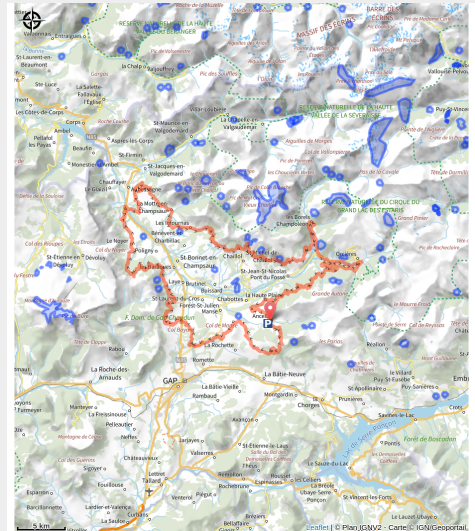


# Tour of Champsaur by mountain bike - 5 days

Hautes-Alpes



Découverte du Champsaur en VTT (Bertrand Bodin)



Split into five stages, this route offers a refreshing change of scenery on a loop of approximately 150 kilometres and introduces you gently to a Hautes-Alpes area that is full of character.

This long loop introduces you to the essential features of Champsaur, a protected sector in the south of Les Écrins. Five days of immersion in this mountain valley of Mediterranean influence, with varied - and in particular sunny - landscapes awaiting the mountain biker. On this journey, you might come across the orange lily as well as true lavender! Grandiose panoramas over the valley and Les Écrins are guaranteed, an utter pleasure!

## Useful information

Practice : Mountain Bike

Duration : 5 days

Length : 143.8 km

Trek ascent : 6926 m

Difficulty : Rouge (difficile)

