

ÉTÉ 2023

Vélo de
Gravel



5 itinéraires
coup de cœur

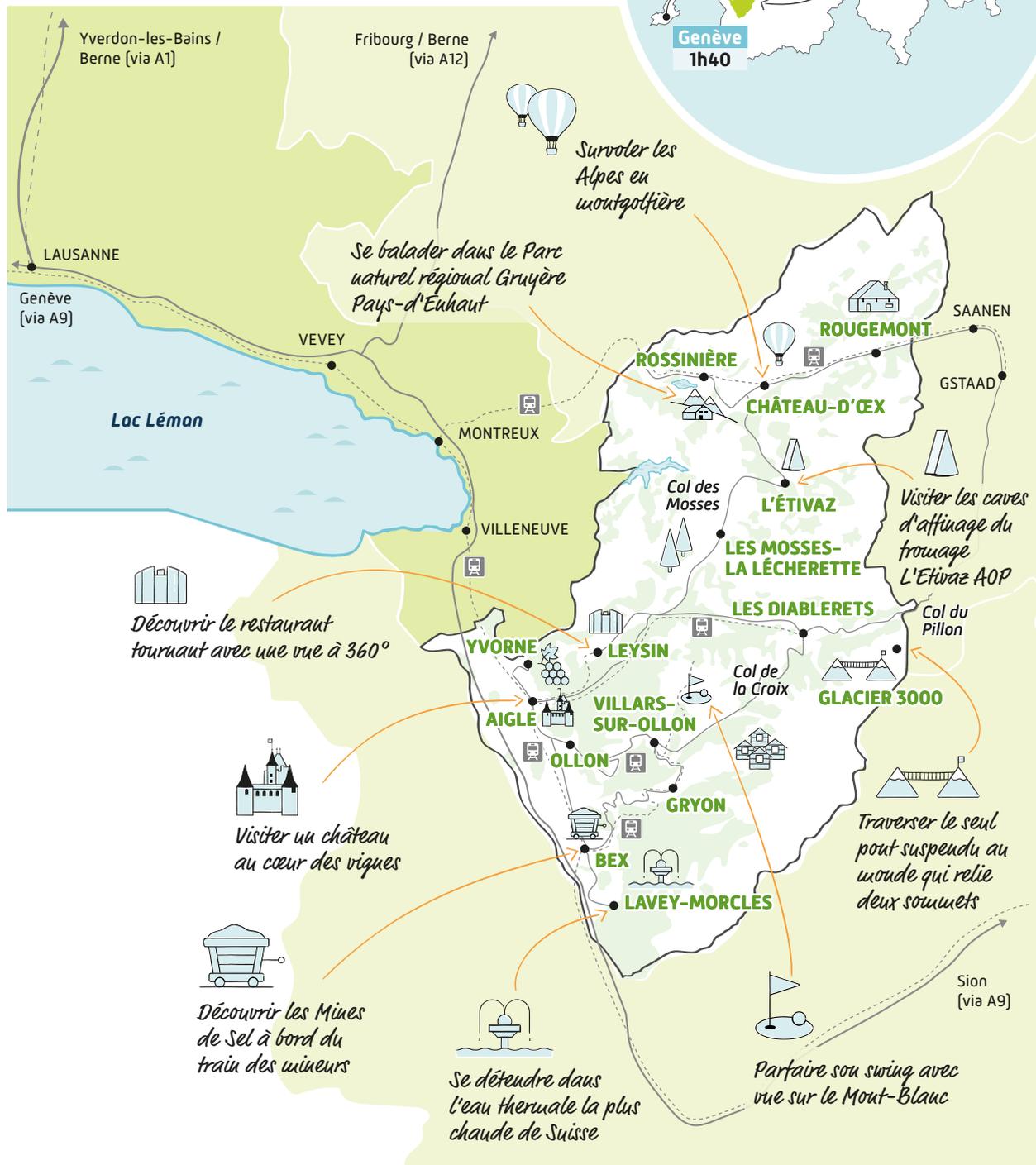
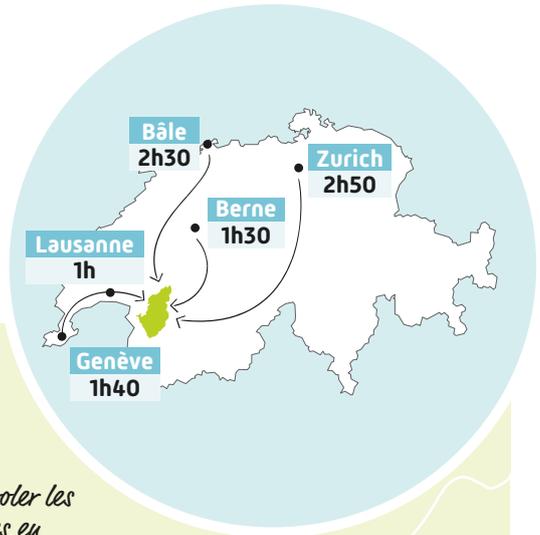
ALPESVAUDOISES.CH

