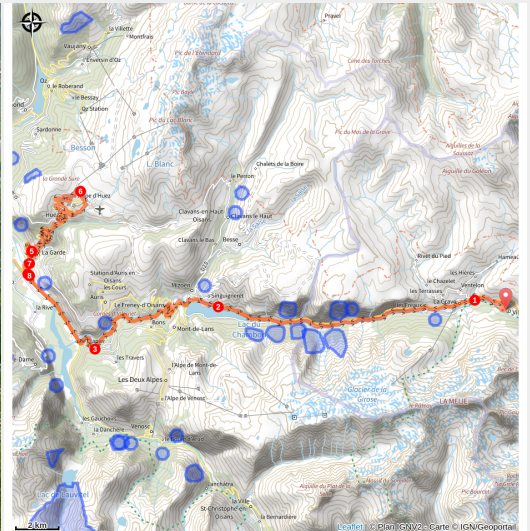


# De Villar d'Arène à l'Alpe d'Huez

Hautes-Alpes



Vélo de Villar d'Arène à Alpe d'Huez (©J. Selberg)

Partez sur les traces du Tour de France ! Ce circuit vous propose d'affronter la mythique ascension de l'Alpe d'Huez avec ses 21 lacets, ses 13.8 km de montée à 7.9%.

## Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 6 h 30

Longueur : 89.8 km

Dénivelé positif : 5513 m

Difficulté : Rouge (difficile)

