TRIÈVES À VÉLO

CARTE DES ITINÉRAIRES

TERRITOIRE VÉLO

La Communauté de Communes du Trièves est labellisée "Territoire Vélo" par la Fédération Française de Cyclotourisme (FFCT). Ce label est une reconnaissance des actions engagées pour promouvoir le cyclotourisme sur le territoire, un gage de qualité pour les pratiquants, et un développement touristique lié aux séjours dans le Trièves des "amateurs de la petite reine" !

www.ffvelo.fr
www.veloenfrance.fr

SERVICES VÉLO

MONESTIER-DE-CLERMONT
04 08 11 12
Vente-Réparation Two Wheels
04 76 34 44 78
www.twowheels.fr

MENS
02 04 05 07 09 11 12
Réparation-Location de VTT Atelier Roues Libres
06 32 02 93 26

ACCUEIL VÉLO

www.francevelotourisme.com

Accueil Vélo est une marque nationale qui garantit aux cyclistes un accueil et des services de qualité le long des itinéraires cyclables. Les prestataires labellisés Accueil Vélo (liste ci-dessous) vous réserveront leur meilleur accueil pour votre séjour vélo dans le Trièves !

Office de Tourisme du Trièves Accueil de Mens et Gresse-en-Vercors
02 03 04 05 07 08 09 11 12

L'OT du Trièves vous accueille et conseille dans vos choix d'itinéraires, fournissant infos et documentations pour vivre une belle expérience sur notre territoire ! Services : matériel de réparation de première nécessité, recharge de batterie possible, point d'eau, WC.
04 82 62 63 50 • www.trieves-vercors.fr

Hôtel-Restaurant Au Gai Soleil du Mont Aiguille **
CHICHILIANNE — 10

Au pied du Mont Aiguille, un hôtel de charme avec des chambres à la vue imprenable sur la nature environnante, une cuisine de goût avec des produits du terroir et un espace bien-être et spa : voici ce qui vous attend lors de votre séjour Au Gai Soleil du Mont Aiguille, à proximité du Col de Menée et sa montée balisée pour les cyclotouristes.
04 76 34 41 71 • www.hotelgaisoleil.com

Restaurant-Bar Le Bistrot de la Place
CLELLES — 07 09 10 11 12

Ici, tout est fait maison ! À partir de produits frais majoritairement bio et locaux. La formule bistrot est un menu unique qui change tous les jours avec une variante végétarienne. La cuisine évolue au gré des saisons et de l'inspiration des cuisiniers. Parfait pour faire le plein d'énergie avant de sillonner les routes du Trièves à vélo !
04 76 34 52 41 • www.lebistrotdelaplace.fr

Hôtel-Restaurant L'Auberge Buissonnière ***
GRESSE-EN-VERCORS — 03 08 11 12

Petit hôtel de charme 3 étoiles signataire de la charte éco-touristique du Trièves et Accueil du Parc Naturel Régional du Vercors en plein cœur du vieux village de Gresse-en-Vercors. Les chambres sont spacieuses, ensoleillées, épurées et au calme. Cuisine 100% Maison avec produits frais, bios ou locaux.
04 76 34 37 28 • www.buissonniere.fr

Loueur/Réparateur/Magasin de sport Grillet Sports
GRESSE-EN-VERCORS — 03 08 11 12

Grillet Sports propose de la location de vélos classiques ou à assistance électrique (VTT, VTC et FATBIKE) avec des itinéraires tous niveaux guidés par un GPS ou avec un moniteur MCF pour progresser rapidement. Un atelier cycle est présent toute l'année, ainsi qu'un univers de matériel de vélo et d'articles de sport.
04 76 34 30 12 • www.grillet-sports.com

Chambre d'hôtes Aiguillette Lodge
GRESSE-EN-VERCORS — 03 08 11 12

Au bord de la rivière, 5 chambres d'hôtes dans un ancien moulin, face au Grand Veymont. Petits déjeuners et demi-pension en table d'hôte avec des produits locaux et/ou biologiques. En couple ou en groupe, nous serons ravis de vous accueillir et vous conseiller les meilleurs itinéraires pour découvrir le Trièves-Vercors.
06 20 18 54 49 • www.aiguillettelodge.com