Photo: Alain Rumpf



ALPES
VAUDOISES

Bienvenue dans les Alpes vaudoises.



Alpes Vaudoises.

Si proches de vous.

+++++

À proximité du lac Léman, à seulement 1h de Lausanne, 2h de Genève et facilement accessibles en transports publics, les Alpes vaudoises représentent une destination unique au cœur des Alpes suisses.

Le temps d'une journée, d'un week-end ou d'un séjour prolongé, prenez le temps de venir découvrir au fil des saisons des paysages variés, entre vignes, sommets et glacier.

Que vous ayez soif d'aventure ou que vous vous sentiez d'humeur plus contemplative, les Alpes vaudoises regorgent d'activités qui sauront répondre à vos envies!



SPORT

Vélo, randonnée, via ferrata, activités d'eau vive : pour vous dépenser selon vos besoins.



NATURE

Panoramas à couper le souffle, réserves et parcs naturels, faune et flore préservées : pour en prendre plein les yeux.



PATRIMOINE

Villages et hameaux, châteaux, savoir-faire ancestral, vignobles : pour découvrir les trésors de la région.



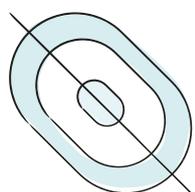
GASTRONOMIE

Restaurants d'altitude, mets traditionnels, produits du terroir : pour éveiller ses papilles.



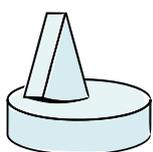
CULTURE

Land art, expositions, concerts, ateliers : pour faire rimer nature et culture.



1
siège

de l'UCI (Union Cycliste Internationale) au Centre Mondial du Cyclisme (CMC) à Aigle



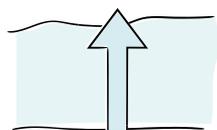
35'000
meules

de l'Etivaz AOP à observer dans les caves d'affinage



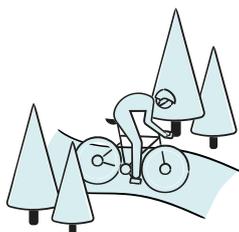
plus de **50**
vignerons

dans le Chablais vaudois



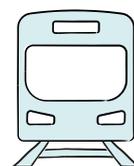
450
mètres

Hauteur de la paroi du Miroir de l'Argentine



Plus de
275 km

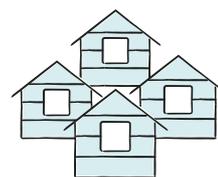
de routes et chemins adaptés à la pratique du gravel



5

lignes de train

pour rejoindre plus facilement le départ des boucles



1

hameau classé

monument historique.
Taveyanne, niché au cœur d'une réserve naturelle



Les itinéraires coup de cœur.

Salut les cyclistes!

Guide et photographe basé dans les Alpes vaudoises, je redécouvre la région grâce au vélo. Voici 5 boucles que j'ai créées spécialement pour vous: elles vous emmèneront sur des routes d'alpage idylliques, des chemins et quelques singles faciles. Le tout dans le calme et la beauté de nos paysages alpins.

À bientôt dans les Alpes vaudoises!

Alain

Photo: Alain Rumpf

1

Le col de la Croix version gravel

La version gravel du célèbre col de la Croix en passant par la région de Villars, les Diablerets et Gryon.

2

Autour de la vallée des Ormonts

De Leysin à Aigle, des vues à couper le souffle sur les sommets des Alpes vaudoises.

3

Le tour du Chablais

Une boucle dans la plaine avec quelques surprises dans les vignes du Chablais!

