser le 45e parallèle et le golf de Corrençon.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

### Infos

#### OÙ LOUER UN VTTAE

> **Velectrip**, Avenue des Bains à Villard-de-Lans. Tél. 06 09 69 43 06 - velectrip.fr  
> **Sport Neige**, 38 place des Martyrs à Villard de Lans. Tél. 04 76 95 04 68  
www.sportneige.fr

#### OÙ SÉJOURNER

> **Hôtel du Golf** à Corrençon-en-Vercors. Tél. 04 76 95 84 84  
www.hotel-du-golf-vercors.fr

#### À VOIR EN CHEMIN

> **A - La maison du Patrimoine** à Villard de Lans.  
> **B - Le Champ de la Bataille** qui doit son nom à l'affrontement en 1410, entre les troupes de l'évêque de Die et celles du comte de Sassenage, seigneur des montagnes de Lans.

#### FAIRE UNE PAUSE

> **C - Auberge du Clariant**. Tél. 06 82 42 45 19  
leclariant.com

#### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.villarddelans.com](http://www.villarddelans.com)



# Le val d'Autrans-Méaudre en Vercors

Cette boucle au départ d'Autrans ou de Méaudre arpente le val ouvert et boisé et passe par bon nombre de petits hameaux avec leurs maisons à pignons lauzés.

Ne manquez pas de faire une pause pour découvrir l'une des nombreuses fermes et déguster les produits du terroir comme le bleu du Vercors-Sassenage.

## VAE > LA VIAVERCORS AU DÉPART DE MÉAUDRE OU D'AUTRANS.



Niveau  
**Moyen**



Avec ses 50 km d'itinéraires reliant cinq communes du Vercors (Saint-Nizier-du-Moucherotte, Lans-en-Vercors, Villard-de-Lans, Corrençon-en-Vercors, Autrans-Méaudre), la ViaVercors est parfaite pour une balade en famille. Elle est en effet majoritairement interdite aux véhicules à moteur, et agrémentée d'aires de pique-nique (avec des tables fabriquées à partir de ressources locales) et de points d'arrêt pédagogiques (viseur sur les sommets environnants, dos-d'âne pour apprendre à piloter son vélo, etc.).

© David Boudin



### L'AVIS DU PRO

*On emprunte en grande partie la ViaVercors : un réseau unique d'itinéraires réservés aux modes doux de déplacement, dont, bien sûr, les vélos et VTT à assistance électrique.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli Isère Outdoor

### Infos

#### OÙ LOUER UN VAE

- > Skimium 133, route du Méaudret à Méaudre. Tél. 04 76 95 20 44 - [www.cyclesetco.fr](http://www.cyclesetco.fr)
- > La Grange aux skis 64 place Julien Bertrand à Autrans. 04 76 95 32 83 [www.lagrangeauxskis-sports.com](http://www.lagrangeauxskis-sports.com)

#### OÙ SÉJOURNER

- > Hôtel Arcanson à Méaudre. Tél. 04 76 95 23 51 - [www.arcanson.com](http://www.arcanson.com)

#### PLUS D'INFORMATIONS

- > [www.autrans-meaudre.com](http://www.autrans-meaudre.com)

#### À VOIR EN CHEMIN

- > **A** - Les blondes d'Aquitaine, les yacks et les bisons de la ferme des Prés Lauzés.
- > **B** - Le tremplin olympique du Claret. Toujours en activité, il a été construit pour les Jeux Olympiques de Grenoble en 1968.

#### FAIRE UNE PAUSE

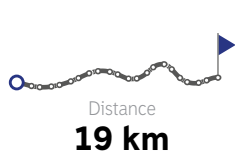
- > **C** - Au restaurant la Buffe à Autrans pour son fameux gratin dauphinois. 04 76 94 70 70 - [www.la-buffe.fr](http://www.la-buffe.fr)



# Sur les châteaux de roues

Vizille et Uriage abritent deux beaux châteaux chargés d'histoire. Cette boucle vous donne l'occasion de les relier, par une alternance de sentiers et de petites routes, de part et d'autre de la départementale.

**VTTAE > AU DÉPART D'URIAGE-LES-BAINS OU DE VIZILLE.**

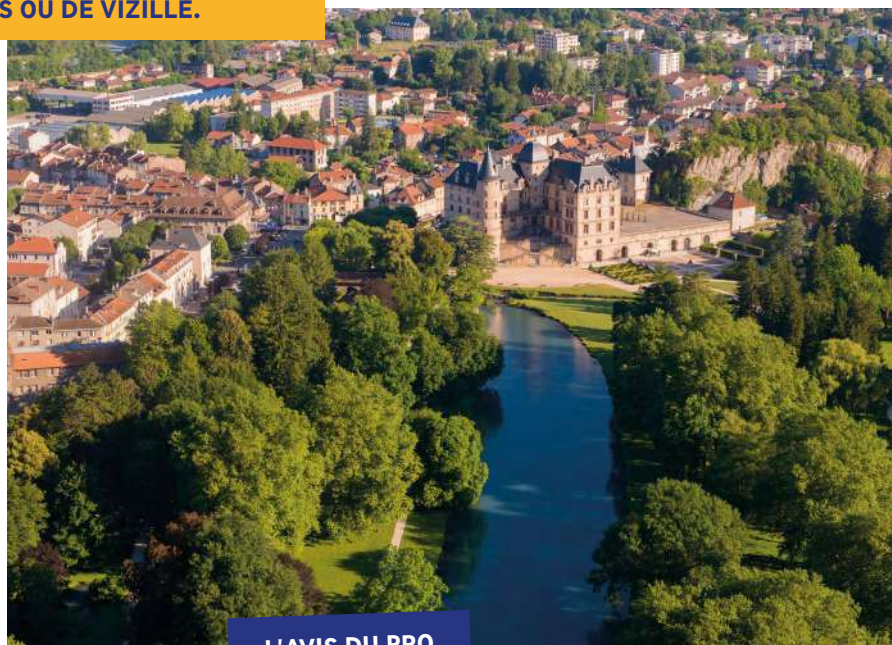


Niveau  
**Moyen**



Avec cet itinéraire, vous découvrirez aussi deux parcs magnifiques, où il convient de faire une pause, d'autant plus si vous venez avec des enfants. À Uriage, ceux-ci apprécieront les sulkys (petits chevaux à pédales), le manège ou encore l'aérojump (trampolines, tyroliennes, parcours aventure, etc.). À Vizille, les cygnes, canards, paons et autres cerfs du parc animalier vous attendent. Sans oublier le musée de la Révolution française, dans l'enceinte même du château.

