

SOMMAIRE

Parcours de Vélo de Montagne

N°	Nom circuits VTT	variantes	depart	KM	D+	Cotation FFCAM	Cotation Vtopo	D+ portage/poussage	Cote d'amour
Secteur 0 Rouanne									
1a	balcon de la rouanne - Cuchon - Rocher de la Chabanne		St leger	40	1525	noire	V3+	50/100	♥♥♥♥
1b	balcon de la rouanne integral		St leger	43,2	1930	noire +	V3+	50/150	♥♥♥♥
2a	balcon de la rouanne - Cuchon -serre milieu		St leger	31	1360	rouge	V3	50/100	♥♥♥♥
2b	balcon de la rouanne	Cuchon -descente directe	St leger	23	1060	rouge	V3	50/0	♥♥♥♥
2c	balcon de la rouanne	Cuchon -serre milieu	Serre Laguenia	24	860	rouge	V3	50/100	♥♥♥♥
2d	balcon de la rouanne	Cuchon -descente directe	Serre Laguenia	16	560	bleu	V3	50/0	♥♥♥♥
3a	balcon de la rouanne - serre milieu - pont de frappe		Serre Laguenia	31	830	rouge	V3	50	♥♥♥♥
3b	balcon de la rouanne - serre milieu - pont de frappe		St leger	37	1330	rouge	V3	50	♥♥♥♥
3c	balcon de la rouanne - serre milieu - pont de frappe	dept st Léger + descente directe	St leger	30	1050	rouge	V3	50	♥♥♥♥
3d	balcon de la rouanne - serre milieu - pont de frappe	Cuchon -descente directe	Serre Laguenia	24	550	bleu	V3	50	♥♥♥♥
4	Piolit en traversée		St leger	47,5	2200	noire ++	V5	250/100	♥♥♥♥
5	les 4 cols		St leger	58	2300	noire ++	V4	320/200	♥♥♥♥
6	Tour de la Grande Autane		St leger	48	1955	noire +	V4	50/150	♥♥♥♥
7	Tour de la Grande Autane Court		St leger	42	1450	noire	V4	0/150	♥♥♥♥
Secteur 1 Chaillol Les Richards									
10A	Col de Venasque		St leger	55	2000	noire ++	V5	200/150	♥♥♥♥
10B	Col de Venasque	montée St Michel par la route	St leger	54	1995	noire ++	V5	200/150	♥♥♥♥
10C	Col de Venasque	Départ de Chaillol	Chaillol (station)	41	1420	noire +	V5	200/150	♥♥♥♥
10D	Col de Venasque + Tourond	sommet du Tourond	St leger	58	2260	noire ++	V5	350/250	♥♥♥♥
11	le palastre		St leger	41	1460	noire	V4	80/150	♥♥♥♥
12A	plateau de la coche		St leger	37,5	800	rouge	V3	0/50	♥♥♥♥
12B	plateau de la coche	variante des Borels	St leger	43	980	rouge	V3	0/70	♥♥♥♥
12C	plateau de la coche	variante aig de Pertuis	St leger	47	1300	noire	V4	0/70	♥♥♥♥
12D	plateau de la coche	depuis Pont du Fossé	Pont du Fossé	19	600	bleu	V3	0/50	♥♥♥♥
13A	balcon de chaillol		St leger	41	1180	noire	V3+	0/150	♥♥♥♥
13B	balcon de chaillol		La Villette	33	880	rouge	V3+	0/0	♥♥♥♥
13C	balcon de chaillol		Chaillol (station)	28	600	rouge	V3+	0/0	♥♥♥♥
Secteur 2 St Léger									
20A	les singles du drac		St leger	29	444	bleu	V3	0/0	♥♥♥♥
20B	les singles du drac	variante + facile	St leger	28	340	bleu	V3	0/0	♥♥♥♥