4

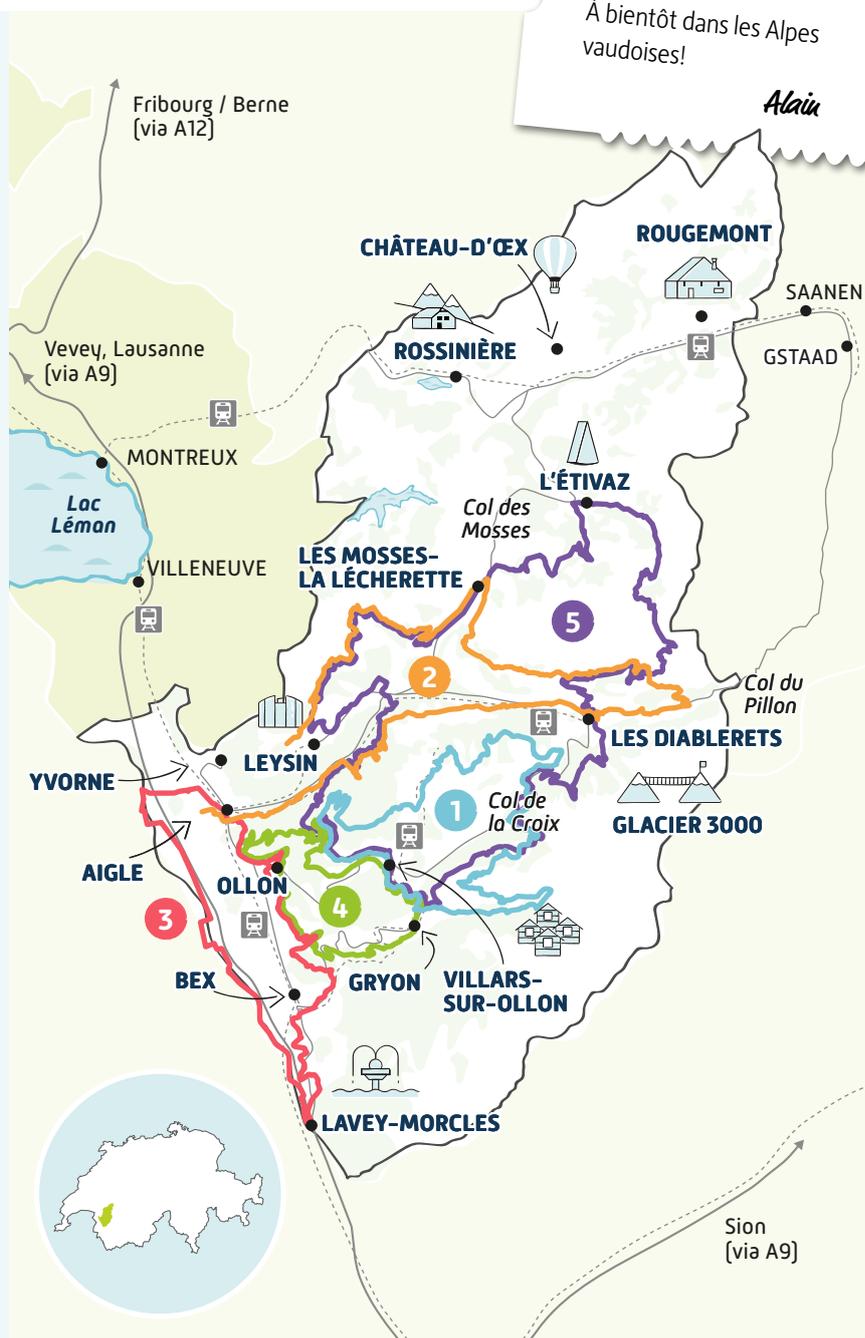
Entre plaine et montagne

Pour faire du dénivelé lorsque les sommets sont inaccessibles.

5

Le grand tour

Pour les aventuriers, un tour XXL avec des passages techniques et de belles ascensions.



1

Le col de la Croix version gravel.

Photo: Alain Rumpf

« La version gravel du célèbre col de la Croix en passant par la région de Villars, les Diablerets et Gryon »



i

Feuille de route

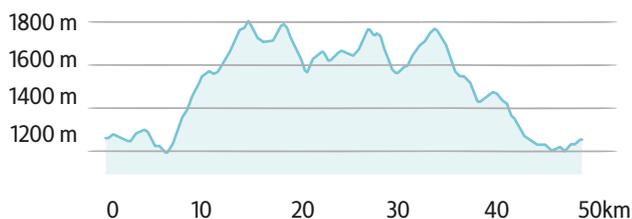
- **Distance:** 49 km
- **Durée:** 3-4 heures
- **Dénivelé:** 1370 m
- **Lieu de départ:** Villars
- **Type de parcours:** boucle

Condition physique



++++

Profil



Plus d'infos sur
[komoot.com](https://www.komoot.com)



Télécharger le fichier
GPX sur un GPS ou
application dédiée

VÉLO DE GRAVEL



Les conseils d'Alain

Eu train

Pour vous épargner la première longue montée, prenez le train jusqu'à Bretaye.