© Frédéric Pattou



**L'AVIS DU PRO**

*On va découvrir ici des choses insolites, des pépites cachées comme une roue à eau ou un petit étang, qu'on ne peut pas soupçonner si on reste sur la route départementale entre Vizille et Uriage.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

## Infos

### OÙ LOUER UN VTTAE

> Camping Imprévu 62 chemin des Molières à Vaulnaveys-le-Bas  
Tél. 04 76 89 27 39 - [www.campingimprevu.com](http://www.campingimprevu.com)

### OÙ SÉJOURNER

> Camping Imprévu 62 chemin des Molières à Vaulnaveys-le-Bas  
Tél. 04 76 89 27 39 - [www.campingimprevu.com](http://www.campingimprevu.com)

### À VOIR EN CHEMIN

> **A** - Le parc thermal d'Uriage-les-Bains, avec ses arbres centenaires et ses vastes pelouses, vous offrira une halte rafraîchissante.  
> **B** - Le domaine de Vizille et le musée de la Révolution française.

### FAIRE UNE PAUSE

> **C** - Au restaurant du golf d'Uriage, le 2002, à Vaulnaveys-le-Haut. Une belle terrasse avec vue sur le green.  
Tél. 09 62 50 47 89 - [www.golfduriage.com](http://www.golfduriage.com)

### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.grenoble-tourisme.com](http://www.grenoble-tourisme.com)  
> [www.uriage-les-bains.com](http://www.uriage-les-bains.com)

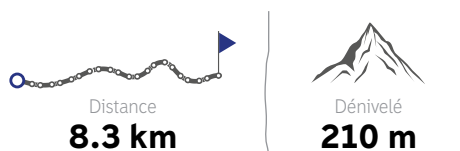


# Bel'Velec Prapoutel le Pré de l'Arc

Cet itinéraire, idéal pour les familles, offre de belles découvertes de la nature généreuse du massif de Belledonne. Pâturages, cascades, forêts et ruisseaux émaillent le parcours.

N'oubliez pas la pause pour admirer le Ferrouillet, paradis des bouquetins et des chamois, qui culmine à 2587 m.

## VTTAE > AU DÉPART PRAPOUTEL / LES 7 LAUX.



Niveau  
**Facile**

Avec ses 3 portes d'entrée réparties sur 2 versants la station des 7 Laux est très prisée en hiver par les habitants de la métropole grenobloise. En été, randonneurs et vététistes peuvent accéder au sommet de la station en télésiège et profiter des nombreux sentiers et des magnifiques panoramas. A Prapoutel, l'espace Bel'Velec, dédié aux pratiques du VTT enduro et VTT électrique, propose 8 parcours totalisant 111 km, pour découvrir les villages des Balcons de Belledonne.



### L'AVIS DU PRO

*Un circuit sur chemin très praticable relativement plat avec de courts passages en montée facilement gérables en VTTAE.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli Isère Outdoor

### Infos

#### OÙ LOUER UN VTTAE

> Easy Riders  
Chalet des Sports à Prapoutel  
Tél. 06 62 83 96 19  
www.easyriders-7laux.fr

#### FAIRE UNE PAUSE

> A - Au Pré de l'Arc pour profiter de la superbe vue du la vallée du Grésivaudan et le Massif de la Chartreuse

#### OÙ SÉJOURNER

> Chalet La Colombière à Saint-Agnès  
Tél. 06 43 51 74 54 -  
chalet.lacolombiere.free.fr

#### PLUS D'INFORMATIONS

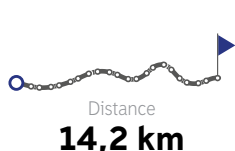
> www.les7laux.com



# Boucle familiale d'Allevard-les-Bains

La boucle familiale d'Allevard-les-Bains est accessible aux novices du 2 roues. A l'aller vous surplombez la vallée du Bréda et vous y trouverez de magnifiques points de vue sur le massif de Belledonne.

## VAE > AU DÉPART D'ALLEVARD-LES-BAINS.

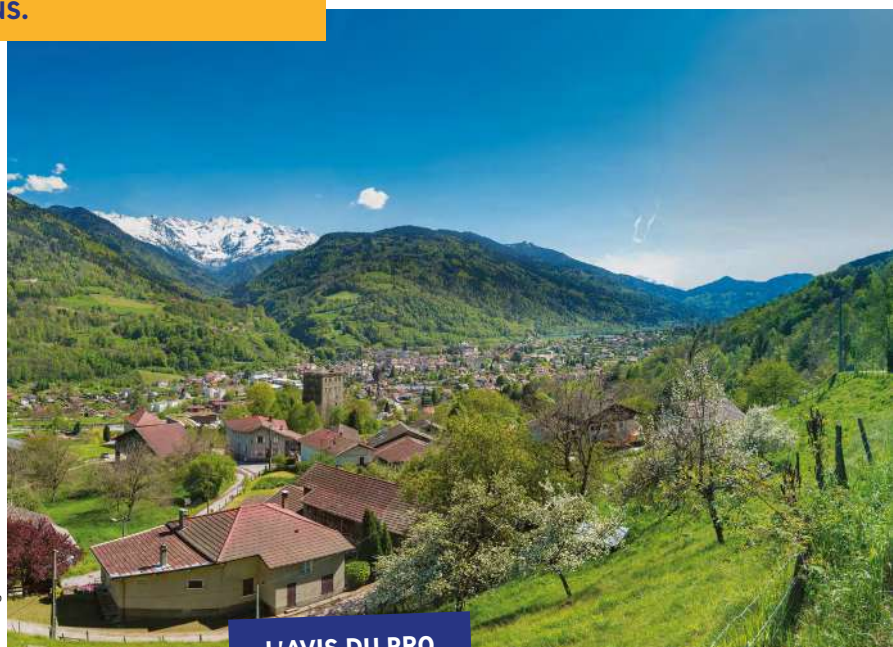


Niveau  
**Facile**



Réputée de longue date pour les bienfaits de ses eaux sulfurées, la station thermale d'Allevard-les-Bains est située dans une jolie vallée dominée par les cimes de la chaîne de Belledonne. Autour du bourg, lacs, cascades et torrents donnent lieu à des nombreuses randonnées et activités autour de l'eau comme la baignade et la pêche. Allevard-les-Bains recèle également un riche patrimoine culturel et historique.