21A	serre laguenia	montée piste du milieu	St leger	20	700	bleu	V3	0/0	♥♥♥♥
21B	serre laguenia	montée piste carrossable	St leger	18	700	bleu	V3	0/100	♥♥♥♥
22	sous la moraine		St leger	24	560	bleu	V3	0/10	♥♥♥♥
23	bois du prieur		St leger	9,5	285	vert	V2	0/0	♥♥♥♥
Secteur 3 Ancelle - Bayard									
30	Libouze et le tour de la plaine d'Ancelle		St leger	14,7	470	vert	V2	0/0	♥♥♥♥
31	St Philippe au Zénith		St leger	20,7	770	bleu	V3	0/20	♥♥♥♥
32A	Le tour de St Philippe		St leger	29	750	rouge	V3	0/30	♥♥♥♥
32B	Le tour de St Philippe , le village Gaulois		St leger	30	870	rouge	V3	0/30	♥♥♥♥
32C	Le tour de St Philippe , village gaulois , Puy de Manse		St leger	34	1170	rouge	V3	0/150	♥♥♥♥
33A	le collet d'Ancelle		St leger	26	700	rouge	V3	0	♥♥♥♥
33B	le collet d'Ancelle	retour par St Hilaire	St leger	21	550	bleu	V3	0	♥♥♥♥
34	tour d'Ancelle intégral		St leger	37	1350	noire	V3	0/150	♥♥♥♥
35A	Bayard		St leger	31	700	bleu	V2+	0/40	♥♥♥♥
35B	Bayard	Le Canal de Gap	St leger	50	700	rouge	V2+	0/40	♥♥♥♥
36	le bois de sT Laurent		St Laurent du Cros	13	263	vert	V2	0/0	♥♥♥♥
Secteur 4 Orcières									
40A	balcon orcières		St leger	42	1410	rouge	V3	0/0	♥♥♥♥
40B	balcon orcières	variante clos davin	St leger	43	1530	noire	V3+	0/5	♥♥♥♥
40C	balcon orcières	variante sentier FFC12	St leger	43	1580	noire	V3+	0/5	♥♥♥♥
40D	balcon orcières	variante singles du drac	St leger	50	1430	noire	V3	0/0	♥♥♥♥
41A	base de loisirs Orcières		St leger	32	500	bleu	V2	0/0	♥♥♥♥
41B	base de loisirs Orcières	au départ de Pont du Fossé	Pont du Fossé	20	300	vert	V2	0/0	♥♥♥♥
42A	balcon orcières par les Audiberts		St leger	44	1610	noire	V3+	0/5	♥♥♥♥
42B	balcon orcières par les Audiberts	variante singles du drac	St leger	52	1630	noire	V3+	0/5	♥♥♥♥
43	les 500 virages		St leger	47	1830	noire +	V3+	20/20	♥♥♥♥
44A	Orcières - les 1000 virages		orcières base loisirs	24,5	1300	noire ++	V4	0/150	♥♥♥♥
44B	Orcières - les 1000 virages	variante Enduro	orcières merlette	13	100	noire	V4	0/0	♥♥♥♥
45A	le drouvet Prapic		Orcières base loisirs	30	1500	noire	V4+	50/150	♥♥♥♥
45B	lac des sirènes		Orcières base loisirs	17,5	900	rouge	V3+	50/150	♥♥♥♥
45C	le drouvet Prapic	variante Enduro	orcières merlette	16,5	130	noire	V4+	50/0	♥♥♥♥
45D	lac des sirènes	variante Enduro	orcières merlette	9,5	100	rouge	V3+	50/0	♥♥♥♥
46A	St Léger - les 1000 virages		St leger	54	2380	noire ++	V4	10/150	♥♥♥♥
46B	St Léger - les 1000 virages	variante directe	St leger	47	1700	noire +	V4	10/150	♥♥♥♥

