

Guide Accueil Vélo



Pays Gapençais



Région
Provence
Alpes
Côte d'Azur



L'Europe investit dans les zones rurales



Table des matières

Bienvenue	3
Les Hautes-Alpes, l'eldorado du vélo.....	3
Accueil vélo	3
Bien préparer votre sortie à vélo	4
Avant de partir	4
Pendant la sortie	4
L'offre	5
A vélo de route	5
Les itinéraires partagés et les ascensions de cols	5
Le balisage des itinéraires partagés.....	5
Les grands itinéraires cyclo.....	5
A VTT	6
Le balisage VTT	6
Le site VTT FFC et les boucles locales	6
Les grands itinéraires et tour de Pays	7
Les événements récurrents.....	7
Les loueurs de vélo.....	8
Les réparateurs.....	8
Les transporteurs de bagages	8
Les moniteurs	8



Bienvenue

Amateurs, adeptes ou amoureux du vélo, vous êtes les bienvenus

Entre les montagnes et vallées, le Pays Gapençais est un paradis pour le cyclo et le VTT sous toutes ses formes.

Ce guide a pour objectif de faciliter votre séjour à vélo et de répondre à toutes les questions. Les offices de tourisme du secteur sont à votre disposition pour vous guider.

Office de Tourisme Gap Tallard Vallées

04 92 52 56 56

Les Hautes-Alpes, l'eldorado du vélo

Galibier, Izoard, Lautaret, Granon, Vars, Agnel, Noyer... les Hautes-Alpes sont fières de leurs cols mythiques. Le département en dénombre une trentaine dont certains parmi les plus prestigieux, empruntés notamment par l'emblématique Route des Grandes Alpes. Des lieux propices à la pratique du vélo, passés parfois à la postérité grâce au Tour de France. 11 boucles et 22 ascensions ont été spécialement aménagées pour les cyclistes, les Itinéraires Partagés. En juin, juillet et août, certains de ces cols sont dédiés aux cyclistes à l'occasion de l'opération Cols Réservés.



Quant aux amateurs de VTT, ils n'ont que l'embarras du choix : des sites VTT labellisés Fédération Française de Cyclisme, la Grande Traversée des Hautes-Alpes (350 kilomètres de pistes de La Grave à Laragne), les nombreux Bike Parks accessibles en remontées mécaniques l'été, et une multitude de grands événements. Longtemps assimilé à l'effort, le vélo de montagne connaît depuis peu une petite révolution grâce au Vélo à assistance électrique qui permet à la discipline de se démocratiser.

Accueil vélo

Tandis que le vélo n'a cessé de se développer, les Hautes-Alpes demeurent une terre propice à toutes les pratiques. Ainsi, le département compte aujourd'hui bon nombre d'établissements labellisés « Accueil Vélo » : un gage de qualité, une marque nationale destinée à la clientèle cyclotouriste et VTTiste regroupant un ensemble d'établissements et lieux adaptés à la pratique du vélo (hébergeurs, loueurs ou réparateurs de cycles, offices de tourisme, sites touristiques...). L'occasion pour les cyclistes de s'assurer d'un bon accueil sur les routes et sentiers des Hautes-Alpes.



Bien préparer votre sortie à vélo

Avant de partir

- Choisir un itinéraire adapté au niveau du pratiquant le moins expérimenté du groupe et à la capacité de la batterie pour les vélos à assistance électrique
- Consulter la météo et adapter votre tenu en conséquence (par temps froid couvrir les extrémités (pieds mains tête...))
- Contrôler l'état de votre vélo avant chaque sortie (frein, pression et état des pneus, serrage des roues, contrôle du jeu de direction, lubrification de la chaîne ...)
- Partir avec un téléphone chargé, un kit de réparation (chambre à air, kit de rustine, mini-pompe, multi-outil ...), un coupe-vent de l'eau et de quoi grignoter, un chargeur une batterie de secours en cas de besoin pour les VAE
- Indiquer à un proche votre parcours surtout si vous roulez seul.



Pendant la sortie

- Le port du casque, les gants sont plus que recommandé ! Ne prendre aucun risque et mettre pieds à terre si besoin
- Être prudent et courtois lors de dépassements ou de croisements de randonneurs. Les autres usages (à pied à cheval) sont prioritaires.
- Boire régulièrement avant d'avoir soif 500 ml par heure et plus par forte chaleur
- Manger régulièrement (fruits secs, barres de céréales, bananes...)
- Garder vos déchets
- En cas d'accident, repérer le nom ou n° de piste ou le nom du poteau directionnel et prévenir les secours au 112



Et surtout faites-vous plaisir !!



- Une erreur de balisage, un panneau défectueux, un problème de pollution, un besoin de sécurisation, un conflit avec un propriétaire...

Soyez acteur et signalez un problème en ligne sur [Suricate](https://suricate.fr) !