© Images et rêves



### L'AVIS DU PRO

*Un circuit sur petite route avec deux passages sur route départementale équipée de bandes cyclables. Les montées au Moutaret et à la Chapelle-du-Bar se font sans problème via une légère pente.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli Isère Outdoor

### Infos

#### OÙ LOUER UN VAE

> Ecox 8 rue du Grand Pont à Allevard-les-Bains  
Tél. 06 84 03 87 33

> Allevard Sportshop 10 pl. de Verdun à Allevard-les-Bains  
Tél. 04 76 45 70 88

#### OÙ SÉJOURNER

> Gîte de la Martinette à Le Haut-Bréda  
Tél. 04 76 45 08 1  
[www.lamartinette.com](http://www.lamartinette.com)

#### À VOIR EN CHEMIN

> **A** - le parc des thermes d'Allevard et son parcours d'orientation.

> **B** - La chapelle St Roch et l'Eglise St Baptiste aux vitraux entièrement rénovés au Moutaret.

#### FAIRE UNE PAUSE

> **C** - Au lac de la Mirande. Un havre de paix avec des tables de pique-nique et un petit snack.

#### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.allevard-les-bains.com](http://www.allevard-les-bains.com)  
> [www.destination-belledonne.com](http://www.destination-belledonne.com)



# E-trip sous la Dent de l'Ours

Venez découvrir le VTAE avec cet itinéraire au cœur des Entremonts en Chartreuse.  
Au départ de l'Office de Tourisme, ce parcours permet de découvrir les hameaux alentour de la commune de Saint-Pierre-d'Entremont.

## VTAE > AU DÉPART SAINT-PIERRE-D'ENTREMONT.



Distance  
**13.7 km**



Dénivelé  
**470 m**

Niveau

**Moyen**



Au cœur du Parc naturel régional de Chartreuse et à cheval sur les départements de l'Isère et de la Savoie, la vallée des Entremonts est un véritable havre de paix hors du temps. Simple et authentique, ce territoire possède de nombreux atouts : un riche patrimoine historique, des produits du terroir et une nature sauvage et préservée.

©Office de Tourisme Cœur de Chartreuse



### L'AVIS DU PRO

*Des passages relativement faciles en VTAE avec une partie sur route en direction du Col du Cucheron faiblement fréquentée par les voitures. Un aller-retour au hameau du Château avec son ancienne scierie et sa roue à aquets à ne pas rater.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli Isère Outdoor

### Infos

#### OÙ LOUER UN VAE

> Entre Monts Vélos, Ancienne mairie - Le Bourg à Saint-Pierre-d'Entremont  
Tél. 06 19 94 98 05  
[www.entre-monts-velos.fr](http://www.entre-monts-velos.fr)

#### OÙ SÉJOURNER

> Le moulin des Chartreux à Saint-Pierre-d'Entremont  
Tél. 04 79 65 94 77  
[moulin-des-chartreux.com](http://moulin-des-chartreux.com)

#### À VOIR EN CHEMIN

> **A** - Les ruines du Château de Montbel.  
> **B** - La ferme de Labérou pour son fromage de chèvre.  
[www.ferme-de-laberou.fr](http://www.ferme-de-laberou.fr)

#### FAIRE UNE PAUSE

> **C** - Au salon de thé Aux Délices de Chartreuse à Saint-Pierre-d'Entremont  
Tél. 04 79 65 86 95  
[www.patisserie-delices-chartreuse.fr](http://www.patisserie-delices-chartreuse.fr)

#### PLUS D'INFORMATIONS

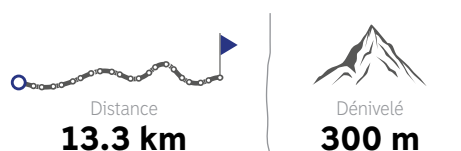
> [www.chartreuse-tourisme.com](http://www.chartreuse-tourisme.com)



# Easy trip à Saint-Pierre-de-Chartreuse

Saint-Pierre-de-Chartreuse ne se résume pas à son centre-village.  
La commune comporte aussi une multitude de petits hameaux.  
Partez à leur découverte avec cette boucle très abordable tant par  
sa distance que son dénivelé.

## VTTAE > AU DÉPART DE SAINT-PIERRE-DE-CHARTREUSE.

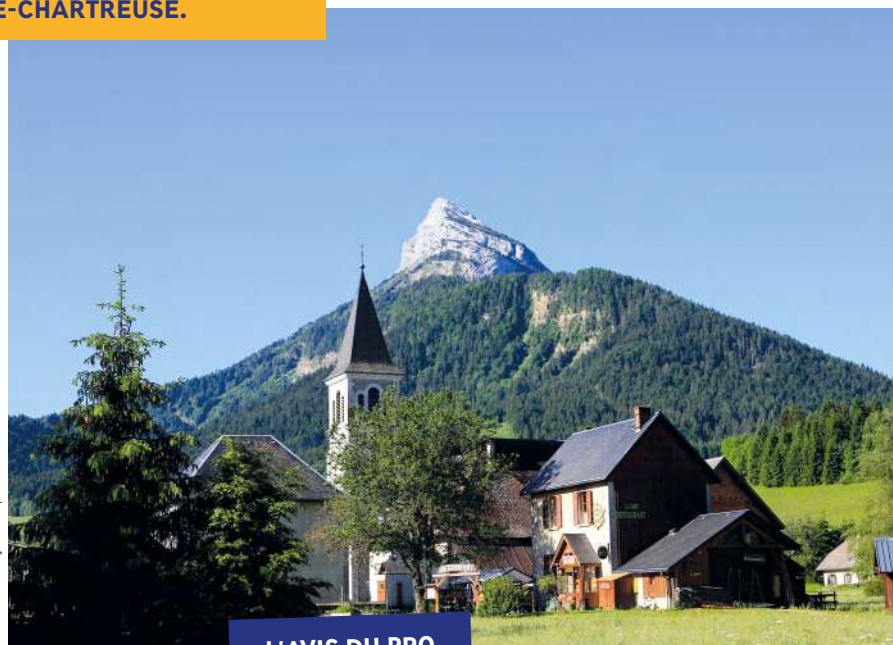


Niveau  
**Facile**



Saviez-vous qu'avec ses quelque 8000 hectares de superficie, Saint-Pierre-de-Chartreuse est l'une des communes les plus étendues du département de l'Isère ? De là à dire que c'est une balade urbaine qui vous attend, il y a un pas que nous ne franchirons pas, la magnifique vue sur le village de Saint-Pierre avec en toile de fond le sommet du Grand Som étant là pour le rappeler ! Mais sachez que cette promenade vous fera passer par les hameaux des Antonins, Mollard-Bellet, Gontière, Mollarière, Marchandière, Gérentière, les Michallets, Martinière, Villas, les Murets, les Gorges, le Grand Logis et Patassière.