Menus du RVDM

classés dans l'ordre : du plus fastoche au pire !

N°	Nom circuits VTT	variantes	depart	KM	D+	cotation FFCAM	cotation Vtopo	D+ portage/poussage	cote d'amour
Menu débutants : facile et court									
Jour1	30	Libouze et le tour de la plaine d'Ancele	St leger	14,7	470	vert	V2	0/0	♥♥♥
ou jour 1	23	bois du prier	St leger	9,5	285	vert	V2	0/0	♥♥
Jour2	36	le bois de sT Laurent	St Laurent du Cros	13	263	vert	V2	0/0	♥
Jour3	20B	les singles du drac	variante + facile St leger	28	340	bleu	V3	0/0	♥♥♥
Jour4	41B	base de loisirs Orcières	Pont du Fossé au départ de Pont du Fossé	20	300	vert	V2	0/0	♥♥♥
Menu ZEN : Facile , un peu plus long									
Jour1	33B	le collet d'Ancele	retour par St Hilaire St leger	21	550	bleu	V3	0	♥♥♥
ou jour 1	22	sous la moraine	St leger	24	560	bleu	V3	0/10	♥♥♥
Jour2	20A	les singles du drac	St leger	29	444	bleu	V3	0/0	♥♥♥
Jour3	35A	Bayard	St leger	31	700	bleu	V2+	0/40	♥♥♥
Jour4	12D	plateau de la coche	depuis Pont du Fossé Pont du Fossé	19	600	bleu	V3	0/50	♥♥♥
ou Jour4	41A	base de loisirs Orcières	St leger	32	500	bleu	V2	0/0	♥
Menu Tourton : plutôt court avec un poil de technique en descente									
Jour1	2d	balcon de la rouanne	Cuchon -descente directe Serre Laguenia	16	560	bleu	V3	50/0	♥
ou jour 1	3d	balcon de la rouanne - serre milieu - pont de frappe	Cuchon -descente directe Serre Laguenia	24	550	bleu	V3	50	♥
Jour2	13C	balcon de chaillol	Chaillol (station)	28	600	rouge	V3+	0/0	♥
Jour3	31	St Philippe au Zénith	St leger	20,7	770	bleu	V3	0/20	♥♥♥
Jour4	20A	les singles du drac	St leger	29	444	bleu	V3	0/0	♥♥♥
Menu Oreilles d'ânes : on approche les 1000m de D+ avec un poil de technique en descente									
Jour1	32B	Le tour de St Philippe , le village Gaulois	St leger	30	870	rouge	V3	0/30	♥♥♥
ou jour1	33A	le collet d'Ancele	St leger	26	700	rouge	V3	0	♥♥♥
Jour2	3a	balcon de la rouanne - serre milieu - pont de frappe	Serre Laguenia	31	830	rouge	V3	50	♥
ou Jour2	2c	balcon de la rouanne	Cuchon -serre milieu Serre Laguenia	24	860	rouge	V3	50/100	♥
Jour3	13B	balcon de chaillol	La Villette	33	880	rouge	V3+	0/0	♥♥♥
Jour4	21A	serre laguenia	montée piste du milieu St leger	20	700	bleu	V3	0/0	♥♥♥
Menu 4c+ : vélo de montagne tranquille(800 à 1400m de D+)									
Jour1	12B	plateau de la coche	variante des Borels St leger	43	980	rouge	V3	0/70	♥♥♥♥
Jour2	2a	balcon de la rouanne - Cuchon -serre milieu	St leger	31	1360	rouge	V3	50/100	♥♥♥♥
Jour3	40A	balcon orcières	St leger	42	1410	rouge	V3	0/0	♥♥♥♥
Jour4	32B	Le tour de St Philippe , le village Gaulois	St leger	30	870	rouge	V3	0/30	♥♥♥
Menu Club de l'Impasse : vélo de montagne difficulté moyenne (1100 à 1500m de D+)									
Jour1	1a	balcon de la rouanne - Cuchon - Rocher de la Chabanne	St leger	40	1525	noire	V3+	50/100	♥♥♥♥
Jour2	13A	balcon de chaillol	St leger	41	1180	noire	V3+	0/150	♥♥♥♥
Jour3	40D	balcon orcières	variante singles du drac St leger	50	1430	noire	V3	0/0	♥♥♥♥
Jour4	34	tour d'Ancele intégral	St leger	37	1350	noire	V3	0/150	♥♥♥♥
Menu 5b : très beau vélo de montagne technique									
Jour1	11	le palastre	St leger	41	1460	noire	V4	80/150	♥♥♥♥
Jour2	1b	balcon de la rouanne integral	St leger	43,2	1930	noire +	V3+	50/150	♥♥♥♥
Jour3	34	tour d'Ancele intégral	St leger	37	1350	noire	V3	0/150	♥♥♥♥
Jour4	42B	balcon orcières par les Audiberts	St leger	52	1630	noire	V3+	0/5	♥♥♥♥
Menu Raideur : vélo de montagne : Physique , long portages , technique									
Jour1	10A	Col de Venasque	St leger	55	2000	noire ++	V5	200/150	♥♥♥♥
Jour2	6	Tour de la Grande Autane	St leger	48	1955	noire +	V4	50/150	♥♥♥♥
Jour3	46B	St Léger - les 1000 virages	variante directe St leger	47	1700	noire +	V4	10/150	♥♥♥♥
Jour4	34	tour d'Ancele intégral	St leger	37	1350	noire	V3	0/150	♥♥♥♥
Menu Extrême : vélo de montagne : + Physique ,+ long portages , technique									
Jour1	10D	Col de Venasque + Tourond	sommet du Tourond St leger	58	2260	noire ++	V5	350/250	♥♥♥♥
Jour2	5	les 4 cols	St leger	58	2300	noire ++	V4	320/200	♥♥♥♥
ou Jour2	4	Piolit en traversée	St leger	47,5	2200	noire ++	V5	250/100	♥♥♥♥
Jour3	46A	St Léger - les 1000 virages	St leger	54	2380	noire ++	V4	10/150	♥♥♥♥
Jour4	34	tour d'Ancele intégral	St leger	37	1350	noire	V3	0/150	♥♥♥♥
un peu d'enduro :									
	44B	Orcières - les 1000 virages	variante Enduro orcières merlette	13	100	noire	V4	0/0	♥♥♥♥
	45C	le drouvet Prapic	variante Enduro orcières merlette	16,5	130	noire	V4+	50/0	♥♥♥♥
	45D	lac des sirènes	variante Enduro orcières merlette	9,5	100	rouge	V3+	50/0	♥♥♥♥

