

L'Isère *en pentes douces*

C'est un département taillé pour le vélo. Dans l'imaginaire de chacun, on le croit réservé aux seuls grimpeurs. Pourtant chacun peut y trouver sa place sans jouer forcément du braquet et en faisant le choix de sortir un peu des grands classiques connus.



Un théâtre de variété

En laissant pour un temps les sommets de l'ouest, en ne s'éloignant pas trop de sa métropole Grenoble, en variant son menu à loisir du plus plat au vallonné, partez à la découverte d'une Isère souvent trop délaissée.

Si le col du Sabot avec ses 2 100 m est son plus haut col routier, si les vingt et un lacets de l'Alpe d'Huez sont connus dans le monde entier, ce département qui culmine à plus de 4 000 m au pic Lory dans les Écrins s'abaisse à 150 m dans la vallée du Rhône. Du couloir rhodanien

jusqu'au plateau d'Emparis, l'Isère présente une grande variété de reliefs et de milieux qui offrent un magnifique terrain de jeu aux cyclotouristes, du touriste curieux avide de découvertes au grimpeur amateur de cols et de montagne. Trois territoires composent le décor naturel :

- au nord-ouest, les plaines et les collines ;
- au sud-est, les quatre massifs montagneux aux paysages et aux reliefs totalement différents que sont la Chartreuse, le Vercors, la Belledonne et l'Oisans ;
- entre les deux, la vallée de l'Isère qui abrite l'agglomération grenobloise.

Nous y pédalons dans un environnement privilégié, au milieu de 250 000 ha de forêts, de plus de cent lacs dont trois sont à signaler pour leur superficie et leur attrait touristique : Paladru, Laffrey et Monteynard-Avignonet. Trois parcs naturels, les Écrins, la

Chartreuse, Le Vercors, ainsi qu'un réseau d'espaces naturels sensibles veillent à la protection des richesses du territoire. Quant au climat de type continental, froid en hiver, chaud en été, il offre 1 989 heures de soleil par an à son chef-lieu.

L'Isère, théâtre de variété, a son Olympia et ses Zéniths où la foule se presse, mais aussi ses cabarets et ses salles discrètes où le spectacle ne manque pas d'intérêt. En collaboration avec le CoDep 38 et ses clubs, le conseil général travaille à l'aménagement de 18 itinéraires entièrement balisés et sécurisés. À vous de varier les plaisirs, les difficultés et les territoires au travers de ces trois parcours et de deux variantes comme on picore un dessert délicieux.

Textes et photos de Georges Golse (sauf mention spéciale)

► Trois questions à...

Yann d'Ascoli, relation presse à l'agence touristique Isère Tourisme... et licencié FFCT.

Isère Tourisme communique dans le milieu cyclotouristique. Quels objectifs poursuivez-vous ?

Nous avons une vraie volonté de montrer que le département de l'Isère est un territoire qui se prête à la pratique du cyclotourisme avec une grande diversité géographique, culturelle, et une richesse gastronomique que ne néglige pas le cyclo. La force de l'Isère est sa diversité.

Quelles relations avez-vous avec les clubs FFCT ?

Il existe une volonté du conseil général de développer le cyclotourisme en collaboration avec les clubs : les documents

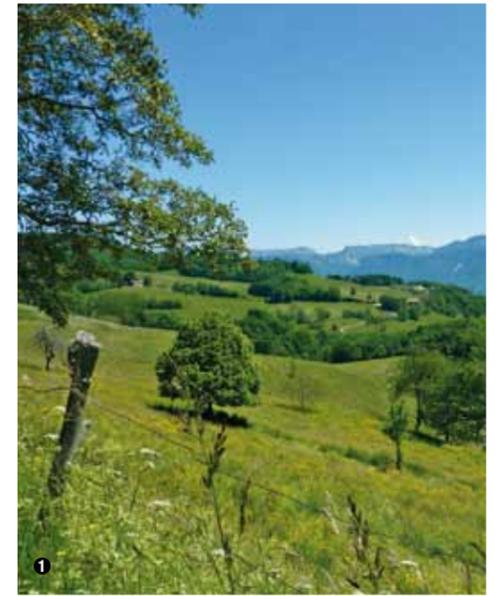
et les parcours proposés sont préparés avec les pratiquants. L'Isère, c'est plus de 3 000 licenciés, une dizaine d'écoles de cyclotourisme, 70 clubs qui sont nos ambassadeurs.