A vélo de route

Les itinéraires partagés et les ascensions de cols

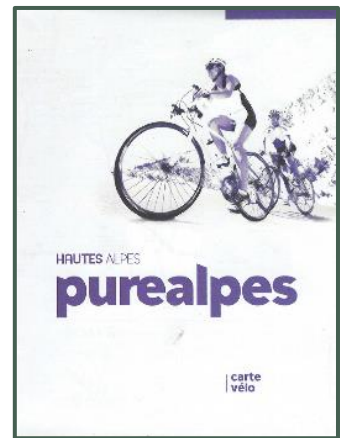
Le département possède 12 boucles balisées à vélo dont 6 sur le Pays Gapençais.

Les Hautes-Alpes comptent 21 ascensions remarquables, le gapençais en possède 7.



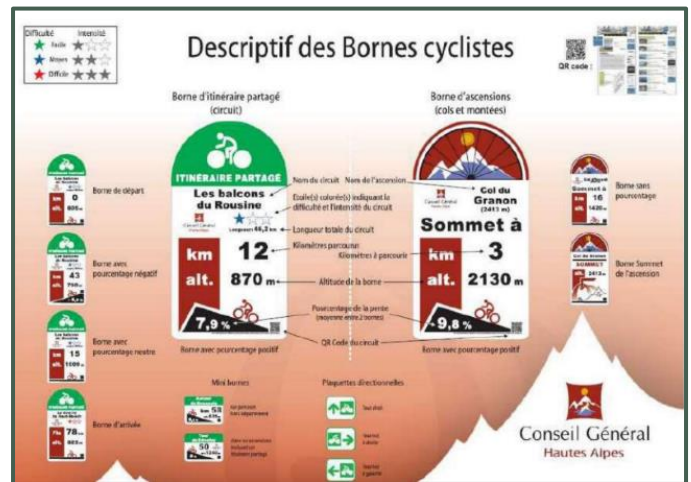
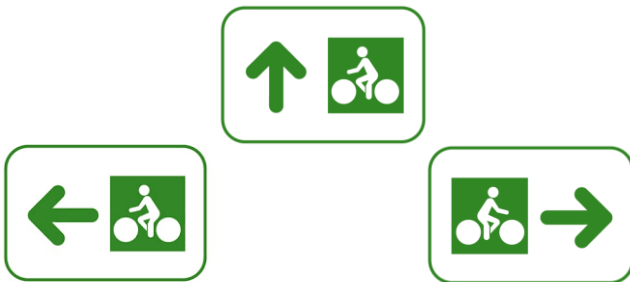
Information :

[Télécharger la carte des itinéraires sur ce lien](#)



Le balisage des itinéraires partagés

Sur votre route, vous trouverez des panneaux dédiés à l'itinéraire empreinté et des bornes positionnées au sol accompagnées d'informations.



Les grands itinéraires cyclo

- Les P'tites Routes du Soleil

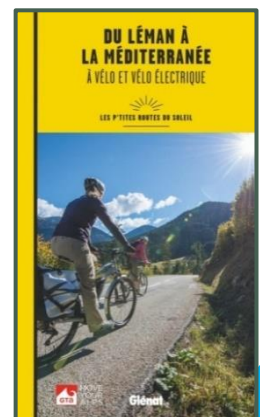
Un peu plus de 900 km pour plus de 17 000 m de dénivelé positif, ce n'est pas rien ! Pour autant, aucun des 25 cols significatifs ne dépasse 1400 m et vous avez la possibilité de découper la route en 21 étapes. Si vous optez pour l'assistance électrique, l'itinéraire devient franchement très accessible.

Information !

915 km

[Topo guide sur ce lien](#)

[Détail du parcours sur ce lien](#)



- A venir la Durance à Vélo !

Un itinéraire en cours de balisage qui traverse l'intégralité du département pour finir à Avignon !



Information !

[Quelques informations sur ce lien](#)

A VTT

Le balisage VTT



Circuit local (balise la plus commune)



Grande Traversée VTT ou circuit de plus de 80 km



Circuit traversant un Parc Naturel Régional



à gauche



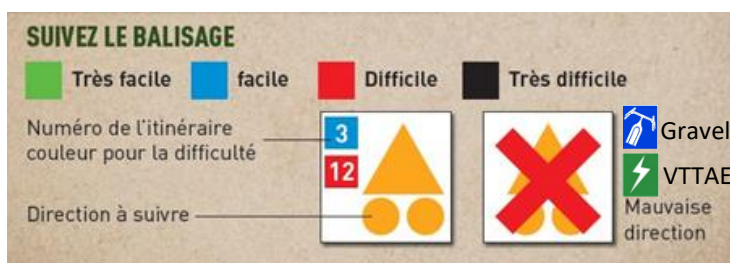
tout droit



à droite



Prudence
ralentir



Le site VTT FFC et les boucles locales

Pour accompagner le développement du VTT et favoriser l'accès à la pratique la Fédération Française de Cyclisme labellise depuis 1991 des territoires ayant une offre VTT de qualité. Le territoire des Hautes-Alpes étant très attaché à cette pratique, il propose 9 sites VTT FFC sur le département dont 4 dans le Pays Gapençais