■ : difficulté FFCAM

V2 : VTopo



Départ : Saint Léger les Mélèzes (altitude : 1 260 m)

Dénivelé positif : 444 m - distance : 29 km

Durée : 4h

Portage : 0 m / Poussages : 0 m

Trace GPS « RVDM20 singles du drac »*Très belle randonnée facile et ludique , 50% sur sentiers...un must pour si peu de dénivelé!!!**la variante permet même de diminuer le dénivelé de 100m et d'éviter la première descente qui est la plus technique...on tombe ainsi à 28 km et 340m de D+.***Descriptif : RVDM 20A**

Du front de neige, partir en balcon par pistes et sentiers au dessus de la station , en passant au pied des cabannes enchantées.

Au bout d'un km on rejoint une petite route. au carrefour 50m plus loin , démarre la variante courte , qui évite une remontée sur goudron et piste de 100m de D+ : prendre la route descendante à Gauche pour la variante , et la route qui monte raide pour le parcours intégral.

après cette côte s'engager dans un beau single en sous bois (le seul single un peu pentu du parcours : coté V3 sur 50m) .

On rejoint quelques maisons , pour toujours en single , le canal de gap que l'on suit très agréablement sur 5km jusqu'au Ricoux - fontaine) . traverser rive D du Drac par la route.

ensuite , un régal : 10km de singles ludiques sur un tracé légèrement descendant jusqu'à Chabottes.

au passage peu avant Pont du Fossé , on traverser le nouveau bike parc de pont du fossé : un petit labyrinthe de sentiers joueurs : allez vous y perdre , et faites autant de tours que vous voulez.

Au passage à Pont du fossé : tous commerces , fontaine.

Après Chabottes il faut bien remonter à St léger : 200m de D+ , tout en douceur sur pistes et sentiers avec une bonne récup le long du canal de Gap (la partie aval du même canal emprunté au début du parcours)

Variantes plus facile : RVDM20B

Variante courte , qui évite une remontée sur goudron et piste, de 100m de D+ , et le seul passage en V3 du parcours. : vers le km1 prendre la route descendante à Gauche , puis rapidement la 1ère piste raide descendante à gauche.

