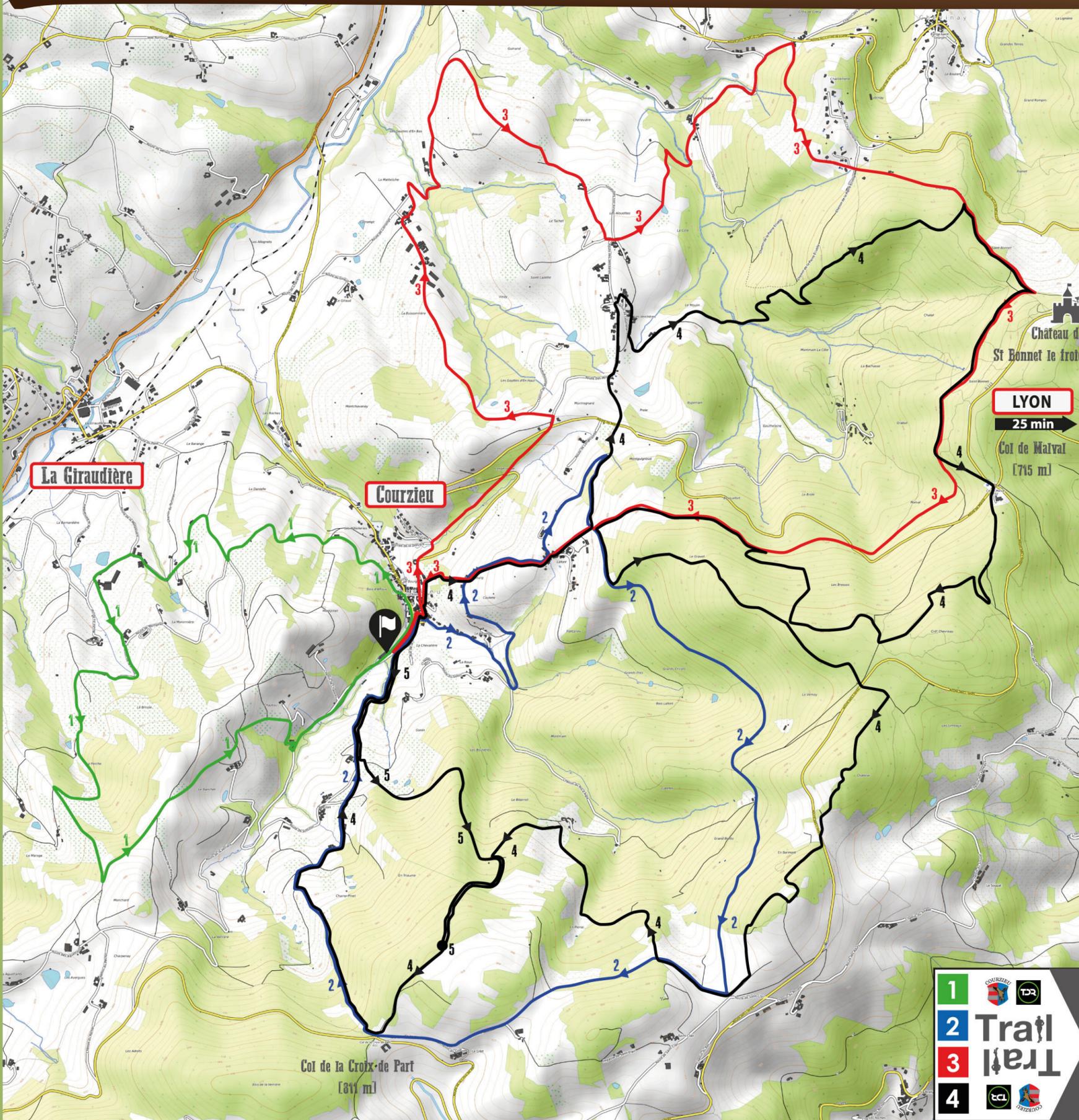


Courz'y Trail Park

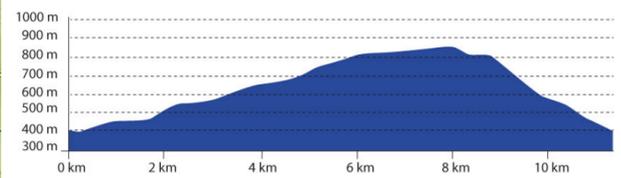


LES PARCOURS DE TRAIL

1. La Découverte 7,9km - D+: 350m



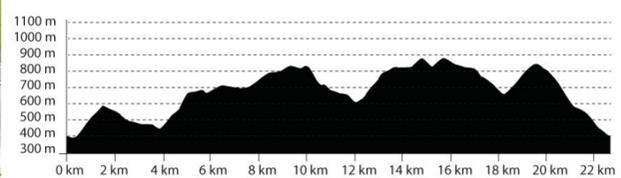
2. L'échauffement 11,3km - D+: 460m



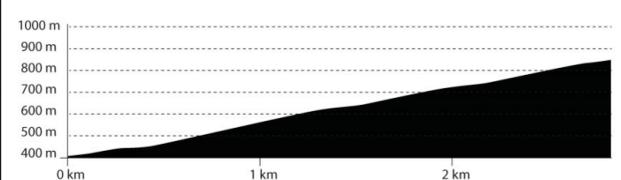
3. L'entraînement 15,6km - D+: 610m



4. La Casse-Pattes 22,6km - D+: 1150m



5. La Montée Infernale 2,75km - D+: 460m



CHARTRE DU TRAILEUR

Au travers de la pratique du trail, il est indispensable de respecter l'espace dans lequel vous évoluez et le travail des propriétaires :

- Ne pas couper les itinéraires balisés à travers les prairies, champs et autres parcelles privées.
- Ne pas déranger les animaux présents au bord des parcours.
- Ne pas jeter de déchets sur les parcours, une poubelle est disponible à l'arrivée.
- Ne pas oublier de partager les parcours et respecter les autres utilisateurs des parcours (VTT, randonneurs, chasseurs, etc.)

Bonne sortie à vous !



Le Courz'y Trail Park a été développé en partenariat et collaboration avec Emmanuel MEYSSAT. Résidant des Monts du Lyonnais, Emmanuel MEYSSAT est membre de l'équipe de France de Trail et a remporté plusieurs titres nationaux, plusieurs SaintÉlyon et participé aux Championnats du monde de Trail.



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



terre de running

1. La Découverte

