



## LES CONSEILS DE Kevin

ENTRAINEUR CYCLISTE  
CHARTROUSIN

Chartrousin d'origine, Kevin a derrière lui dix ans de compétition sur route, en division nationale 1, dont trois ans dans l'équipe Chambéry Cyclisme Formation. Aujourd'hui, il est entraîneur et emmène son équipe de jeunes coureurs sur les routes de Chartreuse qu'il connaît bien, pour la grande variété des circuits et paysages offerts.

1 La veille, prenez le temps de vérifier la météo, le risque d'orage notamment, et choisissez un itinéraire adapté aux capacités de votre groupe, tenant compte des éventuels passages techniques.

2 Que vous partiez à plusieurs ou seul (dans ce cas, prévenir un proche de votre itinéraire), ne négligez pas votre équipement : un casque, des gants, de l'eau (identifiez les points de ravitaillements sur l'itinéraire), de quoi manger, un topo et votre téléphone. Crème solaire, veste imperméable et vêtements chauds permettront également de parer aux conditions d'altitude.

3 Sur la route, roulez en fil indienne quand vous êtes à plusieurs. Tenez votre droite et ne coupez pas les virages. Veillez à vous rendre bien visible (cattadioptrés, dispositifs réfléchissants, ainsi que des lumières pour les traversées de tunnels, etc.) et à respecter le code de la route. Pour rappel, il est interdit de porter tout dispositif susceptible d'émettre du son à l'oreille.

Retrouvez l'ensemble de nos conseils et itinéraires cyclos sur [www.chartreuse-tourisme.com/cyclo](http://www.chartreuse-tourisme.com/cyclo)



**Accueil Vélo** est une marque qui garantit des services de qualité auprès des cyclistes le long des itinéraires : hébergements, restaurants, lieux de visite, offices de tourisme, loueurs et réparateurs vélo. Retrouvez les sur :

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

## Renseignements

### Office de tourisme :

Place de la mairie 38 380 St Pierre de Chartreuse  
Tél : 04 76 88 62 08 / [info@coeurchartreuse-tourisme.com](mailto:info@coeurchartreuse-tourisme.com)



Météo montagne : 32 50  
Secours en montagne : 112



DESTINATION  
**CHARTREUSE**

En aucun cas les auteurs des contenus de ce site ne sauraient être tenus pour responsables de problèmes ou d'accidents sur les itinéraires cités. Cependant, nous comptons sur vous pour signaler toute contradiction importante entre cette fiche et le terrain. Ne pas jeter dans la nature. Document réalisé par Chartreuse Tourisme. Malgré tout le soin apporté à cette édition, elle ne saurait être parfaite. N'hésitez pas à nous contacter pour nous faire part de vos remarques.



## TOUR DU MONT Grêle / Les Echelles

TOPO CYCLO

Une boucle savoyarde qui se déroule en grande partie sur les contreforts du Jura, dont le mont Grêle est le dernier chaînon sud. Le parcours contourne le lac d'Aiguebelette et franchit le chaînon au niveau du col de l'Épine.



DIFFICULTÉ \*

62 km

1003 m

4 à 6 h

- En boucle
- Départ / Arrivée : Les Echelles
- Parking : Base de loisirs Rivier'Alp

\* Cotation selon référentiel national (DGE)



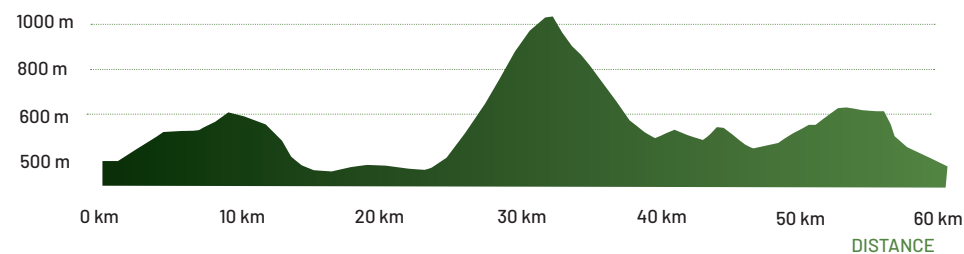
DESTINATION  
**CHARTREUSE**



[www.destinationchartreuse.fr](http://www.destinationchartreuse.fr)