Dénivelé positif : 340 m - distance : 28 km

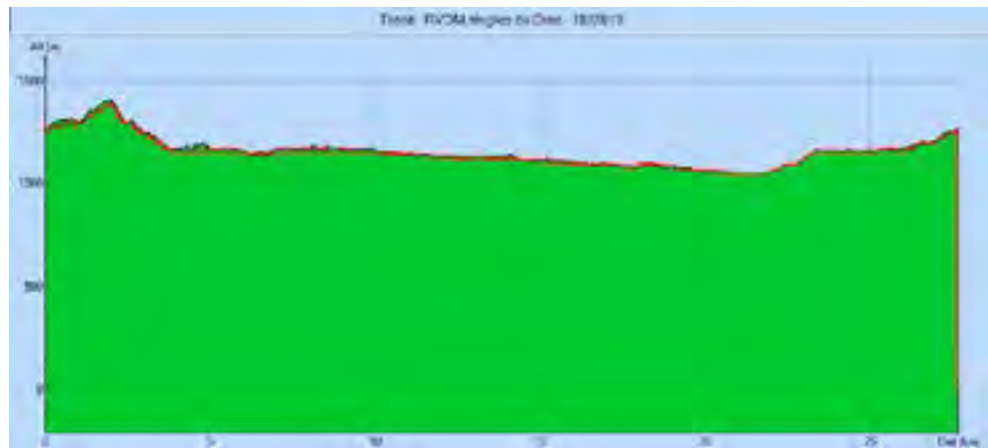


difficulté FFCAM :



Trâce GPS « RVDM20B singles du drac raccourci »





Historique : reconnaissance le 18/09/2019 en 3h50 (groupe de 5)





Départ : Saint Léger les Mélèzes (altitude : 1 260 m)

Dénivelé positif : 650 m - distance : 20 km

Durée : 3h

Portage : 0 m / Poussages : 100 m

Courte randonnée variée avec de beaux singles en forêt

Descriptif : RVDM 21A, départ de St Léger. Trace GPS « RVDM21A Serre Laguenia Costebelle »

Après la traversée d'une hêtraie, montée sur le plateau «Coste Longue»au dessus d'Ancelle.

de beaux passages en sentier , avec des vues très dégagées sur la plaine d'ancelle et les sommets au dessus mènent sur le bord du plateau de Libouse.

puis une montée pénible, par une piste raide «le chemin du milieu» mène au point culminant de la sortie **Serre Laguenia (alt 1756m)** (100m de D+ en poussage au total) .

Ne pas manquer d'aller jusqu'au belvédère pour une vue très étendue sur le Champsaur.

de là : descente presque intégrale en sentiers jusqu'à Pont Du fossé. Attention il y a plusieurs carrefours. Soyez attentifs à Chaque traversée de piste.

le départ est un sentier horizontal , passant à la cabane des gardes (abri possible). Suivent un belles serie d'épingles faciles (attention : en arrivant une 1èer fois sur la piste : prendre le sentier qui part à gauche , 20m en aval (peu visible).

arrivés plus bas une 2e fois sur la piste : prendre en face (sentier peu marqué sur 50m) : retrouver le sentier , passer une barrière (à refermer!) , puis joli passage sous le rocher de Chafaud.

Et on retombe une 3e fois sur une piste , prendre à droite , et 30m plus loin à G : un sentier très peu visible. Ce sentier est peu marqué à la traversée de clairières , puis se transforme en piste forestière horizontale qui rejoint la piste principale.

Descendre sur la piste sur à peine 1km : et ne pas rater la piste peu marquée qui part à G à 180°. Elle se transforme en sentier , passe au hameau ruiné de Costebelle , puis devient plus technique.


difficulté d'ensemble V3 (court passage V3+ en dessous de Costebelle).

Arrivés au canal de Gap (50m au dessus de Pont du fossé) : le suivre vers l'ouest (facile et agréable) sur 5km.