Type : Itinérance

Themes : Fauna, Flora, Géologie

# Trek

**Departure** : Ancelle

**Arrival** : Ancelle

**Markings** : 🚴 VTT FFC itinérance

**Cities** : 1. Ancelle

2. La Bâtie-Neuve

3. Forest-Saint-Julien

4. La Rochette

5. Gap

6. Laye

7. La Fare-en-Champsaur

8. Poligny

9. Le Noyer

10. Aubessagne

11. La Motte-en-Champsaur

12. Saint-Bonnet-en-Champsaur

13. Saint-Julien-en-Champsaur

14. Saint-Michel-de-Chaillo

15. Saint-Jean-Saint-Nicolas

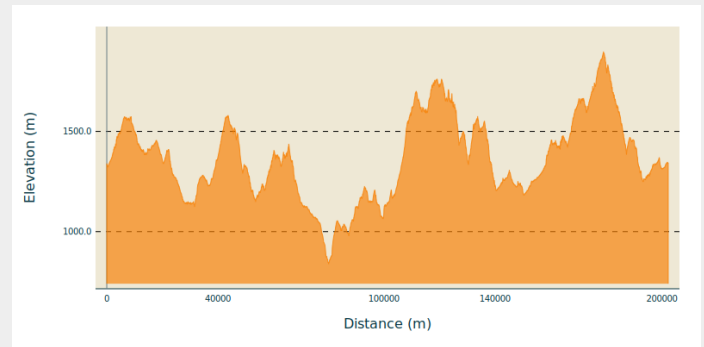
16. Champoléon

17. Orcières

18. Saint-Léger-les-Mélèzes

19. Chabottes

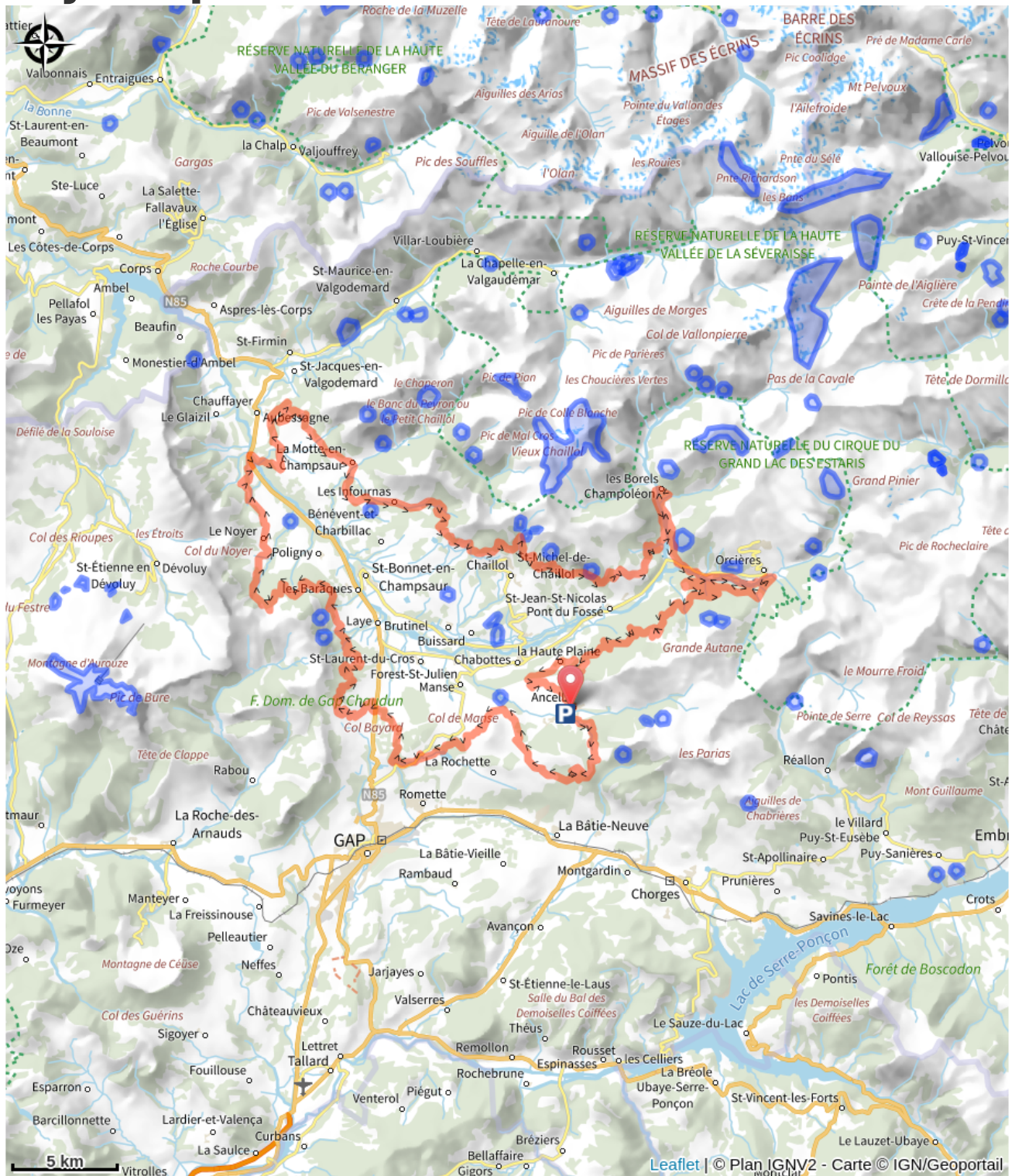
## Altimetric profile



Min elevation 840 m Max elevation 1898 m

The entire circuit, in particular its initial section, is quite fast with no really difficult stretches. The routes along the valley bottoms run gently along farm tracks and quiet little roads. Fortunately, the ascents through forested areas - some of them long - are shaded and lead up to the alpine pastures of each slope. The balcony paths you then use (especially on the very beautiful second stage), run along or drop down via technical and fun singles treks. The day is spent well, with mind and body tested! The beautiful panoramic stopping points encountered all along the physical stretches will be welcomed as an opportunity to eat, contemplate... or have a siesta!

# On your path...



# All useful information

## **Les chiens de protection des troupeaux**

## **Advices**

A trail to be undertaken in autumn (ambiance and colours) rather than spring as the technical stretches are more cyclable after the summer season.

Be sure to train thoroughly before embarking on five days of alpine mountain biking!

## **How to come ?**

### Transports

SNCF train stations at Gap or Grenoble, then daily coaches.

### Access

From Gap, first take the N85 and then the D944 and finally the D13.

From Grenoble, after St-Bonnet take the D114 and the D514.

### Advised parking

Car park at the Ancelle resort

# Environmental sensitive areas

Along your trek, you will go through sensitive areas related to the presence of a specific species or environment. In these areas, an appropriate behaviour allows to contribute to their preservation. For detailed information, specific forms are accessible for each area.

## Golden eagle

Sensitivity period: January, February, March, April, May, June, July, August

Contact: Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification de l'Aigle royal

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec l'Aigle royal en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone ! Et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2240m.