## ALTITUDE



## Indications

- (1) À la sortie du parking de la base de loisirs Rivier'Alp, prendre à droite pour traverser le village des Échelles. Au monument aux morts, place Francisque Viard, prendre la direction de Attignat-Oncin (D921).
  - (2) La montée tranquille jusqu'à La Bauche, sur 5 km environ, traverse la campagne et offre un aperçu sur les gorges de Chailles.
  - (3) Environ 1 km après le panneau de sortie de La Bauche, au lieu-dit du Grand chemin, prendre à droite à la patte d'oie (ne pas suivre Attignat-Oncin). Cette petite route mène au chef-lieu d'Attignat-Oncin.
  - (4) Emprunter la D39, puis la D39a, qui permet de descendre à Lépin-le-Lac en offrant une jolie vue sur le lac
  - (5) Traverser, puis longer la voie ferrée sur la D921d.
  - (6) À la sortie de Lépin-le-lac, traverser la voie ferrée et suivre la direction Novalaise.
  - (7) Une belle piste cyclable permet de longer le lac sur la D921, offrant de jolis aperçus sur ses eaux émeraude. Pour un petit plongeon bien mérité, plusieurs plages s'enchaînent sur la droite.
  - (8) Au bout du lac, au rond-point, continuer tout droit direction Nances.
  - (9) Un peu après le passage sous l'autoroute, prendre à droite sur la D41. C'est le début de la montée au col de l'Épine : la principale difficulté de la boucle, avec 600 m de dénivelé sur 9 km en tout. Au hameau des Grollets, poursuivre tout droit, toujours sur la D41, puis, tout de suite après Nances, prendre à droite.
  - (10) Environ 2 km plus loin, rejoindre la D916 et suivre la direction du col de l'Épine.
  - (11) Rester sur la D916 jusqu'au col. La montée est plus raide entre la borne 5 km et la borne 1 km du sommet (entre 8 et 10 %). Le dernier kilomètre est quasiment plat.
  - (12) Après une pause au belvédère, pour admirer la vue sur Chambéry et le lac du Bourget, la descente mène à Saint-Sulpice. Dans le village, poursuivre sur la D916 direction Cognin.
  - (13) À 1,5 km, prendre à droite direction Vimines. Après une petite côte assez raide, la route serpente sur les hauteurs de Vimines. Suivre ensuite la direction de Saint-Thibaud-de-Couz. La descente, sur la D47, est agréable.
  - (14) Au croisement avec la D1006, prendre à droite vers Les Échelles. La circulation est dense, mais présence d'une voie cyclable tout le long. Après une ascension en faux plat montant jusqu'au col de Couz, la descente jusqu'aux Échelles est simple. Attention, la traversée du tunnel des Échelles, non éclairé et sans voie cyclable, mérite d'être équipé d'éclairages.
  - (15) Peu après le tunnel, suivre la direction Rivier'Alp pour retrouver le point de départ.
- Note : cette boucle peut également être réalisée depuis Chambéry, via Cognin. Un peu avant Saint-Sulpice, prendre à gauche direction Vimines. Suivre alors l'itinéraire à partir de l'étape 14.



A loop on the foothills of the Jura mountain range! The route also goes round Lake Aiguebelette and over the Col de l'Épine.

- (1) At the exit of the leisure center Rivier'Alp, take right to cross the village of Les Echelles. At the war monument, place Francisque Viard, take the road towards Attignat-Oncin (D921).
- (2) The gentle slope up to La Bauche, for about 5 km, offers a beautiful view over the Gorges de Chailles.
- (3) About 1 km after the exit sign of La Bauche, at 'Grand Chemin', take right at the junction (do not follow Attignat-Oncin). This small road leads to the chief-place of Attignat-Oncin.
- (4) Take the B-road D39, then the D39a, which allows you to reach Lépin-le-Lac with nice views on the lake.
- (5) Cross and cycle along the railway on the B-road D921d.
- (6) At the exit of Lépin-le-Lac, cross the railway again, and follow Novalaise.
- (7) A nice cycle lane allows you to ride along Lake Aiguebelette. For a well-deserved dive in the turquoise waters of the lake, you will find several beaches on your right.
- (8) At the end of the Lake, at the roundabout, go straight ahead towards Nances.
- (9) Pass under the motorway and take right, on the B-road D41. Here starts the ascent to the col de l'Épine: main challenge of the loop (600 m elevation gain of 9 km). At the hamlet Les Grollets, go straight ahead, still on the D41. Immediately after Nances, turn right.
- (10) About 2 km further, join the B-road D916 and follow Col de l'Épine.
- (11) Stay on the D916 until the col. The ascent is steeper from 5 to 1 km before the col (8 to 10%). The last kilometre is almost flat.
- (12) After the col, enjoy the view on Chambéry and Lake du Bourget, then start the descent to Saint-Sulpice. In the village, stay on the B-road D916 towards Cognin.
- (13) At 1,5 km, take right towards Vimines, then follow Saint-Thibaud-de-Couz on the B-road D47.
- (14) At the junction with the B-road D1006, take right towards Les Échelles. A cycle lane will lead you to the col de Couz, and finally to Les Échelles, through the tunnel, which is not lit, and where the traffic can be heavy.
- (15) After the tunnel, follow Rivier'Alp to get back to your starting point.

Note: Can be started from Chambéry, through Cognin.