Camping Belle-Roche ***
LALLEY — 01 07 09 10 12

Camping au cadre montagnard magnifique, camp de base idéal pour découvrir le Trièves. Emplacements et hébergements conforts ainsi que lodges insolites et structures adaptées à la nuitée ou à l'itinérance. Piscine chauffée, snack, petit-déjeuner, location de VTT à assistance électrique et tous les services pour accueillir les cyclotouristes !
04 76 34 75 33 • www.campingbelleroche.com

Camping Pré Rolland ***
MENS — 02 04 05 07 09 11 12

Camping 3 étoiles idéalement situé au cœur du charmant village de Mens, capitale historique du Trièves, un lieu de calme et d'authenticité, dans un cadre de verdure et de montagnes. Emplacements, locatifs, chambre 2 pers. spéciale randonneurs (nuitée) et tentes prêtes à l'emploi (nuitée). Restaurant-pizzéria-snack, piscine chauffée.
04 76 34 65 80 • www.camping-prerolland.fr

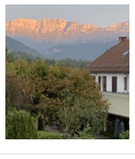
Gite Le Clos des Luya
MENS — 02 04 05 07 09 11 12

Située dans un environnement exceptionnel, tout en étant proche du centre de Mens, notre demeure vous attend pour un séjour rempli de sérénité. Ancienne demeure de charme, rénovée avec goût, d'une superficie de 350 m² avec jardin clos et terrain 1 hectare. 15 personnes, 7 chambres, 5 salles de bain.
06 45 67 53 89 • www.leclosdesluya.com

Gite de Préfaucon
MENS — 05 07 09 11 12

Dans une ancienne ferme rénovée, le spacieux gîte de Préfaucon est idéal pour un séjour entre cyclotouristes (pièce de vie de 100m²/15 pers./5 ch.). Valérie et Jean-Louis, amateurs de vélo, vous partageront leurs circuits coups de cœur ! Possibilité de louer un gîte mitoyen 5 pers. Location possible de vélos à assistance électrique. Accès au gîte via piste compactée de 1km.
04 76 34 30 64 • www.prefaucon.fr