Concrètement, que proposez-vous ?

Nous proposons dix-huit boucles, soit 750 km environ dont le balisage est en cours. Ces circuits permettent de pratiquer dans la plus grande sécurité, en favorisant la découverte et le plaisir. De plus, nombreux sont les hébergeurs du département qui ont fait un effort particulier pour offrir aux cyclos un accueil adapté à leurs besoins et leurs attentes.



Les départs des itinéraires et variantes



- 1 Dans la montée du col des Mille Martyrs.
- 2 On recherche l'ombre dans la côte de Berland.
- 3 Le champêtre col de l'Arzelier.
- 4 Les maisons de pierre et leurs toits de lauzes à Annoisin-Chatelans.



Des paysages bucoliques.

Itinéraire 1

Saint-Laurent-du-Pont ▶ Miribel-les-Échelles ▶ Saint-Roch ▶ Saint-Étienne-de-Crossey ▶ Saint-Sixte
 ▶ col des Mille Martyrs ▶ Miribel-les-Échelles ▶ Les Échelles ▶ Saint-Pierre-d'Entremont ▶ col du Cucheron
 ▶ Saint-Pierre-de-Chartreuse ▶ Saint-Laurent-du-Pont

75 km et 1 720 m de dénivelé

Un cocktail de Chartreuse

Commencer par le col des Mille Martyrs, est-ce bien raisonnable ? Oui assurément lorsqu'on découvre ce qui attend le cyclotouriste avide de contemplation. Quant à la suite, du pur bonheur !

Le programme proposé va nous faire pénétrer dans le massif de la Chartreuse : deux boucles autour de Miribel-les-Échelles.

La route en bordure de la forêt du Rocharey ne va pas tarder à nous offrir sa première surprise, un site très spectaculaire : le tourniquet et le pont de Pierre-Chave. Pour s'enfoncer dans la gorge, la route dessine un tourniquet ; un pont, construit sous Napoléon III, la supporte puis surplombe la chaussée.

Peu avant Saint-Étienne-de-Crossey, mon guide propose de prendre une petite route qui va nous permettre de rejoindre rapidement le hameau de Saint-Sixte, sur la route du col des Mille Martyrs, première vraie difficulté du jour. Face à l'absence de panneaux, nous devons faire confiance à la carte et à la coiffeuse qui tient salon non loin du carrefour. Comme elle est très charitable, elle ajoute une deuxième information : « Ça monte dur ! » Je confirme ! Le « poisson » n'est guère frétilant à l'arrivée au Grand Vivier... Un arrêt photo me permet de garder un certain standing et de profiter du panorama. Bon ! Le plus dur est fait, mais on ne monte pas gratuitement à 884 m selon Michelin

ou 874 m selon le Chauvot. Toutefois, on grimpe doucement tout en profitant du coup d'œil sur les montagnes, les collines et les plaines.

Il fallait bien une croix pour marquer le col et honorer la mémoire ou la légende des mille martyrs. Qui seraient-ils ? 10 000 soldats – et non 1 000 – martyrisés par l'armée romaine sur le mont Ararat en Arménie, en juin de l'année 120, et dont les reliques auraient été ramenées dans un monastère de la région.

Prenez le temps dans la descente, le paysage qui s'offre à vous est reposant avec la Chartreuse en toile de fond.

Un site vertigineux

La deuxième boucle du parcours nous y conduit après un nouveau passage à Miribel-les-Échelles. La côte de Berland est un hors-d'œuvre que je n'apprécie guère sous la chaleur de ce début d'après-midi. La route ne tarde pas à s'engager dans les gorges du Guiers Vif et c'est en encorbellement qu'elle franchit le pas du Frou, dominant un précipice de 150 m. Le site est vertigineux et terriblement impressionnant ! La vue de la route depuis le bas ne devrait être guère rassurante

mais d'importants travaux ont été conduits pour sécuriser les lieux.