© Thomas Hytte/Klip.fr



### L'AVIS DU PRO

*La Chartreuse est une enclave. Elle garde un côté sauvage, préservé et chargé d'histoire avec le monastère toujours occupé par les moines chartreux.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

### Infos

#### OÙ LOUER UN VTTAE

> **Brun Sport**. Bois des lièvres à Saint-Pierre-de-Chartreuse.  
Tél. 04 76 88 62 12 - [www.brun-sports.com](http://www.brun-sports.com)  
> **Raidlight Vertical** : à Saint-Pierre-de-Chartreuse. Tél. 04 76 53 35 50 - [www.raidlight.com](http://www.raidlight.com)

#### OÙ SÉJOURNER

> **Aux cabanes de Chartreuse**. Des cabanes perchées, au cœur de la forêt.  
Tél. 07 71 17 07 43 - [www.cabaneschartreuse-insolite.fr](http://www.cabaneschartreuse-insolite.fr)

#### À VOIR EN CHEMIN

> **A - Le Musée de la Grande Chartreuse** à - de 2km.  
> **B - Le musée d'Art sacré contemporain** - Eglise de Saint-Hugues.

#### FAIRE UNE PAUSE

> **C - Auberge de la Brévardière**.  
Tél. 04 76 88 60 49 - [www.brevardiere.fr](http://www.brevardiere.fr)

#### PLUS D'INFORMATIONS

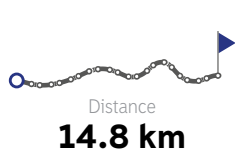
> [chartreuse-tourisme.com](http://chartreuse-tourisme.com)



# Le lac de Paladru côté Chartreux

Avec pas moins de 21 circuits balisés VTT totalisant plus de 350 km autour du cinquième lac naturel d'origine glaciaire de France, le choix ne manque pas. Cette boucle bleue entre plaine et forêt est idéale pour les débutants qui veulent découvrir les joies du VTTAE.

## VTTAE > AU DÉPART DE CHARAVINES.

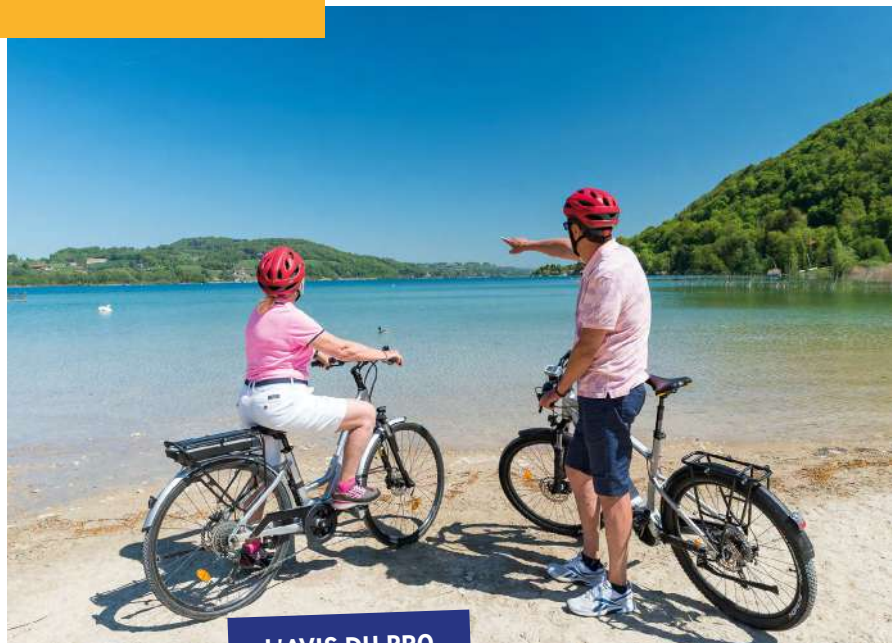


Niveau  
**Moyen**



L'alternance de chemins roulants et en galets donnera un caractère varié à cet itinéraire, qui vous offrira de superbes points de vue sur le lac de Paladru, et, par beau temps, sur le mont Blanc et les massifs de la Chartreuse, du Vercors et de Belledonne. Pour reprendre des forces, nous ne saurions trop vous conseiller un arrêt à la Sylve Bénite, une ancienne dépendance d'un monastère chartreux, à la charpente magistrale, datant de 1655.

© Alexandre Gellin



### L'AVIS DU PRO

*C'est une bonne alternative à l'itinéraire VAE – voir page 23 – pour découvrir le site de Paladru. On va davantage gratter les reliefs, sur les contreforts de la Chartreuse. Le réseau d'itinéraires VTT est particulièrement riche et dense.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli Isère Outdoor

## Infos

### OÙ LOUER UN VTTAE

> Natura Vélo. 245 route des plages à Charavines.  
Tél. 04 76 35 64 98 - naturavelo.com

### OÙ SÉJOURNER

> Hôtel Restaurant Lac Bleu à Charavines.  
Tél. 04 76 06 60 48 - www.lacbleu.fr

### À VOIR EN CHEMIN

> **A** - La Grange Dimière. Cette dépendance du monastère Chartreux de la Sylve Bénite, dotée d'une charpente magistrale, vous surprendra.