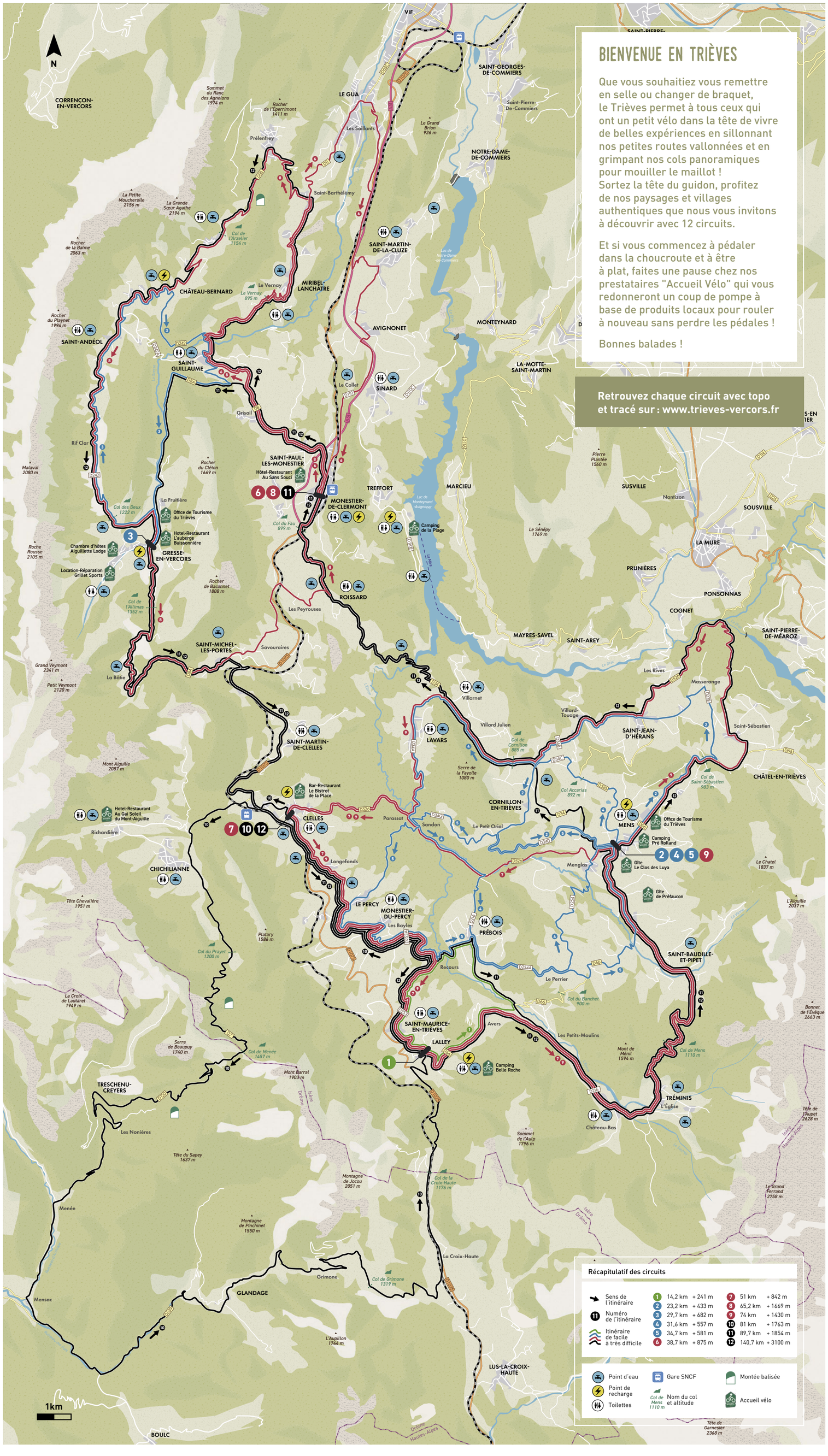
Hôtel-Restaurant Au Sans Souci **
ST-PAUL-LÈS-MONESTIER — 04 08 11 12



Estelle et Julien vous accueillent Au Sans Souci pour une halte/séjour avec une cuisine raffinée dans un cadre authentique (16 chambres). Profitez du parc et de la piscine pour recharger les batteries et partir à l'assaut des cols du Trièves-Vercors ! Nombreux services proposés pour les vélos : garage, atelier, compresseur, outils, jet d'eau, recharge des batteries.
04 76 34 03 60 • www.au-sans-souci.com

Camping de la Plage ***
TREFFORT

Le camping est situé sur les rives du lac de Monteynard dans une nature authentique et préservée. Nos chalets, tentes sur pilotis, bungalows et emplacements dominent le lac. Bar-restaurant-pizzeria-snack, location de VTT à assistance électrique, de stand up paddle et partenariat avec les prestataires d'activités nautiques.
04 76 34 06 31 • www.camping2laplace.com



BIENVENUE EN TRIÈVES

Que vous souhaitiez vous remettre en selle ou changer de braquet, le Trièves permet à tous ceux qui ont un petit vélo dans la tête de vivre de belles expériences en sillonnant nos petites routes vallonnées et en grimpant nos cols panoramiques pour mouiller le maillot !
Sortez la tête du guidon, profitez de nos paysages et villages authentiques que nous vous invitons à découvrir avec 12 circuits.

Et si vous commencez à pédaler dans la choucroute et à être à plat, faites une pause chez nos prestataires "Accueil Vélo" qui vous redonneront un coup de pompe à base de produits locaux pour rouler à nouveau sans perdre les pédales !