Distance : 7,9 km / Dénivelé positif : 350 m
Durée approximative : <1h

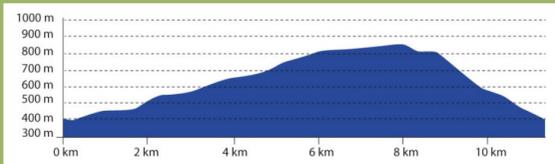
Le premier parcours vous permet une belle mise en jambes. A partir du panneau de départ, vous traverserez le village de Courzieu en descente avant d'emprunter le chemin de la Voûte et débiter une première montée souvent humide. Vous profiterez d'une vue dégagée sur la vallée de la Brévenne. Après une belle descente, vous réaliserez une ascension qui mènera sur les hauteurs du village en passant à travers quelques cerisaies. Le retour sur le village se fera par une longue descente avec de jolies points de vue.



2. L'Échauffement

Distance : 11,3 km / Dénivelé positif : 460 m
Durée approximative : 1h30

Ce second parcours vous emmènera sur le versant Est du village. A partir du hameau du Bourbon, vous débutez une longue ascension régulière jusque la Chapelle Saint-Clair, un lieu remarquable de Courzieu. Vous traverserez avant cela le hameau de Lafont et accéderez à la table de lecture du paysage. L'occasion de reprendre votre souffle en admirant le paysage vallonné qui s'offre à vous. Le parcours se poursuit ensuite dans les bois. Après la Chapelle Saint-Clair, vous rejoindrez le col de la Croix-de-Part à partir duquel débute une descente technique jusqu'à l'arrivée. N'oubliez pas de lever les yeux afin de profiter des différents panoramas sur Courzieu en contrebas.