### FAIRE UNE PAUSE

> **B** - Le restaurant l'Envol au Vent situé sur la plage du lac de Paladru.  
Tél. 04 76 06 92 71

### PLUS D'INFORMATIONS

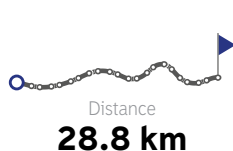
> [www.paysvoironnais.info](http://www.paysvoironnais.info)



# Le tour du lac de Paladru

Dans un premier temps, arpentez les crêtes qui surplombent le « lac bleu » et d'où l'on profite d'une vue splendide sur la Chartreuse, les Bauges et le mont Blanc, puis longez le lac sur les quelque 5,3 km de sa rive est. C'est le programme qui vous attend avec cet itinéraire spécialement pensé pour les VAE.

## VAE > AU DÉPART DE CHARAVINES.



Niveau  
**Moyen**



Durant votre balade, vous roulez tantôt sur de petites routes de campagne, tantôt sur une voie verte. La variété sera aussi de mise côté paysage, avec au menu le vallon boisé des Combettes, l'ancien monastère des Chartreux de la Sylve Bénite et sa Grange Dîmière dans une ambiance de prairies en lisière de forêt, ou encore le bucolique val du ruisseau du Pin. Faites une pause à l'étang du Vivier, pour admirer le magnifique panorama sur le mont Blanc, la Chartreuse et les Bauges.

© Alexandre Gellin



### L'AVIS DU PRO

*Le lac de Paladru est idéal pour les loisirs et toutes les activités nautiques. C'est aussi un site historique remarquable : on a retrouvé des vestiges de la Préhistoire et du Moyen Âge.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

### Infos

#### OÙ LOUER UN VAE

> Natura Vélo 245 route des plages à Charavines.  
Tél. 04 76 35 64 98  
naturavelo.com

#### OÙ SÉJOURNER

> Camping des Platanes à Charavines.  
Tél. 07 71 91 70 08

#### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.paysvoironnais.info](http://www.paysvoironnais.info)

#### À VOIR EN CHEMIN

> **A** - La Grange Dîmière. Cette dépendance du monastère chartreux de la Sylve Bénite, dotée d'une charpente magistrale, vous surprendra.  
> **B** - L'ancien monastère de la Sylve Bénite.

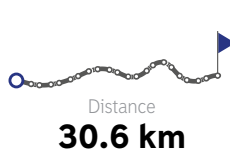
#### FAIRE UNE PAUSE

> **C** - Restaurant l'Annexe à Montferrat, situé sur la rive du lac. C'est le lieu idéal sur le parcours pour se restaurer et pourquoi pas piquer une tête.  
Tél. 04 57 20 62 98

# De St-Hilaire-du-Rosier à la cité médiévale de St-Antoine-l'Abbaye

Découvrez les paysages vallonnés des Chambaran et rendez-vous à Saint-Antoine-l'Abbaye, cité médiévale classée parmi Les plus Beaux Villages de France. Sur votre route, profitez également d'une halte pour découvrir le Château de l'Arthaudière.

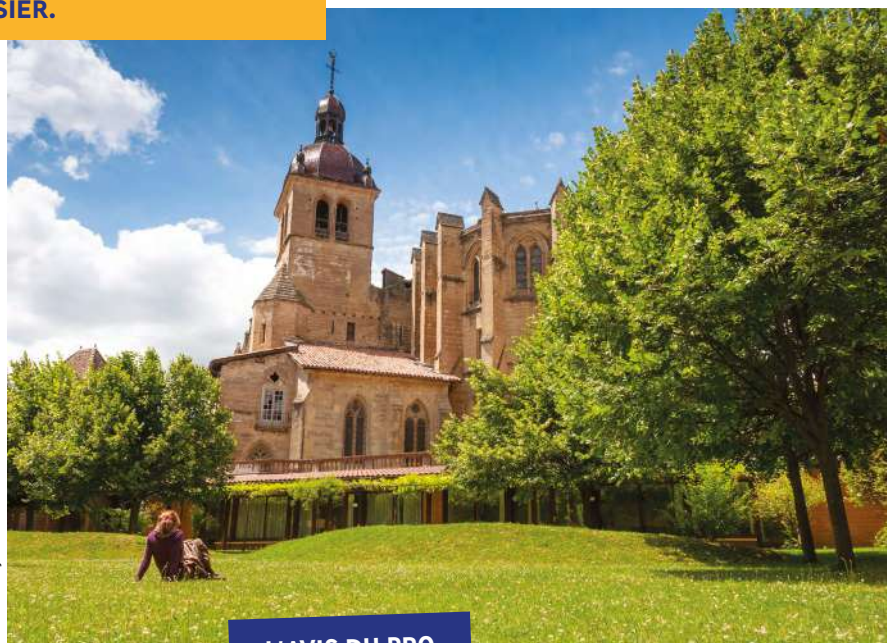
VAE > AU DÉPART SAINT-HILAIRE-DU-ROSIER.



Niveau  
**Moyen**



Dominé par son abbaye gothique en pisé, le village de Saint-Antoine-l'Abbaye possède encore son architecture médiévale avec ses maisons en torchis, en galets et en molasse. Les goullets, ruelles pavées de galets, offrent un incroyable voyage dans le temps. Plus loin sur les collines, le château de l'Arthaudière témoigne de l'histoire de grande famille du Dauphiné depuis le Moyen Âge.



© Pierre Jayet

L'AVIS DU PRO

Connectée à la véloroute de la vallée de l'Isère, une balade en aller-retour se prêtant à une découverte culturelle du territoire. Grimpante à l'aller, mais pas trop, le retour se fera en descente sur petites routes.



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli Isère Outdoor

## Infos

### OÙ LOUER UN VTTAE

> LMC Voyages, 48 grande rue  
Saint-Marcellin  
Tél. 04 76 64 41 65

### OÙ SÉJOURNER

> Aux Cabanes de Fontfroide à  
Saint-Antoine-l'Abbaye  
Tél. 04 76 36 46 84  
www.cabanes-fontfroide.com

### À VOIR EN CHEMIN

> **A** - La cité médiévale de Saint-Antoine-l'Abbaye  
> **B** - Le château de l'Arthaudière à Saint-Bonnet-de-Chavagne

### FAIRE UNE PAUSE

> **C** - La Taverne du Béliet Rouge à Saint-Antoine-l'Abbaye  
Tél. 09 67 49 54 82

### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.tourisme.saintmarcellin-vercors-isere.fr](http://www.tourisme.saintmarcellin-vercors-isere.fr)



# Au pays de Berlioz

Si vous aimez rouler sur le plat, vous apprécierez cette boucle au dénivelé très modeste. Elle vous emmènera au cœur de la plaine de la Bièvre, un vaste damier avec ses parcelles agricoles aux formes géométriques.