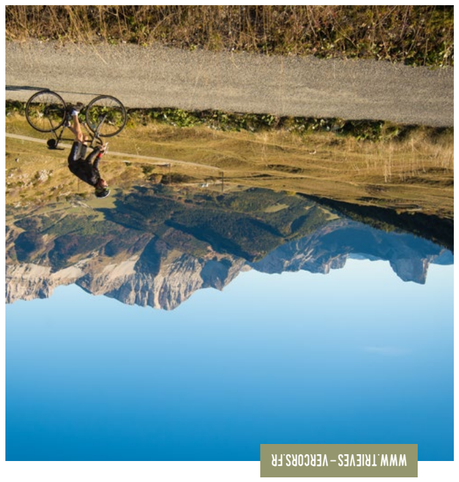
Bonnes balades !

Retrouvez chaque circuit avec topo et tracé sur : www.trieves-vercors.fr

VENIR DANS LE TRIÈVES

En train
Depuis Grenoble, Veynes ou Gap, ligne SNCF 63 Grenoble-Veynes-Gap.
Gare de Clelles-Mens.
Gare de Monestier-de-Clermont.
Possibilité de transporter votre vélo sous réserve de place disponible.
Plus d'infos TER SNCF
09 69 32 21 41

En bus
Depuis Grenoble,
ligne T95 effectuant quotidiennement la liaison entre Grenoble et Mens.
Les bus sont équipés de porte-vélos !
Plus d'infos Cars Région
04 26 16 38 38



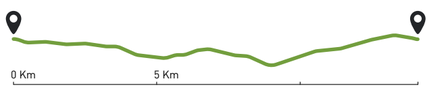
Office de Tourisme du Trièves
04 82 62 63 50
contact@trieves-vercors.fr

Bibliothèque : Office de Tourisme du Trièves **Grésivaudan** : L'Escapade - www.escapade.fr **Rhône-Vercors** : Empreinte Cie Drôme de Clée - www.empreinteandeclee.fr **Cordée Dévoluy** : E. Bouveau, L. Lasserre, C. Chaussé, M. Fleurs, P. Bellet, Représentation Nature, Focus Outdoor **Découvrez nos conducteurs Mens 3SC** : Les conducteurs Sarrien, Pas des Escalettes et Bouquet de Mure sur Cie Clée de Gourme. Merçi de vous signaler à votre décision, elle ne saurait être parfaite. N'hésitez pas à nous contacter pour toute remarque. Première Édition - Données dans la biblio, en tête du guidon.

01 LES COTEAUX DE PRÉBOIS

14,2 km | + 241 m | très facile

Lalley



Une boucle qui débute par le passage au hameau d'Avers où l'on aperçoit en face les vignes implantées sur les coteaux exposés au sud, avant de grimper vers le village de Prébois où vous apprécierez le panorama à 360° sur les massifs alentour du Vercors et du Dévoluy !

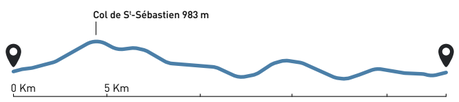
Juste après Prébois, dans la descente vers le pont de Recours, vous passerez au milieu des vignes dont la culture a été relancée par l'association "Vignes et vignerons du Trièves" (possibilité de visites en lien avec la Route des Savoir-Faire du Trièves).

Aucune vigilance particulière sur ce parcours.

02 MISE EN JAMBES AU PIED DU CHÂTEL

23,2 km | + 433 m | facile

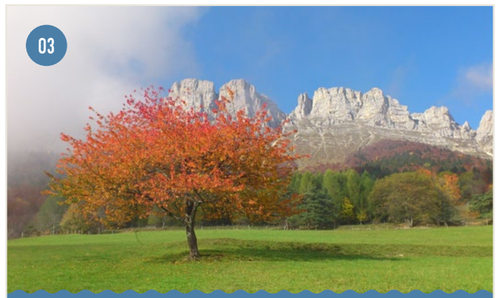
Mens



Agréable boucle qui débute par l'ascension du Col de Saint-Sébastien (983 m) puis continue sur de petites routes peu fréquentées à la découverte de hameaux charmants (Masserange, Villard-Touage, Petit Oriol...). Nombreux points de vue le long du parcours, notamment sur la montagne du Châtel et son sommet caractéristique.