## Short-toed snake eagle

Sensitivity period: March, April, May, June, July, August, September

Contact: Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification du Circaète-Jean-le-Blanc

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Circaète-Jean-le-Blanc en période de nidification sont principalement les pratiques aériennes comme le vol libre ou le vol motorisé.

Merci d'essayer d'éviter la zone ou de rester à une distance minimale 300m sol quand vous survolez la zone soit 1900m d'altitude pour cette zone.

## Golden eagle

Sensitivity period: January, February, March, April, May, June, July, August

Contact: Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification de l'Aigle royal

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec l'Aigle royal en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone et de privilégier un survol

de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2450m.

### **Peregrine falcon**

Sensitivity period: February, March, April, May, June

Contact: Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification du Faucon pèlerin.

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Faucon pèlerin en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone !

En cas de survol merci de rester au-dessus de 2200m d'altitude à une distance de 300m sol.

### **Peregrine falcon**

Sensitivity period: February, March, April, May, June

Contact: Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification du Faucon pèlerin.

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Faucon pèlerin en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone !

En cas de survol merci de rester au-dessus de 2080m d'altitude à une distance de 300m sol.

### **Short-toed snake eagle**

Sensitivity period: March, April, May, June, July, August, September

Contact: Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification du Circaète-Jean-le-Blanc

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Circaète-Jean-le-Blanc en période de nidification sont principalement les pratiques aériennes comme le vol libre ou le vol motorisé.

Merci d'essayer d'éviter la zone ou de rester à une distance minimale de 300m sol quand vous la survolez soit 1560m d'altitude !

### **Short-toed snake eagle**

Sensitivity period: March, April, May, June, July, August, September

Contact: Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification du Circaète-Jean-le-Blanc

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Circaète-Jean-le-Blanc en période de nidification sont principalement les pratiques aériennes comme le vol libre ou le vol motorisé.

Merci d'essayer d'éviter la zone ou de rester à une distance minimale de 300m sol quand vous la survolez soit 1520m d'altitude !

### **Black grouse - winter**

Sensitivity period: January, February, March, April, Decembre

Contact: Fédération départementale des chasseurs des Hautes-Alpes :  
Pierre-Frédéric Galvin : pierre-frederic.galvin@fdc05.com

Membre de l'Observatoire des Galliformes de montagne  
Virginie Dos Santos : ogm.vds@gmail.com  
Blandine Amblard : ogm.amblard@gmail.com

Zone de tranquillité hivernale pour le Tétrasyre. Merci de veiller à respecter le balisage.

Le Tétrasyre s'abrite sous la neige pour passer l'hiver, souvent en bordure de forêt. Pour ne pas le déranger :

- A la montée, restez sur l'itinéraire principal ;
- A la descente en forêt et en bordure, passez au plus proche des traces de ski existantes ;
- Si vous croisez un animal, arrêtez-vous et laissez-lui le temps de partir ;
- Si vous avez un chien, gardez-le près de vous, ou mieux, laissez-le se reposer au chaud !
- Réalisez votre sortie entre 8h et 17h pour éviter la période où les animaux se nourrissent ;

### **Black grouse - winter**

Sensitivity period: January, February, March, April, Decembre

Contact: Fédération départementale des chasseurs des Hautes-Alpes :  
Pierre-Frédéric Galvin : pierre-frederic.galvin@fdc05.com

Membre de l'Observatoire des Galliformes de montagne  
Virginie Dos Santos : [ogm.vds@gmail.com](mailto:ogm.vds@gmail.com)  
Blandine Amblard : [ogm.amblard@gmail.com](mailto:ogm.amblard@gmail.com)

Zone de tranquillité hivernale pour le Tétrasyre. Merci de veiller à respecter le balisage.

Le Tétrasyre s'abrite sous la neige pour passer l'hiver, souvent en bordure de forêt. Pour ne pas le déranger :

- A la montée, restez sur l'itinéraire principal ;
- A la descente en forêt et en bordure, passez au plus proche des traces de ski existantes ;
- Si vous croisez un animal, arrêtez-vous et laissez-lui le temps de partir ;
- Si vous avez un chien, gardez-le près de vous, ou mieux, laissez-le se reposer au chaud !
- Réalisez votre sortie entre 8h et 17h pour éviter la période où les animaux se nourrissent ;

## Source



Parc national des Ecrins

<https://www.ecrins-parcnational.fr>