3. L'Entraînement

Distance : 15,6 km / Dénivelé positif : 610 m
Durée approximative : 2h

Ce parcours de difficulté rouge vous fera découvrir une autre partie de Courzieu. Après être passé à côté de l'église, vous débutez rapidement une première grosse montée d'1,5 km avant de redescendre au hameau de La Buissonnière, descente pendant laquelle vous pourrez profiter de la vue dégagée sur la vallée de la Brévenne. Vous évoluerez ensuite à proximité de terrains agricoles avant d'attaquer la grosse partie de la trace, la montée jusqu'au bas du Château de Saint-Bonnet-le-Froid. La montée se fait au frais dans les bois. Après quelques kilomètres de plat, vous débutez la descente de 2,5 km qui vous mènera à l'arrivée. Faites une petite pause pour admirer le paysage sur la table de lecture de paysage.

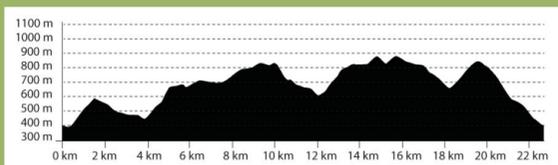
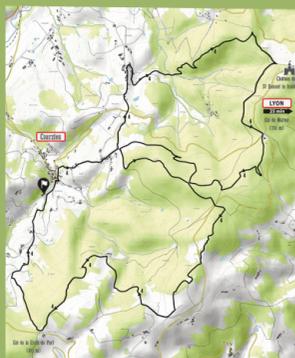


5 parcours de Trail à découvrir

4. La Casse-Pattes

Distance : 22,6 km / Dénivelé positif : 1150 m
Durée approximative : 3h30

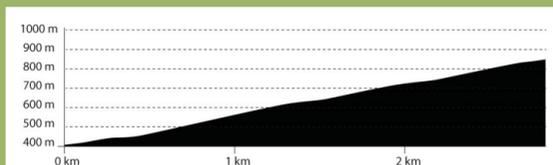
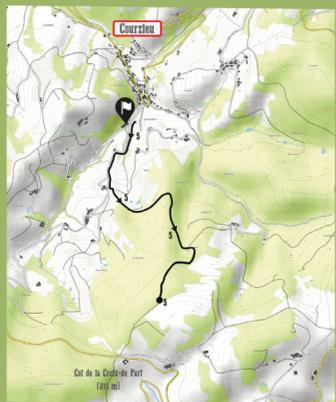
Le grand parcours du Courz'y Trail Park vous emmènera sur tout le versant Est de Courzieu. La première montée vous permettra de rejoindre la table de lecture du paysage au hameau de Lafont. Après un peu de répit, vous poursuivrez votre ascension vers le Château de Saint-Bonnet-le-Froid puis le Col de Malval à travers la forêt. Vous redescendrez ensuite vers le hameau de Lafont avant d'entamer une nouvelle ascension qui vous mènera au point culminant de la trace, le Crêt Chatelard et son oppidum ! Après être passé à côté de la Chapelle Saint-Clair, vous plongerez en direction du hameau du Biternay avant de remonter au col de la Croix de Part. Gardez un peu de force pour la dernière descente technique qui vous mènera à l'arrivée.



5. La Montée Infernale

Distance : 2,75 km / Dénivelé positif : 460 m
Durée approximative : <30min

Pas le temps de souffler sur ce parcours vertical qui vous fera rejoindre les hauteurs de Courzieu en moins de 3km. Après une première petite partie de route, vous aborderez une première pente à près de 25%. Au bout d'1km, le parcours s'enfonce dans la forêt sans pour autant que la pente faiblisse. Peu avant d'atteindre le sommet, profitez de la forêt noire pour vous concentrer sur votre effort. Vous y êtes presque, encore quelques centaines de mètres ! Pour le retour, vous pouvez soit faire demi-tour soit suivre le parcours 4 qui se termine par une belle descente technique.



Également disponible sur le site internet : www.courzieu.com

Mairie de Courzieu
10 place de la Mairie / 69690 COURZIEU
+33 (0)4 74 70 84 05 / mairie@courzieu.fr

Office de Tourisme du Pays de L'Arbresle
18 place Sapeon / 69210 L'ARBRESLE
+33 (0)4 74 01 48 87

VOUS AVEZ FAIM ?



AUBERGE DU PASTOUREAU

Adresse – 69690 COURZIEU

L'auberge Le Pastoureau vous accueille dans une ambiance authentique le vendredi soir, samedi midi et soir et dimanche midi. Vous pourrez déguster une cuisine régionale savoureuse et vous ressourcer après une belle sortie trail. Réservation vivement conseillée au 04 74 70 88 25 !