En fin de parcours, la petite route de Montvallon offre une vue magnifique sur la chaîne du Dévoluy ! Faites une pause à la table d'orientation du "Serre des Neuf Eglises" et tentez d'apercevoir les 9 clochers parmi les villages du Trièves.

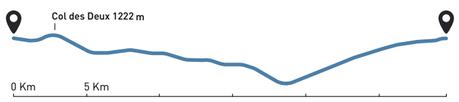
Aucune vigilance particulière sur ce parcours.



03 DU GRAND VEYMONT AUX DEUX-SŒURS

29,7 km | + 682 m | facile

Gresse-en-Vercors



La sublime route du Balcon Est du Vercors est un petit bijou pour les cyclotouristes ! Au pied des falaises du Vercors, cette route de montagne offre des points de vue splendides sur les "Dolomites Françaises". Passage à l'emblématique Col des Deux (1 222 m) en début de parcours.

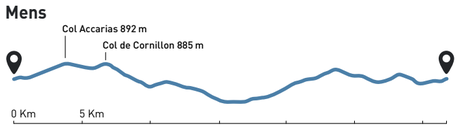
Le village de Saint-Andéol, avec une vue magnifique sur les Deux-Sœurs ! Le passage devant des fermes qui vendent du fromage et des yaourts, avec la visite possible du GAEC des Gentianes, membre de la Route des Savoir-Faire du Trièves.

Aucune vigilance particulière sur ce parcours.

04 LE TRIÈVES EN PANORAMAS

31,6 km | + 557 m | facile

Mens



Comme son nom l'indique, cette boucle permet d'apprécier de nombreux panoramas sur le Trièves et ses terres cultivées qui offrent au printemps un patchwork coloré ! Prenez le temps de lever la tête du guidon sur ce parcours très agréable ponctué de points de vue splendides !

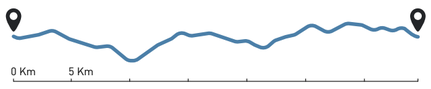
Entre Prébois et Mens, vous empruntez une petite route bucolique qui passe par des hameaux du cœur du Trièves : Le Perrier, Agnès, Mas Martinenc, Moulin de Chardeyre... Vous apprécierez l'architecture typique des batisses du Trièves et leurs toits de tuiles écailles.

Aucune vigilance particulière sur ce parcours.

05 LES VILLAGES DU CŒUR DU TRIÈVES

34,7 km | + 581 m | facile

Mens



Très belle boucle, au cœur du Trièves, qui vous fera découvrir de petits villages aux magnifiques points de vue : Le Percy, Monestier-du-Percy et Prébois ! La principale difficulté est la courte ascension entre Sandon et Le Percy, mais elle se fait à la fraîche, entouré des arbres du bois d'Eguinières.

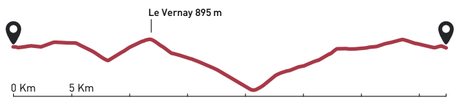
Faites une pause dans les villages perchés du Percy et de Monestier-du-Percy afin d'apprécier leurs panoramas exceptionnels. Petite astuce pour reconnaitre le village de Monestier-du-Percy, soyez attentifs à son clocher arrondi caractéristique que l'on voit de loin !

Aucune vigilance particulière sur ce parcours.

06 D'UNE RIVE À L'AUTRE DE LA GRESSE

38,7 km | + 875 m | difficile

Monestier-de-Clermont



Arpentant les routes du nord du Trièves, cette boucle plutôt sportive vous emmènera de part et d'autre de la rivière de "la Gresse". Pour ceux qui souhaitent rallonger cette boucle, il est possible de passer par Château-Bernard et le Col de l'Arzelier avant de redescendre à Saint-Barthélémy-du-Gua pour reprendre le tracé normal.

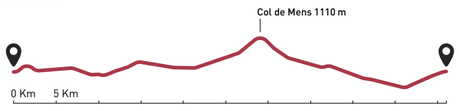
Une pause bien méritée au Vernay pour apprécier le point de vue original sur le Trièves et profiter de la table d'orientation ! Au nord de Miribel-Lanchâtre, se situe en contrebas de la route la "Fontaine Ardente", une des 7 merveilles du Dauphiné.