Faites une pause (ou deux)

De nombreuses buvettes et restaurants vous accueillent sur cette boucle. À Taveyanne, laissez-vous tenter par les fameux cornets à la crème.

Technique

Peu après le col de la Croix, un court single vous attend au km 28. Si ce n'est pas votre truc, restez sur la route et prenez la prochaine à gauche pour rejoindre la trace un peu plus loin.

2

Autour de la vallée des Ormonts.

Photo: Alain Rumpf

« De Leysin à
Aigle, des vues à
couper le souffle
sur les sommets des
Alpes vaudoises »



i

Feuille de route

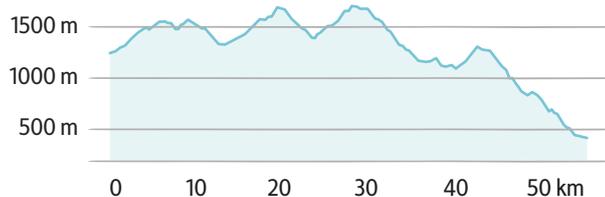
- **Distance:** 56 km
- **Durée:** 3h30 - 5h
- **Dénivelé:** 1390+/2220-
- **Lieu de départ:** Aigle
- **Type de parcours:** boucle (avec transports publics)

Condition physique



++++

Profil



Plus d'infos sur
[komoot.com](https://www.komoot.com)



Télécharger le fichier
GPX sur un GPS ou
application dédiée

VÉLO DE GRAVEL



Les conseils d'Alain

Vive le train

Pour rejoindre Leysin, vous empruntez la ligne Aigle-Leysin opérée par les Transports Publics du Chablais.

Technique

Pour éviter le premier secteur technique, ne montez pas à gauche au km 4 et restez sur le chemin de Solepraz. Vous rejoignez la route de la Pierre du Moëllé et retrouvez la trace au km 8.

Lac Retaud

Peu après la moitié de l'itinéraire, le lac Retaud est l'endroit idéal pour faire une pause bucolique au bord de l'eau ou à la terrasse du restaurant.

3

Le tour du Chablais.

Photo: Alain Rumpf

« Une boucle dans la plaine avec quelques surprises dans les vignes du Chablais »



i

Feuille de route

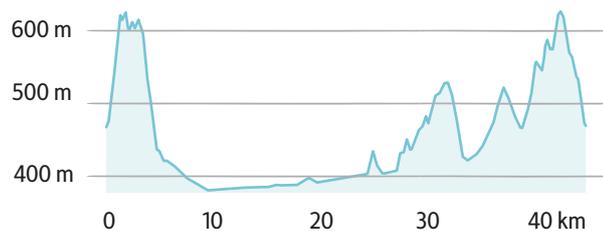
- Distance: 44 km
- Durée: 2-3 heures
- Dénivelé: 630 m
- Lieu de départ: Ollon
- Type de parcours: boucle

Condition physique



++++

Profil



Plus d'infos sur [komoot.com](https://www.komoot.com)



Télécharger le fichier GPX sur un GPS ou application dédiée

VÉLO DE GRAVEL



Les conseils d'Alain

Ou dirait le sud

Le sentier de Provence ne ment pas: la végétation rappelle le sud. Et si vous devez marcher sur quelques secteurs, vous en profiterez plus longtemps!

Pause au Centre Mondial du Cyclisme

Profitez de la terrasse au bord du Rhône et allez admirer le magnifique vélodrome en bois à l'intérieur du bâtiment.

Blocs erratiques

Dans la forêt des Dévens (km 37) se trouvent plusieurs énormes blocs de calcaires charriés par les glaciers. Un panneau d'information révèle le cheminement de ces rochers et la réflexion des scientifiques de l'époque sur le mystère de ces déplacements.

4

Entre plaine et montagne.