Puis remonter à St léger par le circuit VTT vert n°11(100m de D+)

Variantes plus facile : RVDM21B

Remontée directe de pont du Fossé à Serre Laguenia par la piste : + facile , pas de poussage , moins beau.

Dénivelé positif : 630m - distance : 18km  difficulté FFCAM: ■

Trace GPS : «RVDM21B piste carrossable serre laguenia» + «RVDM21A Serre Laguenia Costebelle»

Nota : La piste étant carrossable , il est aussi possible de partir de Serre Laguenia , ce qui enlève 500m de dénivelé !





Départ : Saint Léger les Mélèzes (altitude : 1 260 m)

Dénivelé positif : 560 m - distance : 24 km

Durée : 2h

Portage : 0 m / Poussages : 100 m

Trace GPS « RVDM22 sous la Moraine »

Ce circuit suit presque intégralement le circuit FFC n°13(Rouge) Varié , agréable, ombragé. Il longe notamment 2 canaux , sur les singles bien joueurs..

Circuit identique au circuit OT Champsaur Valgaudemar «bois du Prieur» ainsi à 28 km et 340m de D+.

Descriptif : RVDM 22

De l'esplanade, partir en balcon par pistes et sentiers au dessus de la station , en passant au pied des cabanes enchantées.

au bout d'un km on rejoint une petite route. la remonter sur 1 km à peine , puis Attention : après la large épingle de la route : prendre la 2e piste à gauche : celle qui monte raide et parallèle à la route. (difficilement visible sur le GPS)

arriver au plateau de Libouse et le traverser.

Traverser le plateau des 3 Serres sur des pistes et sentiers : très belles vues dégagées. Prendre le temps de s'arrêter.

Traverser le paisible hameau de St Hilaire (fontaine).

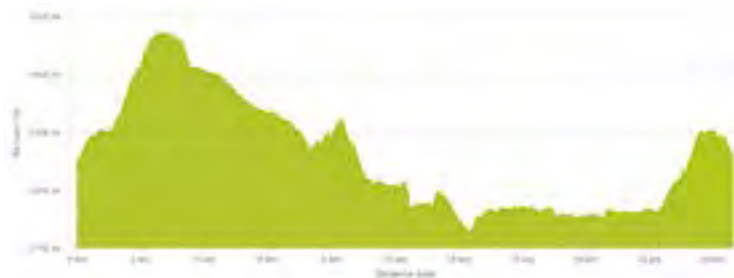
après le pont de la saulce : super single joueur de 5km qui suit une canal dans une profonde vallée (quelques passages en V3) - au passage ne pas rater le superbe aqueduc restauré.

De Pont de Frappe remonter sur le canal de Gap : le suivre sur 7km. très agréable et ombragé.

puis après avoir traversée la route de St Léger à Pont du Fossé , remonter à St Léger , toujours en suivant le parcours balisé n°13.

Une section très raide de 30m de long , est un chouette challenge pour rester sur le vélo...il faut y croire!

Arrivée au VVT de St Léger : retour à l'esplanade par les sentiers empruntés à l'aller.



■ : difficulté FFCAM

V1 : VTopo



Départ : Saint Léger les Mèlèzes (altitude : 1 260 m)

Dénivelé positif : 285 m - distance : 9,5 km

Durée : 1h

Portage : 0 m / Poussages : 0 m

Trace GPS « RVDM23 BOIS DU PRIEUR »

Ce circuit suit intégralement le circuit FFC n°11(vert) facile . Il longe le canal de Gap..

Circuit inspiré du circuit OT Champsaur Valgaudemar «Sous la moraine»(modifié pour éviter l'aqueduc et le poussage au torrent d'Ancelle

Descriptif : RVDM 23

Départ place de la Mairie à St Léger (à coté du rond point)

Jolie balade sur une large piste idéale pour pratiquer à deux de front. Le passage sur le plateau des 3 Serres vous réserve de beaux paysages.

Seule petite difficulté du parcours, une portion de descente raide sur une cinquantaine de mètres.

Départ de Pont du Fossé. Suivre balisage n°11 vert.