COMPTOIR DU VILLAGE

Place de la mairie – 69690 COURZIEU

Horaires
Lundi au samedi : 07h30-12h30 ; 15h-19h
Dimanche : 08h-13h

Epicierie-bar associative implantée au plein cœur de Courzieu, le Comptoir du Village vous accueille tous les jours pour vous proposer des produits sélectionnés auprès de producteurs locaux et vous servir un rafraîchissement (boissons, glaces, etc...)

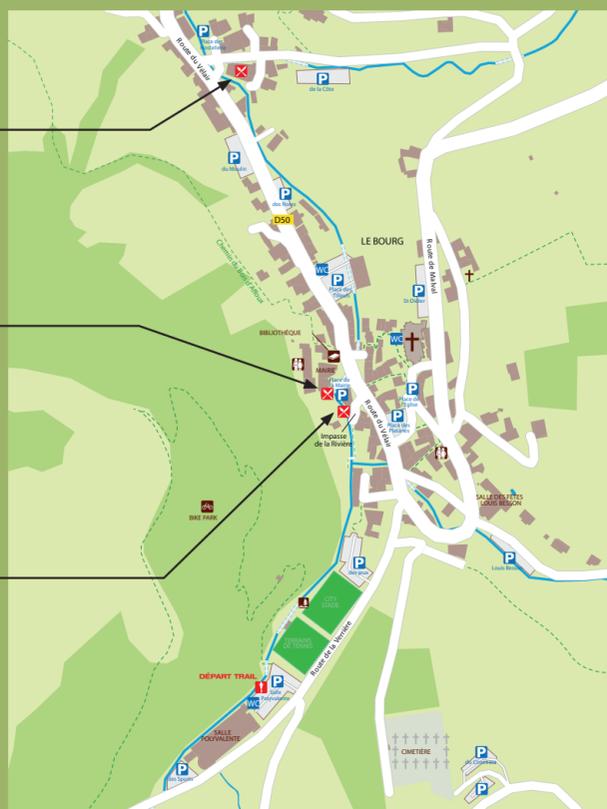


BOULANGERIE CHEZ ALEX & NICO

Impasse de la Rivière – 69690 COURZIEU

Horaires
Mardi au vendredi : 06h30-13h ; 15h30-19h
Samedi et dimanche : 07h-13h

Alex & Nico vous accueilleront chaleureusement au sein de leur boulangerie artisanale. Vous pourrez découvrir leur sélection de pains, viennoiseries, pâtisseries mais aussi sandwiches et plats à emporter.



QUOI FAIRE À COURZIEU ?

Retrouvez les différents gîtes pouvant vous accueillir, la galerie d'art, les richesses de notre patrimoine. Plus d'informations sur www.courzieu.com

PARC DE COURZIEU

Venez découvrir la meute de loups gris et celle de loups arctiques, assistez aux ballets aériens des rapaces et guettez la présence de marmottes, le tout à travers deux grands parcours thématiques en pleine forêt.



RANDONNÉES

Que ce soit sur le GR(r) 89 Chemin de Montaigne, la GRP Tour des Monts du Lyonnais, les deux circuits de l'Aqueduc de la Brévenne, le sentier des Petits Loups ou l'un des 7 balades au pays de la Fraise, chacun pourra trouver un circuit répondant à ses attentes.

BIKEPARK

4 pistes de descente de VTT directement accessibles depuis le parking mis à disposition permettront aux débutants comme aux plus aguerris de dévaler les pentes.

VÉLO DE ROUTE

Courzieu a accueilli le Tour de France en 2019. Les coureurs ont emprunté le col de la Croix de Part. Venez vous comparer aux meilleurs à travers cette montée de 4km avec un dénivelé moyen de 8,4%

VTT

En complément des deux parcours officiels présents sur Courzieu, vous trouverez une section de la Grande Traversée du Rhône et une multitude de sentiers pour pratiquer le VTT.



5 parcours de trail de tous niveaux

30 min de Lyon

50 min de Saint-Etienne

Parking au départ des traces

Douche chaude et gratuite
en libre accès sur place