« Pour faire du dénivelé lorsque les sommets sont inaccessibles »



i

Feuille de route

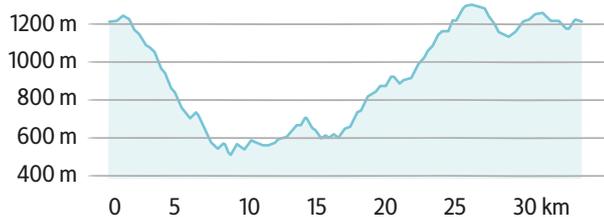
- **Distance:** 32 km
- **Durée:** 2-3 heures
- **Dénivelé:** 1150 m
- **Lieu de départ:** Barboleuse
- **Type de parcours:** boucle

Condition physique



++++

Profil



Plus d'infos sur [komoot.com](https://www.komoot.com)



Télécharger le fichier GPX sur un GPS ou application dédiée

VÉLO DE GRAVEL



Les conseils d'Alain

Histoire

En traversant Gryon (km 1), admirez ce village authentique avec son église et ses chalets historiques vieux de plus de 300 ans.

Top Chrono

La montée entre Verschiez et Panex fait partie du Challenge Strava des Alpes Vaudoises. Entre le 1^{er} juillet et le 30 septembre, enregistrez votre temps et participez à ce défi amical. [Cliquez ici](#) pour toutes les infos.

Pour les gourmands

Plusieurs boulangeries vous accueillent sur cet itinéraire, à Ollon, Villars et Barboleuse. Notre coup de cœur : les pâtisseries de chez Charlet à Barboleuse. Ça tombe bien, c'est le départ et l'arrivée de la boucle!

5

Le grand tour.

« Pour les aventuriers, un tour XXL avec des passages techniques et de belles ascensions »

Plus d'infos sur [komoot.com](https://www.komoot.com)



Télécharger le fichier GPX sur un GPS ou application dédiée



i

Feuille de route

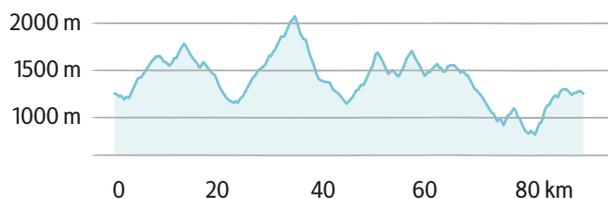
- **Distance:** 92 km
- **Durée:** 6-8 heures
- **Dénivelé:** 3340 m
- **Lieu de départ:** Villars
- **Type de parcours:** boucle

Condition physique



++++

Profil



VÉLO DE GRAVEL



Les conseils d'Alain

En marche

Après le sommet du col d'Isenau, il faut marcher à la descente sur 2km avant de retrouver une route praticable à vélo. Votre récompense : une vue magnifique sur les sommets environnants.

Matériel

Plusieurs montées sont raides, prévoyez de petits développements. Vous serez également plus à l'aise avec des pneus de 40-45mm.

Say cheese

Un arrêt à L'Étivaz (km 45) s'impose. Parce que vous êtes à mi-chemin, mais aussi pour déguster le fromage éponyme à la Maison de L'Étivaz.



- L'AVIS D'UN PRO -

5 conseils

pour une sortie à vélo de gravel en toute sécurité

+ + + + +

Alain vous donne quelques conseils pour partir en sortie vélo l'esprit léger:

1

Étudiez le parcours et assurez-vous que vous êtes suffisamment entraîné. En montagne, le dénivelé compte plus que les kilomètres.

2

Une montée sur du gravel est plus difficile que sur du goudron: montez des développements adéquats, comme sur un VTT.

3

La largeur des pneus est capitale pour être à l'aise dès qu'on quitte les routes asphaltées. Minimum: 35mm, mais 40 ou 45mm c'est encore mieux.

6

Soyez prudents dans les descentes, contrôlez votre vitesse et gardez toujours votre droite.

5

Emportez suffisamment à boire et à manger. Vous trouverez de nombreuses fontaines d'eau potable sur la route pour remplir vos bidons.

4

En montagne, la météo peut changer rapidement et vous pouvez avoir froid dans les descentes. Portez des habits adaptés et prenez avec vous au moins un coupe-vent, même si le temps est au beau fixe.

Testez vos connaissances

1

Quel col des Alpes vaudoises peut être gravi par son ancienne route en vélo de gravel?