## VAE > AU DÉPART DE LA CÔTE-SAINT-ANDRÉ.

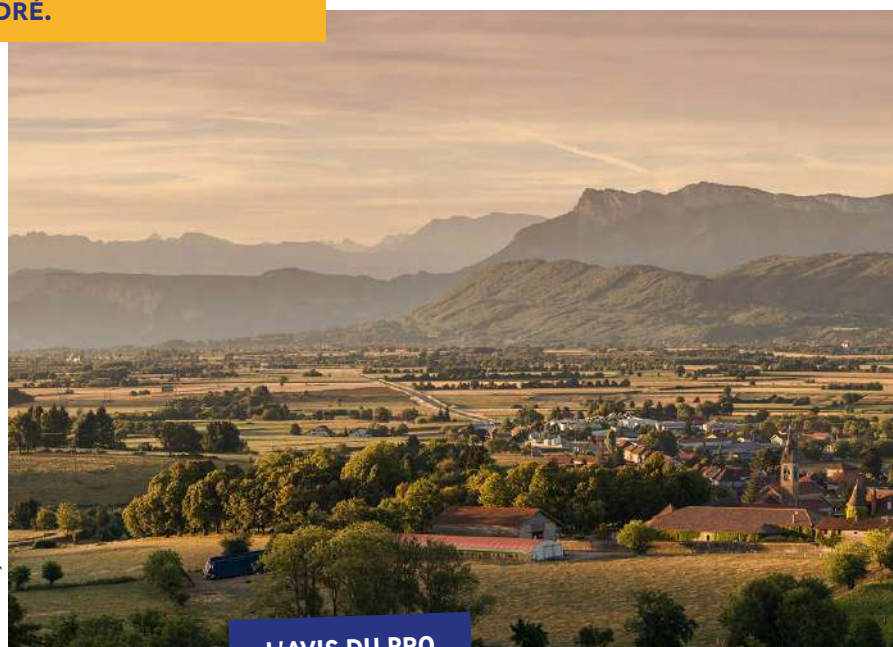


Niveau  
**Facile**



Cette balade familiale étant dénuée de difficulté, vous aurez tout le loisir de vous arrêter visiter le centre ancien à la Côte-Saint-André, la maison musée Hector-Berlioz (avec mobilier d'époque, partitions originales, correspondances et instruments de musique lui ayant appartenu, et des tableaux et gravures agrémentant les pièces de la maison qui ont conservé leur décor d'origine) ou encore le Musée des liqueurs Cherry Rocher.

© Pierre Jayet



### L'AVIS DU PRO

*On part sur les traces d'Hector Berlioz, qui a donné son nom à un festival très renommé de musique classique se déroulant chaque année en août. Cette boucle offre une ambiance très bucolique.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

### Infos

#### LOCATION DE VAE

> Pas de service de location de VAE à La Côte-Saint-André

#### OÙ SÉJOURNER

> Gîte de la tour de Bocsozel à la Côte-Saint-André.  
Tél. 09 52 18 18 50  
[www.tour-bocsozel.fr](http://www.tour-bocsozel.fr)

#### À VOIR EN CHEMIN

> Les paysages de la plaine de la Bièvre qui inspirèrent le peintre hollandais du XIXème siècle, Johan Barthold Jongkind.  
> **A** - Le Musée Hector Berlioz.

#### FAIRE UNE PAUSE

> **B** - La ferme des 13 Fontaines à Brézins qui propose des produits à base de noix et notamment des noix caramélisées, une bonne idée pour un goûter. Tél. 06 71 20 65 05  
[www.fermeles13fontaines.com](http://www.fermeles13fontaines.com)

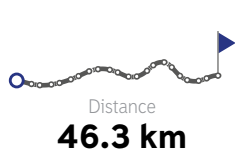
#### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.terres-de-berlioz.com](http://www.terres-de-berlioz.com)

# Entre balcons et vals du Dauphiné

Découverte des belles campagnes du Nord-Isère et exploration de cités comme Morestel et Brangues, qui ont inspiré quelques peintres et écrivains de renom (notamment Stendhal, Paul Claudel ou François-Auguste Ravier), sont au menu de cette belle balade en VAE.

## VAE > AU DÉPART DE MORESTEL.

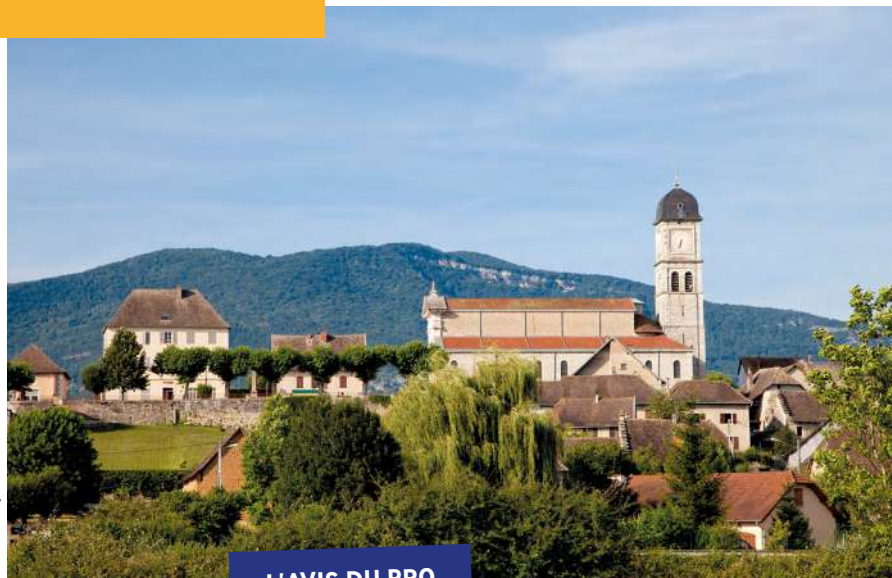


Niveau  
**Moyen**



Avec sa lumière si particulière, Morestel a séduit de nombreux artistes, au point d'être aujourd'hui surnommée « la cité des peintres ». Ce n'est donc pas un hasard si l'ancien château delphinal - parfois qualifié de « tour médiévale de Morestel » - abrite des salles d'exposition de peintures. Dans un tout autre registre, cette balade vous fera passer à proximité de Walibi Rhône-Alpes, le plus grand parc d'attractions de l'Isère avec ses 32 manèges et spectacles (grand huit en tous genres, mini-fermes, plongeurs de l'extrême, etc).