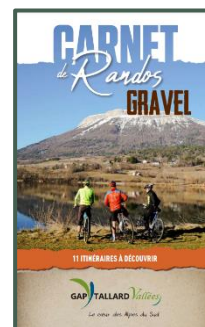


- Les Vallées du Gapençais : 16 parcours VTT et 11 parcours Gravel

Dès la sortie de l'autoroute des Alpes du sud, l'Espace VTT-FFC des Vallées du Gapençais s'offre à vous. Nous vous proposons 1 000 km d'itinéraires variés répartis sur 14 départs et 40 circuits différents sur l'ensemble de l'Espace VTT, entre 500 et 2 000 mètres d'altitude. Des hébergements adaptés aux VTTistes sont possibles sur cet itinéraire. Ces différents parcours vous permettront de découvrir les richesses et les paysages du territoire, entre montagnes, forêts, alpages, lacs et torrents des Hautes-Alpes.

Information !

[Carnets des itinéraires VTT et Gravel](#)



Les grands itinéraires et tour de Pays

- Les Chemins du Soleil

Les Chemins du Soleil vous offrent une itinérance en pleine nature pour découvrir les Préalpes de Valence à Sisteron en passant par Gap.

Information !

375 km 9500 D+

[Les Chemins du Soleil à VTT](#)



- La Grande Traversée des Hautes-Alpes

De La Grave-Villar d'Arène à Laragne-Montéglin, la GTHA offre une variété incomparable de paysages et de sensations fortes.



Information !

Version cols d'altitude via le Queyras et le Dévoluy (349 km) Version balcons sud via les Ecrins et le Gapençais (357 km).

[La Grande Traversée des Hautes Alpes à VTT](#) [Trace gpx sur ce lien](#)

- Le Grand Tour des Ecrins

Découvrez l'essentiel du Parc national des Écrins, pas à pas, en cheminant à votre rythme au cœur de sa nature sauvage et préservée.



Information !

Version expert 397 km/15300 D+/11 jours [Version expert](#) Version easy/électrique 368 km/12800 D+/16 jours [Version easy / vélo électrique](#)

Les événements récurrents

Evènement Local		Evènement à Grande Echelle	
Nom	Date	Nom	Date
L'Eterlou, Dévoluy	Début juillet	Cols réservés	Juillet et août
La Valgaude, Valgaudemar	Fin mai	Raid VTT des Chemins du Soleil	L'Ascension
MTB Games	Début juillet	L'Alps Epic	Début juillet
En'selle, Ancelle	Fin juillet		

Les loueurs de vélo

<i>Territoire</i>	<i>Nom</i>	<i>Ville</i>	<i>Téléphone</i>	/	<i>Nom</i>	<i>Ville</i>	<i>Téléphone</i>
Gap Tallard	E-Pedal	Châteaueuvieux	06 86 76 24 48		Vertige	Gap	04 92 49 91 12
	Intersport	Gap	04 92 49 38 38		Lulu Vélo	Tallard	06 68 00 41 42

Les établissements surlignés en vert sont labellisés Accueil Vélo

Les réparateurs

<i>Territoire</i>	<i>Nom</i>	<i>Ville</i>	<i>Téléphone</i>	/	<i>Nom</i>	<i>Ville</i>	<i>Téléphone</i>
Gap Tallard	E-Pedal	Châteaueuvieux	06 86 76 24 48		Vertige	Gap	04 92 49 91 12
	Intersport	Gap	04 92 49 38 38		Lulu Vélo	Tallard	06 68 00 41 42
	Culture Vélo	Gap	04 92 46 68 84		Décathlon	Gap	04 92 52 57 00
	La Cyclerie des Alpes	Gap	04 92 49 37 25		Le Grimpeur Cycles	Gap	04 92 43 65 58
	Dynamic Vélo	Gap	04 92 53 79 78		Cycle Fabre	Gap	04 92 51 51 37

Les établissements surlignés en vert sont labellisés Accueil Vélo

Les transporteurs de bagages

<i>Territoire</i>	<i>Nom</i>	<i>Ville</i>	<i>Téléphone</i>	/	<i>Nom</i>	<i>Ville</i>	<i>Téléphone</i>
Gap Tallard	Taxi Mathieu	Gap	06 08 64 41 84		Taxi Laurent	Gap	06 16 95 63 48

Les moniteurs

<i>Territoire</i>	<i>NOM</i> <i>Prénom</i>	<i>Ville</i>	<i>Téléphone</i>	/	<i>NOM</i> <i>Prénom</i>	<i>Ville</i>	<i>Téléphone</i>
Gap Tallard	DANJOU Emmanuel	Châteaueuvieux	0686762448		CONTAUX Mehdi	La Freissinouse	0680505372
	AUBERT Emmanuel	Gap	0688630342		SANSARNY Julien	Rambaud	0688589174
	LEROUX Stéphane	Gap	0608285941		BUMAT Emmanuel	Romette	0603897128
	MARTIN Maxime	Gap	0664979673				