- a. Col de la Croix b. Col des Mosses c. Col du Pillon

+++++

2

Dans quelle ville est situé le Centre Mondial du Cyclisme (CMC) ?

- a. Aigle b. Lausanne c. Martigny

+++++

3

En quelle année l'UCI a-t-elle organisé le premier championnat du monde de gravel?

- a. 1953 b. 2022 c. 2017

+++++

4

Comment s'appelle le vignoble situé au pied des Alpes vaudoises?

- a. Lavaux b. Chablais c. Chianti

+++++

5

Quel fromage AOP est produit dans les Alpes vaudoises?

- a. Emmental b. Camembert c. Etivaz

Réponses: 1.a 2.a 3.b 4.b 5.c

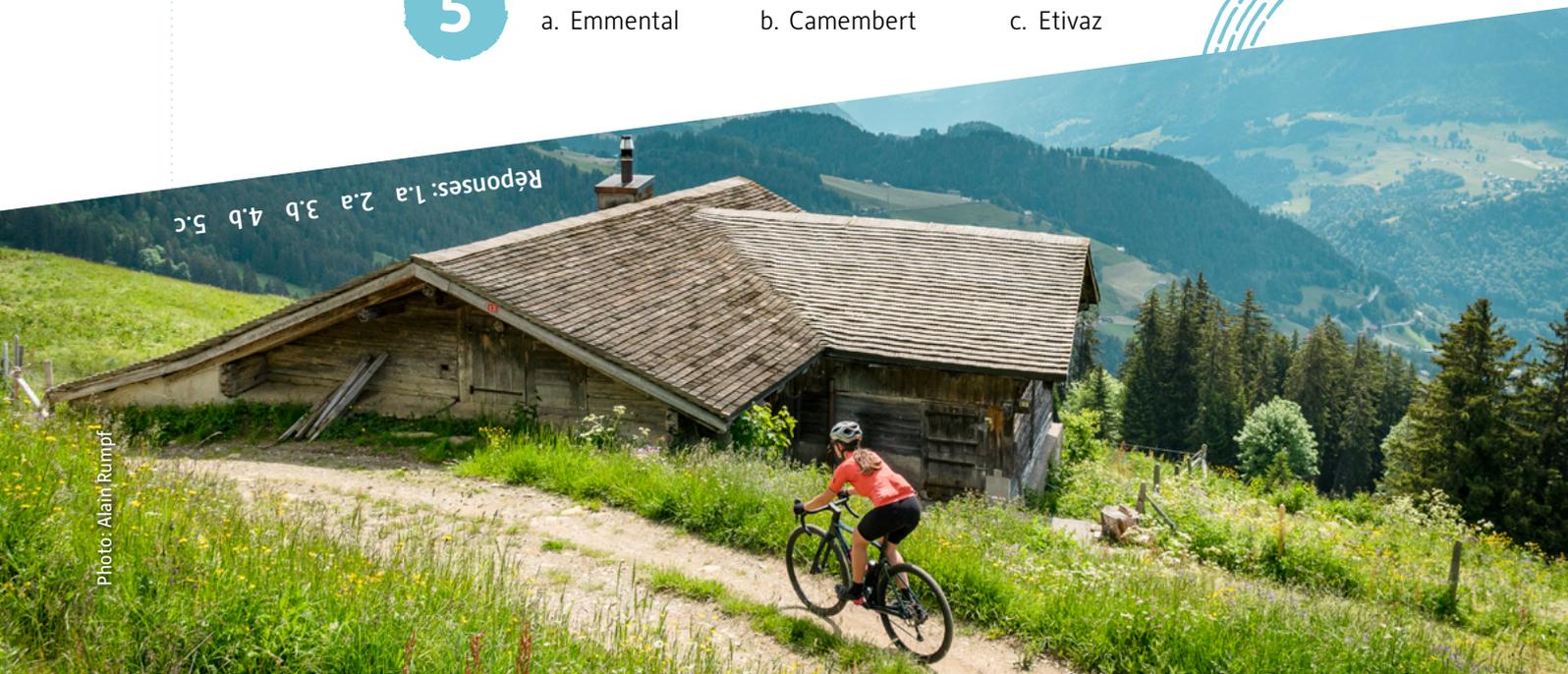




Photo: Alain Rumpf



ALPES
VAUDOISES

*Partagez vos plus belles photos
#alpesvaudoises*



www.alpesvaudoises.ch

Design: oceanehaenni.ch