Le tunnel qui suit n'est pas très long et la suite est un régal pour les yeux jusqu'à Saint-Pierre-d'Entremont. L'autre Saint-Pierre, celui de Chartreuse, le site BPF/BCN, n'est pas loin mais au-delà du col du Cucheron et ses 1 139 m. Pas d'affolement, il n'est long que de 8,5 km à 5,9 % de moyenne. L'effort est soutenu malgré une petite descente vers Saint-Philibert. Un peu comme dans une arène, tu évolues tantôt au grand soleil, tantôt à l'ombre, avec une belle régularité. Et les picadors sont là ! Chaque arrêt photo est l'occasion de subir leurs assauts. Un final un peu plus raide et c'est la descente sur Saint-Pierre-de-Chartreuse puis le retour par les gorges du Guiers Mort. La difficulté pour la route de se faufiler dans ce défilé étroit a entraîné la construction de nombreux ouvrages d'art, tunnels et ponts qui nécessitent un entretien régulier. Quand vous lirez ces lignes, les travaux seront achevés... Aujourd'hui, j'ai dégusté sans modération un cocktail de Chartreuse verte, sans glaçon, ni eau gazeuse. Allez-y en automne, les fayards et autres arbres du Cucheron vous raviront. ■



1



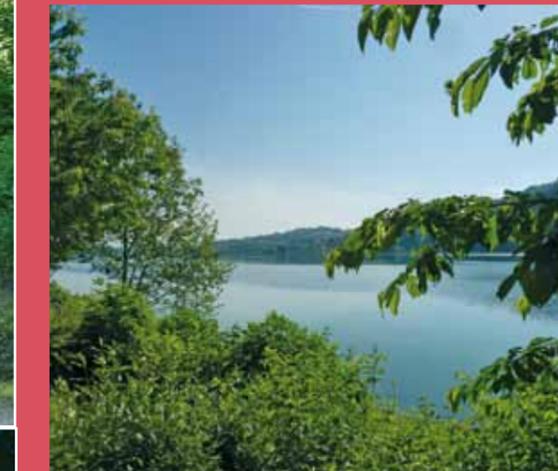
2



3



4



5

VARIANTE 1

LE LAC DE PALADRU
Une coulée verte

À une trentaine de kilomètres au nord-ouest de Grenoble, se niche le lac de Paladru. Possibilité depuis Charavines d'en faire le tour sur un parcours de 15 km en l'agrandissant pourquoi pas par Le Pin, Valencogne et Saint-Pierre-de-Paladru afin d'approcher de la trentaine de kilomètres. Dans son cadre très verdoyant, le lac offre une toile de fond bucolique. En longeant ses berges, profitez d'une halte au Bois d'Amour, une aire de détente, un site calme et tranquille d'où l'on contemple les eaux du lac et la vue panoramique.

À noter

Le lac de Paladru large de 1 km et long de 6 km est le cinquième plus grand lac naturel de France, il est également un haut lieu d'archéologie subaquatique. Les cinéphiles auront en mémoire le film d'Alain Resnais, *On connaît la chanson* : les chevaliers paysans qui peuplaient ces lieux vers l'an 1000 faisaient l'objet de la thèse évoquée dans le film.

- 1 Dans l'ascension du col du Cucheron.
- 2 Le tourniquet et le pont de Pierre-Chave.
- 3 La croix du Perron, au pied du col des Mille Martyrs.
- 4 Le défilé du pas du Frou.
- 5 En plein cœur de la Chartreuse.

Un site très spectaculaire : le tourniquet et le pont de Pierre-Chave.



Les étangs très nombreux autour des monts d'Annoisin.

Itinéraire 2

Crémieu ▶ Siccieu-Saint-Julien-et-Carisieu ▶ Soleymieu ▶ Courtenay ▶ Optevoz ▶ Annoisin-Chatelans ▶ parc archéologique de Larina ▶ Hières-sur-Amby ▶ Vernas ▶ Crémieu

51 km et un dénivelé quasi nul

De pierre *et d'eau*

Aujourd'hui, changement de paysages et changement de climat pour la découverte du nord-Isère au départ de Crémieu.

En ce dimanche, Frédérique et Patrick, mes nouveaux accompagnateurs, m'attendent donc au départ de Crémieu (BPF, BCN) : « *Vent de Lyon, vent pas bon !* » nous a averti l'hôtesse du syndicat d'initiative. Donc, il pleut pendant la visite de la cité médiévale qui, toutefois, garde tout son charme. Il pleut sur les étangs peuplés d'oiseaux que n'effraient pas les nombreux pêcheurs que n'effraie pas la pluie. Nous sommes un peu plus frileux mais nous partons néanmoins par une route étroite bordée de hauts murs de pierres.