En fin de parcours, vous empruntez la RD1075 à forte circulation sur environ 1 km. Soyez vigilants !

07 LE TRIÈVES AUX PORTES DE LA PROVENCE

51 km | + 842 m | difficile

Clelles



Cet itinéraire, au départ de Clelles, sillonne le sud du Trièves qui inspira Giono, tant par sa douceur de vivre que par la beauté de ses paysages. Le parcours est varié, avec comme point d'orgue le passage au sommet du col de Mens (1 110 m) entre Tréminis et Saint-Baudille-et-Pipet.

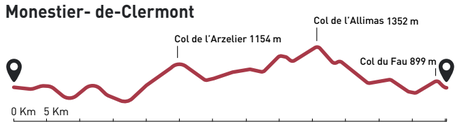
Le village de Tréminis, au cœur d'un cirque de montagnes dominé par le Grand Ferrand (2 759 m) : magique ! Faites une pause place de la mairie pour remplir votre gourde et profiter de la vue avant de grimper le col de Mens.
Itinéraire balisé :
ALPES ISÈRE

En début de parcours, vous empruntez la RD1075 à forte circulation sur environ 300 m avant de tourner à gauche vers Longefonds. Soyez vigilants !

08 LE BALCON EST DU VERCORS

65,2 km | + 1669 m | difficile

Monestier- de-Clermont



Très belle boucle sportive qui vous fera longer les splendides falaises du Balcon Est du Vercors, avec plusieurs cols au programme : le Vernay, le col de l'Arzelier, le col des Deux et le col de l'Allimas ! Ça va chauffer dans les mollets, notamment lors de l'ascension du col des Deux avec un passage à plus de 15% !

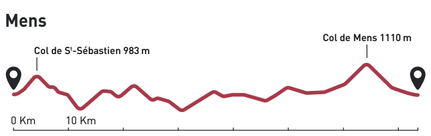
Le passage au hameau de La Bâtie, sa petite chapelle, et sa magnifique vue sur le Mont Aiguille ! Prenez le temps de faire une petite pause et une photo souvenir avant de plonger vers Saint-Michel-les-Portes !

En fin de parcours, vous devez emprunter la RD1075 à forte circulation sur 200 m avant de tourner à droite vers Roissard, Soyez vigilants !

09 DE L'OBIOU AU MONT AIGUILLE

74 km | + 1430 m | difficile

Mens



Parcours agréable et varié à travers les petites routes du Trièves afin d'apprécier les paysages côté Vercors et côté Dévoluy, et ainsi admirer deux sommets emblématiques que vous aurez en ligne de mire tout au long du parcours : l'Obiou et le Mont Aiguille !

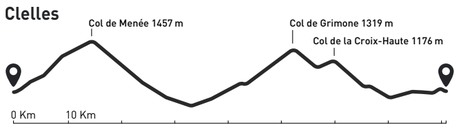
La route vallonnée qui va de Longefonds à Saint-Maurice-en-Trièves, en passant par Le Percy et Monestier-du-Percy. Le paradis des cyclotouristes, avec une vue exceptionnelle ! Vous aurez peut-être la chance d'y croiser Nans Peters, de l'équipe cycliste AG2R Citroën Team !

Juste après Saint-Sébastien, vous empruntez un petit tunnel : éclairage conseillé ! En milieu de parcours, après Clelles, vous empruntez la RD1075 à forte circulation sur environ 300 m avant de tourner à gauche vers Longefonds. Soyez vigilants !

10 ENTRE TRIÈVES ET DIOIS

81 km | + 1763 m | très difficile

Clelles



Boucle sportive qui permet d'enchainer les ascensions du col de Menée et du col de Grimone. Le Col de Menée possède d'ailleurs un balisage spécifique pour les cyclos avec des bornes kilométriques indiquant le pourcentage de pente du prochain kilomètre. Cette escapade côté Diois vous permettra d'apprécier ce territoire au climat méditerranéen !