© Pierre Jayet



### L'AVIS DU PRO

*Une possibilité pour raccourcir cette balade est d'emprunter un tronçon de la ViaRhôna, un itinéraire cyclable majeur de 815 km, qui relie le lac Léman aux plages de la Méditerranée, en alternant voies vertes sécurisées et voies partagées.*



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli *Isère Outdoor*

### Infos

#### OÙ LOUER UN VAE

> Volts Bike 64 grande rue Morestel.  
Tél. 04 74 97 50 72  
[www.volts-bike.fr](http://www.volts-bike.fr)

#### OÙ SÉJOURNER

> Hôtel Servhôtel à Morestel.  
Tél. 04 74 80 06 22.  
[www.servhotel-hotel.com](http://www.servhotel-hotel.com)

#### À VOIR EN CHEMIN

> **A** - Le village de Morestel et la Maison Ravier.  
> **B** - Brangues, le village littéraire. C'est un fait divers survenu dans ce petit village en juillet 1827, qui inspira *Le Rouge et le Noir* à Stendhal. C'est aussi à Brangues que repose Paul Claudel, diplomate et auteur, membre de l'Académie française. L'espace d'exposition Claudel - Stendhal est consacré à ces deux auteurs.

#### FAIRE UNE PAUSE

> **C** - À l'Auberge du Marais à le Bouchage.  
Tél. 04 74 27 86 83

#### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.tousauxbalcons.com](http://www.tousauxbalcons.com)



# Le tour de la Vallée Bleue

Ce circuit au profil roulant joue à saute-mouton par-dessus le Rhône, entre Ain et Isère, via les ponts de Sault-Brenaz / Isle de la Serre et de Briord. Deux bases nautiques jalonnent le parcours. L'occasion de faire une pause baignade, planche à voile, paddle, kayak ou encore Jet Ski.

## VTTAE > AU DÉPART DE MONTALIEU-VERCIEU.

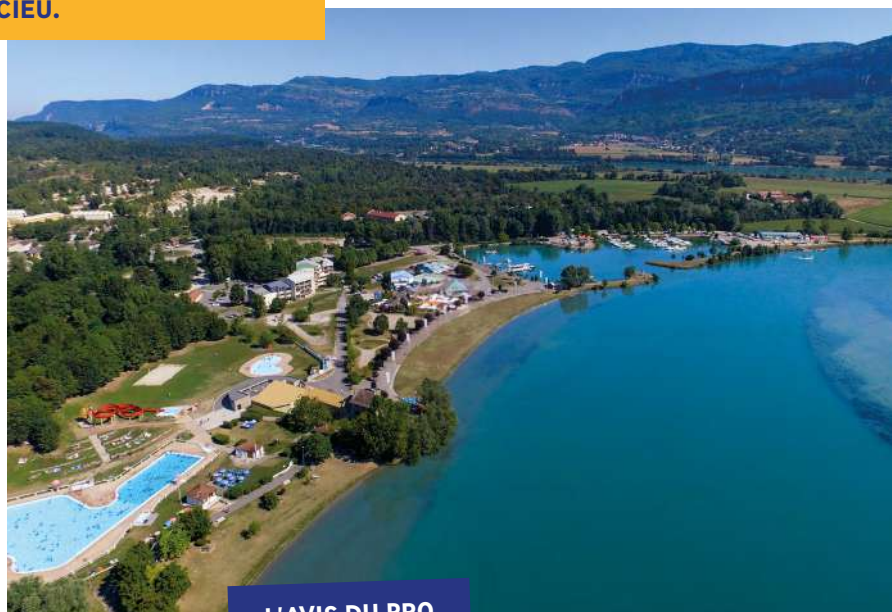


Niveau  
**Moyen**



Rive droite ou rive gauche du Rhône ? Pas besoin de choisir, cet itinéraire arpente les deux ! Vous emprunterez quelques chemins de halage, notamment au niveau du port de Quirieu. Une centaine de mètres plus haut, le site médiéval de Quirieu, semblant tout droit sorti d'un décor de conte, vaut le détour. Vous passerez aussi par l'Espace Eau Vive de l'Isle de la Serre, un spot idéal pour découvrir le rafting, l'hydrospeed ou le kayak en eaux vives.

© OT Montaliieu Vercieu



### L'AVIS DU PRO

À l'origine, il s'agissait d'un circuit VTT parce qu'il y a une partie sur une piste. Mais c'est très roulant, avec également des portions sur une petite route et sur la ViaRhôna (voie verte). Donc ça passe sans soucis en VAE.



Retrouvez cet itinéraire sur l'appli Isère Outdoor

## Infos

### OÙ LOUER UN VTTAE

> Espace Bike de la Vallée Bleue  
Tél. 06 71 70 11 12  
[www.espace-bike.com](http://www.espace-bike.com)

### OÙ SÉJOURNER

> Gîte de Carriers à la Vallée Bleue  
Tél. 04 74 88 63 67  
[www.gitedescarriers.com](http://www.gitedescarriers.com)

### À VOIR EN CHEMIN

> A - Le site médiéval de Quirieu.

### FAIRE UN PAUSE

> B - À l'Espace Eau Vive de l'Isle de la Serre. Cette base de loisirs est aménagée pour la découverte des sports d'eaux vives (kayak, rafting, hydrospeed...) et dispose de berges arborées et d'un restaurant.  
Tél. 04 74 36 67 61  
[www.espace-eauvive.com](http://www.espace-eauvive.com)

### PLUS D'INFORMATIONS

> [www.tousauxbalcons.com](http://www.tousauxbalcons.com)

# Profitez pleinement de vos Balades électriques



**É**quipez-vous avec le matériel indispensable à une bonne pratique : eau, casque, antivols...

**V**érifiez l'autonomie de votre batterie avant le départ

**R**espectez le code de la route et restez attentifs aux autres usagers

**R**espectez l'environnement et les sentiers

**C**onsultez le panneau point de départ disposé sur votre parcours, vous y trouverez toutes les informations indispensables : la distance, le dénivelé, la difficulté, mais aussi les sites emblématiques et les points de vue à ne pas manquer !