Sensation très bizarre. L'intérêt de cette boucle est là dans ces étangs, ces villages à l'architecture traditionnelle locale : la pierre calcaire, les lauzes sont très présentes. Ainsi, à Annoisin-Chatelans plusieurs maisons et fermes construites entre le XVI^e et le XVIII^e siècles offrent des exemples du savoir-faire des tailleurs de pierres locaux. Nous nous offrons un aller et retour vers le site de Larina par une route très étroite bordée de buis parfaitement taillés. La pluie qui redouble ne nous incite guère à explorer un peu plus ce site archéolo-

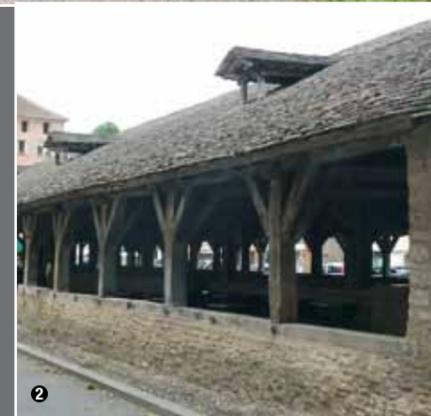
gique. Retour à Chatelans et plongée dans les gorges d'Amby à travers lesquelles la route serpente jusqu'à Hières-sur-Amby, à proximité du Rhône. Les galets et le pisé ont remplacé la pierre, le contraste est frappant. Jusqu'à Leyrieu, l'itinéraire emprunte maintenant un futur tronçon de la véloroute ViaRhôna qui, du lac Léman à la mer, longera le fleuve sur 700 km. Pour aujourd'hui, nous nous contenterons de voir couler abondamment les fontaines, très nombreuses dans les hameaux que nous traversons. Rapatriement rapide sur Crémieu... ■



© Sylvie Chappaz 1

Le saviez-vous ? LE SITE DE LARINA

Territoire d'exception préservé pour son intérêt écologique, bordé de falaises et dominant la plaine du Rhône, le plateau de Larina occupe un éperon rocheux situé à l'extrémité ouest de l'Isle-Crémieu. D'une superficie de 90 ha, ce site abrite de nombreux vestiges archéologiques témoins d'une présence humaine forte depuis l'âge du bronze jusqu'au haut Moyen Âge. Cette interaction entre l'homme et la nature a permis de maintenir une grande diversité de milieux naturels et a ainsi favorisé une grande richesse biologique. Un parcours d'interprétation vous apporte les clefs de compréhension de l'histoire de l'occupation du plateau. Le site, classé monument historique et espace naturel sensible, se visite librement.



2



3

© Jules Arnaud



4

VARIANTE 2

DE LA CHAPELLE-DE-LA-TOUR À DOLOMIEU *Vas-y Béro !*

Au retour de Crémieu, pourquoi pas un arrêt à Saint-Chef ! Vous aurez alors une pensée profonde pour Béro, car San-Antonio-Frédéric Dard repose dans ce village. On ne pouvait manquer l'hommage. Vous pourrez ensuite profiter de la boucle « La Chapelle de la Tour-Dolomieu » dans le territoire des Vals du Dauphiné. L'itinéraire de 38 km ne présente pas de difficultés majeures. Dès le départ, la route est sinueuse mais bien roulante pour atteindre Rochetoirin. Appréciez les gorges entre La Chapelle-de-la-Tour et Dolomieu, où le château de Buffières mérite une halte. Le retour sur Montcarra et Saint-Chef sera des plus tranquilles.



© DR

Le château de Buffières à Dolomieu.

- 1 Une Isère ouverte à tous.
- 2 Les halles de Crémieu (XIV^e siècle).
- 3 Sur la ViaRhôna près de Crémieu.
- 4 Le balisage des parcours proposés par le conseil général.



► **Itinéraire 3**

Vif ► Le Gua ► Saint-Barthélemy ► col de l'Arzelier ► Château-Bernard ► Bourg-Saint-Andéol ► col des Deux ► Saint-Guillaume ► Le Vernay ► Miribel-Lanchâtre ► Vif

60 km et 1 134 m de dénivelé

Les quatre marches de l'escalier

Terminons par une boucle sinuant sur les premières routes du Trièves, au sud de l'agglomération grenobloise et autour des crêtes entre Gresse-en-Vercors et Le Gua.