Type : Boucle

Thèmes : Col, Point de vue

# Itinéraire

**Départ** : Villar-d'Arène

**Arrivée** : Villar-d'Arène

**Communes** : 1. Villar-d'Arène

2. La Grave

3. Mizoën

4. Les Deux Alpes

5. Le Freney-d'Oisans

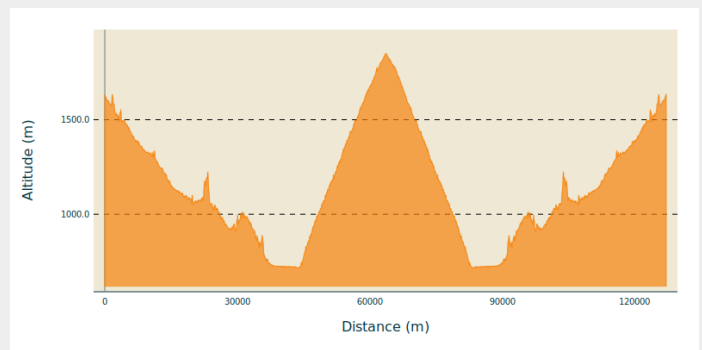
6. Auris

7. Le Bourg-d'Oisans

8. La Garde

9. Huez

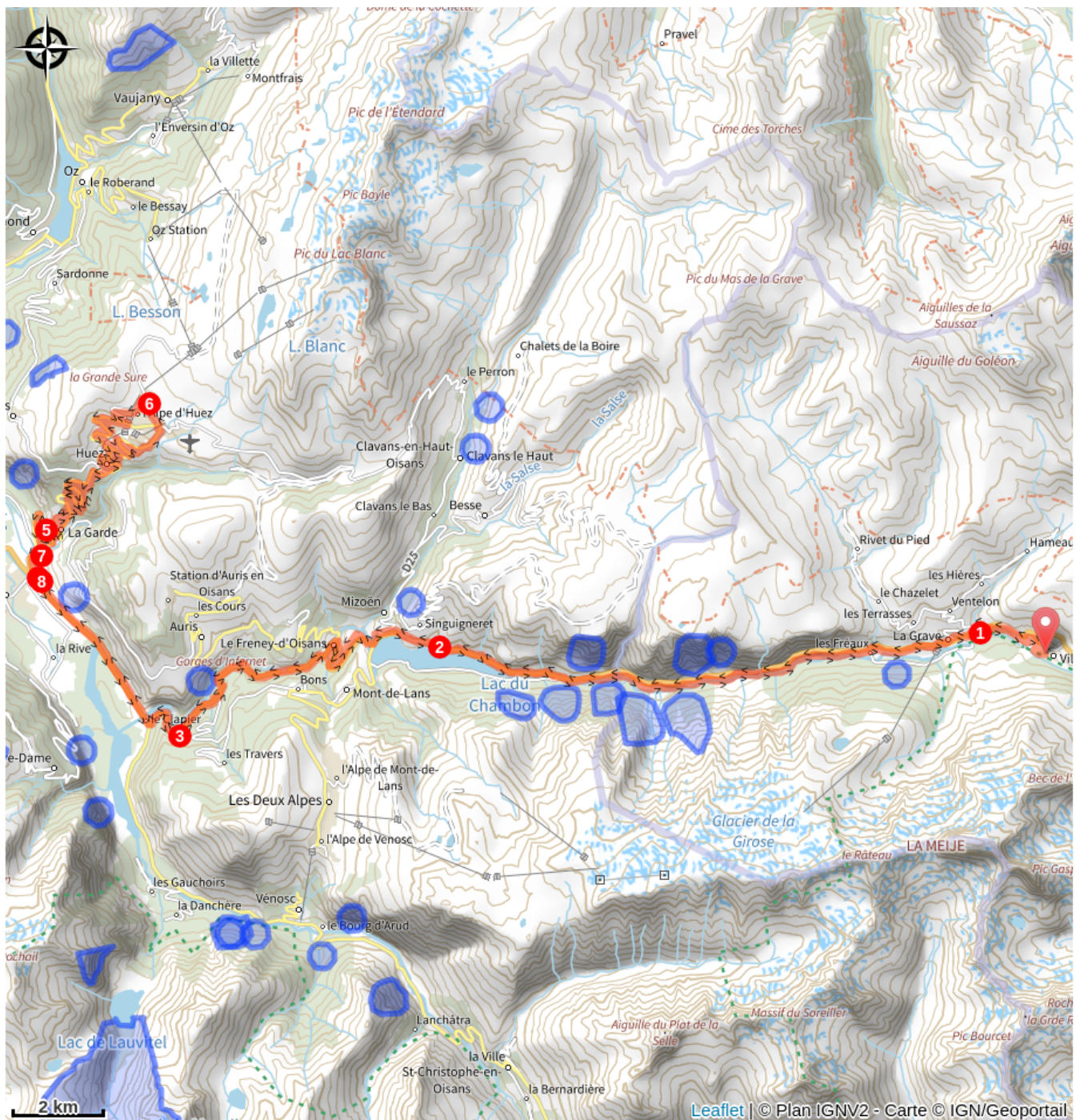
## Profil altimétrique



Altitude min 717 m Altitude max 1850 m

1. Du parking, rejoindre la route départementale et prendre la direction de Grenoble. Attention, à environ 1 km, à la suite de deux épingles à cheveux, traversée du tunnel des Ardoisières, suivi de la traversée du tunnel du Serre du Coin, 1 km plus loin. Les tunnels sont peu éclairés, penser à se rendre visible des autres véhicules.
2. A la sortie du tunnel du Serre du Coin, continuer tout droit et traverser le village de La Grave, en direction de Grenoble pendant 15 km environ. Pendant ces 15 km, attention à la traversée des tunnels du Grand Clos et du Chambon. Les tunnels sont peu éclairés, penser à se rendre visible des autres véhicules.
3. Passer le barrage du Chambon et continuer sur la RD 1091 jusqu'à Bourg d'Oisans pendant 13km. Sur la descente, faire attention à la traversée des tunnels de l'Infernet et des Commères.
4. Après une grande ligne droite, se trouve un rond-point marquant l'entrée de Bourg d'Oisans. Prendre la première sortie à droite en direction de l'Alpe d'Huez.
5. Après 1km de plat, attaquer l'ascension. Attention, gérer bien l'effort pendant les premiers kilomètres : certains passages sont à 12%.
6. Arrivé à l'Alpe d'Huez, prendre la direction de l'Office de Tourisme, puis suivre les indications « Itinéraire du Tour de France » jusqu'à l'arrivée officielle en haut de l'avenue du Rif Nel.
7. Une fois arrivé, redescendre par l'autre versant de l'Alpe d'Huez jusqu'à récupérer la route empruntée à l'aller. Continuer la descente de l'Alpe d'Huez jusqu'à Bourg d'Oisans.
8. Arrivé au rond-point de Bourg d'Oisans, prendre la 3e sortie à gauche et remonter la vallée de la Romanche sur la R 1091 jusqu'au retour à Villar d'Arène (30 km environ).