*Le long du Vénéon par la voie verte*  
Vélo à Assistance Électrique | e-bike | elektrische fiets

25,8 km 300 m

**4 conseils pour rouler de manière sereine**

- Équipez-vous avec le matériel indispensable à une bonne pratique : eau, casque, antivols...
- Vérifiez l'autonomie de votre batterie avant le départ
- Respectez le code de la route et restez attentifs aux autres usagers
- Respectez l'environnement et les sentiers

**4 tips for a peaceful ride**

- Equip yourself with the essential safety equipment : water, helmet, anti-theft device...
- Check your battery life before departure
- Respect the rules of the road and remain attentive to other users
- Respect the environment and the trails

**4 tips om rustig te rijden**

- Zorg voor het juiste materiaal : water, helm, antiefstalapparaat...
- Controleer het niveau van uw batterij voor vertrek
- Respecteer de weg regels en blijf alert op andere gebruikers
- Respecteer het milieu en de paden

Número d'appel d'urgence 112    Emergency contact number 112    Noodnummer 112

Téléchargez l'itinéraire sur l'application Isère Outdoor    Download the route on the Isère Outdoor app    Download de routebeschrijving in de Isère Outdoor app

Plus d'informations | More information | Meer informatie  
www.oisans.com | www.bike-oisans.com



# Venir et se déplacer en Isère



## En bus

réseau départemental  
Transisère (plusieurs lignes  
du réseau Transisère sont  
équipées de porte-vélos)  
Tél. 0820 08 38 38\*  
[www.transisere.fr](http://www.transisere.fr)

## En train

- 3 Gares TGV - Tél. 3635\* - [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)  
> Grenoble  
> Valence TGV Rhône-Alpes Sud  
> Lyon Saint-Exupéry TGV

## En avion

4 aéroports dont 2 internationaux rendent l'Isère accessible depuis le monde entier.  
> Aéroport Grenoble Alpes Isère  
Tél. +33 (0)4 76 65 48 48 - [www.grenoble-airport.com](http://www.grenoble-airport.com)  
> Aéroport de Lyon Saint-Exupéry  
Tél. 0 826 800 826\* depuis l'étranger +33 426 007 007  
[www.lyonaeroports.com](http://www.lyonaeroports.com)  
> Aéroport de Genève Cointrin  
Tél. + 41 848 19 20 20 - [www.gva.ch](http://www.gva.ch)  
> Aéroport de Chambéry Savoie Mont Blanc  
Tél. +33 (0)4 79 54 49 54 - [www.chambery-airport.com](http://www.chambery-airport.com)

\*Numéros accessibles depuis la France uniquement

## Infos

> Infos trafic,  
itinéraires,  
horaires bus,  
covoiturage,  
autopartage :  
[www.itinisere.fr](http://www.itinisere.fr)

## L'appli indispensable

> Car, bus, train, vélo, autopartage,  
covoiturage et même avion...  
Téléchargez l'application Itinisère  
et consultez en temps réel  
les informations complètes sur  
les différents modes de  
transports disponibles en Isère.

**itinisère**  
LE DÉPARTEMENT



Une application du Département de l'Isère

# Rouler

Retrouvez les boucles de vélo à assistance électrique sur l'application **Isère Outdoor**, pendant votre balade ou chez vous, vous pourrez accéder à toutes les informations du parcours et notamment le suivi de l'itinéraire en direct, **téléchargement de la carte du parcours et des données en mode hors ligne ainsi que des GPX.**

Rouler en Isère, mais pas seulement : marcher, courir, naviguer, voler, grimper, galoper, glisser... Une sélection de sites et d'itinéraires remarquables vous permettra de découvrir et parcourir l'Isère selon vos activités préférées.

Disponible sur  Disponible sur 

et sur le site **[outdoor.isere.fr](http://outdoor.isere.fr)**



## *Le bon rythme à bicyclette, c'est le votre*

Parcourir l'Isère à vélo, qu'il soit électrique ou traditionnel, est l'une des plus belles façons de découvrir le département et ses paysages...

Chaque année de nombreux cyclistes en provenance des quatre coins du monde se lancent à l'assaut des routes départementales et des chemins qui serpentent dans les vallées, les plaines, les collines et les montagnes de l'Isère.

Avec une superficie de plus de 8200 km<sup>2</sup>, une diversité de paysages exceptionnelle, une dénivellation positive de plus de 3800 mètres - 158m d'altitude dans le pays Viennois contre 3983m dans l'Oisans, celui qui, du haut de sa "monture" parcourt le département ne peut qu'y trouver son compte.

Terrain de jeux sans égal depuis la plaine du Rhône jusqu'au sommet de la route de l'Alpe d'Huez, en passant par les collines, les routes du Vercors, de Belledonne ou de la Chartreuse, l'Isère offre un paradis sportif pour les amateurs de deux roues, qu'ils soient pro ou profane, dans un décor naturel exceptionnel et varié. En collaboration avec les clubs et les fédérations, le département développe un réseau cycliste à part entière avec l'aménagement de boucles et de montées balisées et sécurisées, de véloroutes et de voies vertes.

Sans chercher la performance, l'itinérance à vélo est une façon moderne de vivre ses vacances et de conjuguer les activités et les découvertes. Découverte du patrimoine, visites culturelles, étapes gourmandes...

Le cyclotourisme dans l'Isère c'est selon son humeur et ses envies.

Retrouvez tous les itinéraires cyclo en Isère sur :  
**WWW.ALPE-ISERE.COM** rubrique **À VÉLO**







©Nacho\_Grez\_photography



# L'Isère, rien de plus naturel



## Terres de Berlioz

En quête de grands espaces, de partage et de nouvelles expériences... accordez-vous une parenthèse unique sans aller au bout du monde. L'Isère, rien de plus naturel.

[EVASION.ISHERE.FR](https://www.evasion.ishere.fr)

RÉSERVEZ EN LIGNE VOS SÉJOURS  
ET WEEK-ENDS PERSONNALISÉS EN ISÈRE



**ALPES**  
ISHERE

SOURCE DE HAUTEUR

PHOTO: PASCALE CHOLETTE