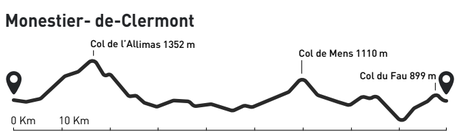
La descente du Col de Menée côté Diois ! Après avoir franchi le tunnel, on bascule soudainement en Provence. La végétation change, on entend chanter les cigales et l'on sent déjà l'odeur de la lavande cultivée dans le Diois...

Au départ, traversée de la RD1075 entre le village et la gare. Au sommet du Col de Menée, tunnel : éclairage indispensable ! Au pied du Col de Grimone, vous prenez la RD1075 sur 7 km avant Lalley, puis en fin de parcours, sur 300 m avant de tourner vers Clelles : soyez vigilants !

11 DES CONTREFORTS DU VERCORS À CEUX DU DÉVOLUY

89,7 km | + 1854 m | très difficile

Monestier- de-Clermont



Un magnifique itinéraire qui permet d'apprécier la richesse des paysages du Trièves, des contreforts du massif du Vercors jusqu'à ceux du massif du Dévoluy ! Au programme des cols, des villages pittoresques, de petites routes vallonnées, des panoramas : un circuit idéal pour les sportifs qui veulent découvrir le Trièves authentique !

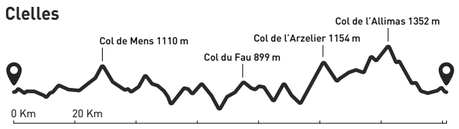
Un petit détour par les ruelles du centre de Mens pour apprécier l'architecture typique du Trièves et notamment les engrangeous et leurs bourras chargés de foin ! L'occasion de reprendre des forces en dégustant une spécialité locale : "la bouffette de Mens" !

Vous empruntez la RD1075 à forte circulation sur 10 km entre Saint-Michel-Les-Portes et Longefonds, soyez vigilants !

12 LE TOUR DU TRIÈVES

140,7 km | + 3100 m | très difficile

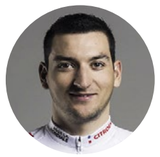
Clelles



Un parcours emblématique, réservé aux cyclistes entrainés et expérimentés, qui vous émerveillera aux 4 coins du Trièves ! Et pourquoi pas essayer le Vélo à Assistance Electrique sur ce circuit avec une recharge possible à Lalley, Mens, Monestier-de-Clermont, Château-Bernard ou Gresse-en-Vercors ?

Il y a beaucoup de coups de cœur, mais on vous propose le passage sur le pont de Brion, au-dessus des eaux turquoise du lac de Monteynard-Avignonet ! Au nord du pont, faites une pause culture patrimoniale en prenant le temps de lire le panneau de "la ronde des ponts".

Vous empruntez la RD1075 à forte circulation sur 8 km entre Saint-Michel-Les-Portes et Clelles, soyez vigilants ! Juste après Saint-Sébastien, vous empruntez un petit tunnel : éclairage conseillé !



LE TRIÈVES À VÉLO... SUR LES TRACES DE NANS PETERS

"Je suis coureur cycliste professionnel et membre de l'équipe AG2R Citroën Team. Je compte deux belles victoires : la 17e étape du Tour d'Italie 2019 et la 8e étape du Tour de France 2020.

J'ai grandi dans ce beau Trièves dont je connais tous les cols et jusqu'à la plus petite route. Rouler dans ces grandioses paysages demeure pour moi une émotion irremplaçable. Le cadre d'entraînement y est merveilleux. Cyclistes de tous niveaux vous allez vous régaler !"

LE TRIÈVES EN VÉLO À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE (VAE)

Vous souhaitez parcourir le Trièves en mode "slow" afin de prendre le temps de la découverte ? Le VAE est le mode de déplacement idéal !

Le territoire vallonné du Trièves peut être parfois exigeant c'est pourquoi le VAE permet d'offrir à tous la possibilité de sillonner nos petites routes et mettre ses sens en éveil.
La recharge des batteries est possible dans les structures accueil vélo, sur les bornes publiques de recharge ainsi que chez de nombreuses structures sensibles aux déplacements doux (bars, restaurants, hébergements...).
Et pourquoi pas partir à la rencontre des membres de la Route des Savoir-Faire du Trièves en vélo à assistance électrique ?