# Sur votre route...



# Toutes les informations pratiques

## Comment venir ?

Parking conseillé

Parking sous l'église

# Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

## Gypaète barbu

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

Contact : Parc National des Ecrins - Yoann Bunz- 06 99 77 37 65 yoann.bunz@ecrins-parcnational.fr

### Maison Blanche

Le Gypaète barbu est une espèce très sensible au dérangement tout au long du cycle de reproduction. Dans les Alpes, la population est en installation suite aux réintroductions débutées en 1987. Le nombre de couples présent est encore faible.

Les Zones de Sensibilité Majeure (ZSM) Gypaète barbu sont désignées avec les acteurs locaux.

Vous visualisez les Zones cœur, toutes les activités sont à proscrire pendant la période sensible (du 1/11 au 31/08).

Attention aux réglementations (Parcs nationaux, Réserves naturelles...) qui s'imposent aux zones Gypaètes.

## Gypaète barbu

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

Contact : Parc National des Ecrins - Yoann Bunz- 06 99 77 37 65 yoann.bunz@ecrins-parcnational.fr

### L'Alpet

Le Gypaète barbu est une espèce très sensible au dérangement tout au long du cycle de reproduction. Dans les Alpes, la population est en installation suite aux réintroductions débutées en 1987. Le nombre de couples présent est encore faible.

Les Zones de Sensibilité Majeure (ZSM) Gypaète barbu sont désignées avec les acteurs locaux.

Vous visualisez les Zones cœur, toutes les activités sont à proscrire pendant la période sensible (du 1/11 au 31/08).

Attention aux réglementations (Parcs nationaux, Réserves naturelles...) qui s'imposent aux zones Gypaètes.

## **Gypaète barbu**

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

Contact : Parc National des Ecrins - Yoann Bunz- 06 99 77 37 65 yoann.bunz@ecrins-parcnational.fr

Rif de Mantel

Le Gypaète barbu est une espèce très sensible au dérangement tout au long du cycle de reproduction. Dans les Alpes, la population est en installation suite aux réintroductions débutées en 1987. Le nombre de couples présent est encore faible.

Les Zones de Sensibilité Majeure (ZSM) Gypaète barbu sont désignées avec les acteurs locaux.

Vous visualisez les Zones cœur, toutes les activités sont à proscrire pendant la période sensible (du 1/11 au 31/08).

Attention aux réglementations (Parcs nationaux, Réserves naturelles...) qui s'imposent aux zones Gypaètes.

## **Gypaète barbu**

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

Contact : Parc National des Ecrins - Yoann Bunz- 06 99 77 37 65 yoann.bunz@ecrins-parcnational.fr

Sarduc 1

Le Gypaète barbu est une espèce très sensible au dérangement tout au long du cycle de reproduction. Dans les Alpes, la population est en installation suite aux réintroductions débutées en 1987. Le nombre de couples présent est encore faible.

Les Zones de Sensibilité Majeure (ZSM) Gypaète barbu sont désignées avec les acteurs locaux.

Vous visualisez les Zones cœur, toutes les activités sont à proscrire pendant la période sensible (du 1/11 au 31/08).

Attention aux réglementations (Parcs nationaux, Réserves naturelles...) qui s'imposent aux zones Gypaètes.

## **Gypaète barbu**

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

Contact : Parc National des Ecrins - Yoann Bunz- 06 99 77 37 65 yoann.bunz@ecrins-parcnational.fr

## Balmet

Le Gypaète barbu est une espèce très sensible au dérangement tout au long du cycle de reproduction. Dans les Alpes, la population est en installation suite aux réintroductions débutées en 1987. Le nombre de couples présent est encore faible.

Les Zones de Sensibilité Majeure (ZSM) Gypaète barbu sont désignées avec les acteurs locaux.

Vous visualisez les Zones cœur, toutes les activités sont à proscrire pendant la période sensible (du 1/11 au 31/08).

Attention aux réglementations (Parcs nationaux, Réserves naturelles...) qui s'imposent aux zones Gypaètes.

## **Aigle royal**

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août

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.

## **Circaète Jean-le-Blanc**

Période de sensibilité : Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre

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 la survolez soit 1550m d'altitude !

## **Circaète Jean-le-Blanc**

Période de sensibilité : Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre

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 2160m d'altitude !

### **Gypaète barbu**

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

### **Aigle royal**

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août

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 1470m.

### **Source**



Apidae

<http://www.apidae-tourisme.com>



**HAUTES  
VALLEES**  
LA GRASSE / LES ÉCRINS / L'ÉVÈQUE

Office de Tourisme des Hautes Vallées

<https://www.hautesvallees.com>