Pour ma dernière virée iséroise, mon escorte s'est bien renforcée. À Freddie et Patrick se sont joints Jules, l'infatigable président du Cyclotouristes Grenoblois, et François, le régional, de Vif. L'échauffement est rapide et François annonce la couleur : « Le col de l'Arzelier, ce sont quatre marches d'escalier de 4 km à partir de Vif ; nous partons de 310 m pour arriver à 1 154 m, la montée sera régulière entre 7 et 7,5 % et un petit passage à 9 % ». Y a plus qu'à grimper ! Le monument que nous rencontrons peu après le départ rappelle l'assassinat de onze otages par l'armée allemande le 20 juillet 1944, le Vercors n'est pas loin. Après la halte à la fontaine de Saint-Barthélemy, il ne reste plus que 8 km, à travers bois et prairies, alors que se

multiplient les points de vue sur la vallée du Drac. Après le vieux four des Faures, il nous reste encore une marche à gravir avant de franchir le sommet et de faire connaissance avec les « Deux Sœurs », Agathe et Sophie. Mais aujourd'hui, les belles jouent les coquettes et se cachent dans la brume. Descente vers Château-Bernard au milieu des prairies en fleurs... et c'est reparti pour l'ascension du col des Deux. L'attaque est franche mais après un épisode tranquille, le final ne se fait pas oublier avec 200 m à 14 % ! On n'atteint pas les 1 222 m en moins de deux mais le balcon oriental du Vercors offre un fond de scène magnifique auquel s'accrochent des lambeaux de brume. Les deux ascensions qui représentent la majeure partie du dénivelé de cette boucle

sont derrière nous. La descente réserve des vues saisissantes sur la vallée de la Gresse, Grenoble et la Matheysine qu'éclaircit quelques rayons de soleil qui parviennent péniblement à nous réchauffer. Après le village de Saint-Guillaume aux maisons surmontées d'une haute toiture pointue, une dernière côte casse-pattes nous conduit à un remarquable point de vue marqué d'une croix de fer et d'une table d'orientation. À cause du temps et faute de temps, j'aurai raté deux des sept merveilles du Dauphiné : le mont Aiguille et la Fontaine Ardente à proximité du Gua. Avec 60 km au compteur, parcourus sur des routes tranquilles, la journée ne m'a pas fait regretter de m'être attardé loin des hautes routes de ce département. ■



- ❶ Les fontaines coulent abondamment.
- ❷ La traditionnelle photo au sommet du col des Deux.
- ❸ Les falaises du balcon est du Vercors.



Le saviez-vous ?

AGATHE ET SOPHIE

En Vercors et Chartreuse, on désigne une falaise sous le nom de « surre », « seurra » en patois. L'ingénieur chargé d'établir la carte d'état-major reprit l'appellation locale mais « seurra », « surre », ne devint « sœurs » qu'en 1941 : de jeunes Lyonnais installés à Château-Bernard dans le cadre des chantiers de jeunesse les baptisèrent Agathe et Sophie en souvenir de leurs petites amies. Ces noms furent ensuite officialisés par l'IGN.



Agathe et Sophie aperçues à la faveur d'un coup de vent.

LA FONTAINE ARDENTE

Il s'agit d'une source naturelle (enflammée) de méthane, sommairement aménagée, sortant au milieu d'un bois, au hameau de La Pierre sur la commune du Gua. Cette source de méthane est connue depuis la plus haute antiquité. C'est une des « 7 merveilles du Dauphiné ».



La fontaine ardente, l'une des 7 merveilles du Dauphiné.

Infos

- Brochures : « Découvrez l'Isère à vélo » et « Cyclotourisme et vélo loisir » : idées de séjours, de parcours et bonnes adresses. À découvrir ou à commander sur www.isere-tourisme.com, un site à visiter tout comme www.cyclo-alpes.com.
- Carte touristique de l'Isère auprès de : Isère Tourisme – Palais du Parlement – 4 place Saint-André – 38024 Grenoble Cedex 1 Tél. : 04 76 00 33 82 – info@isere-tourisme.com