Structures proposant de la location de VAE :

GRESSE-EN-VERCORS

Grillet Sports
Location de VTC, VTT et Fat Bike
04 76 34 30 12
www.grillet-sports.com
Location de VTC à Assistance Electrique avec des itinéraires à effectuer en liberté guidés par un road book et un GPS.

LALLEY

Camping Belle-Roche ***
Location de VTT
04 76 34 75 33
www.campingbelleroche.com

MONESTIER-DE-CLERMONT

Camping Les Portes du Trièves ***
Location de VTT
04 76 34 01 24
www.campingportesdutrieves.fr

TREFFORT

Camping de la plage ***
Location de VTT
04 76 34 06 31
www.camping2laplage.com

Camping d'Herbelon ***
Location de VTT
04 76 34 05 47
www.camping-dherbelon.fr

ÉVÉNEMENTS VÉLO EN TRIÈVES

Club cyclotouriste
Le club local des "Déjantés du Trièves" organise des sorties hebdomadaires et des séjours vélo pour ses membres.
www.dejantes-du-trieves.fr

Grand Prix de Lalley
Mai / Organisé par SCALE Echirolles

Montée du Col de l'Arzelier
Septembre / Organisé par SCALE Echirolles

SECOURS ET SERVICES MÉDICAUX

Pharmacies

Reymermier
Monestier-de-Clermont
04 76 34 07 18

Pharmacie du Châtel
Mens - 04 76 34 61 24

Médecins

Buffereau, Bernard (pro-pharmacie)
Clelles - 04 76 34 18 32

Lacroix, Meyer, Leroy
Mens - 04 76 34 65 74

Cugnod
Monestier-de-Clermont
04 76 34 18 42

Jourdan, Gasparini, Montpied, Bultez
Monestier-de-Clermont
04 76 34 03 31

Hertl
Les Saillants-du-Gua
04 76 99 81 49

NUMÉRO D'URGENCE – 112

LES COMMERCES ALIMENTAIRES

CHICHILIANNE
Boulangerie l'Eco-Pain
06 98 90 64 54

CLELLES
Boulangerie Évasion Gourmande
04 76 34 41 62
Epicerie Chez Julie
04 76 34 40 24
Epicerie Beylier
04 76 34 86 16

CHÂTEL-EN-TRIÈVES
Epicerie O'talon
04 76 34 83 05

GRESSE-EN-VERCORS
Boulangerie-Epicerie Jullien
04 76 34 30 76
Epicerie Les Dolomites
04 76 34 20 04

LALLEY
Epicerie Vival
04 76 34 74 03

MENS
Boucherie Longo
04 76 34 71 61
Boucherie Marcou
04 76 34 60 38
Boulangerie Landreau
04 76 34 66 24
Boulangerie Ma Boulangerie
04 76 34 61 73
Epicerie Au petit marché
04 76 34 67 61
Patisserie La Bouffette
04 76 34 63 24
Patisserie Max'So
04 76 34 48 40
Petit Casino
04 76 34 03 59

MONESTIER-DE-CLERMONT
Epicerie Proxi
06 73 71 20 12
Intermarché
04 76 34 38 30
Boulangerie Les délices de Marjorie
04 76 34 99 75
Patisserie Au Mont-Aiguille
04 76 34 02 04
Boucherie Claret
06 07 23 49 80

PRÉBOIS
Epicerie Le Mar-di
09 54 73 41 36

TRÉMINIS
Epicerie Sanson
04 76 34 71 88

SAINT-GUILLAUME
Epicerie Relais Touchane
04 76 34 21 71

SAINT-MARTIN-DE-LA-CLUZE
Epicerie Jeanne
09 54 19 36 54

SAINT-MAURICE-EN-TRIÈVES
Boulangerie La Commanderie
04 76 34 79 12

TREFFORT
Epicerie La p'tite boutique
04 76 72 99 70
Epicerie Camping d'Herbelon
04 76 34 05 47