

**Brevet du randonneur Alpin (BRA) et Brevet Alpin de cyclotourisme (BAC).  
Edition 2023 la 51<sup>ème</sup>, les 15 et 16 juillet 2023.**



*Le gardien de Valloire.*

Grâce à la proposition, lancée en avril de J-Michel Joyaud notre Président, nous venons de participer au BAC, soit 2 jours de vélo à la découverte des routes de l'Oisans, de ses grands cols Mythiques et de ses superbes paysages.

**Parcours de 174 km. Dénivelé : 4.278 m en 2 jours.**

Nous étions 9, dont 8 cyclistes et Evelyne Joyaud qui nous a accompagné sur tout le parcours, pour assurer le transport des bagages, faire les photos et surtout pour l'assistance en cas de défaillance mécanique et/ou physique. Un grand merci à elle qui était bien présente et a même permis que J-Michel évite de descendre le col de la Croix de fer à pied (Son vélo, a dû subir une bonne réparation chez le vélociste de Saint-Michel de Maurienne).

Mis à part ce pb mécanique, nous n'avons à déplorer qu'une seule crevaison (Daniel CROZ) ... c'est un peu sa spécialité. Toute l'équipe a parfaitement franchi tous les cols, et Julie s'est même permise de faire le BAC + (par grosse chaleur elle est remontée sur les balcons de l'Armentier). Chapeau à elle. Peut-être une future master Ski Nordique pour l'hiver prochain ?

Les 8 cyclistes (de gauche à droite): Valérie Perrier, Julie Horsfall, Daniel Croz, Olivier Petit, J-Michel Joyaud , Anne Defemme , Thierry et Agnès Ekszterowicz, , et Evelyne qui fait la photo.



Départ samedi matin vers 7h45 pour les 1ers, puis 8h30 pour les savoyards arrivés plus tard pour prendre le départ.

**1<sup>er</sup> jour** : Nous quittons Le Bourg d'Oisans par la piste cyclable qui longe la Romanche (il fait encore bien frais), jusqu'à Allemond et là, les choses sérieuses commencent.

La route grimpe en sortant du village, pour rejoindre le barrage du Verney et son lac (un peu de répit) et ensuite on poursuit en direction du col de la Croix de Fer. Montée en partie boisée jusqu'au barrage de Grand-maison, et ensuite la route traverse les alpages (On croise des grands troupeaux de tarines, ces Vaches qui produisent le lait pour fabriquer le Beaufort et de temps en temps une marmotte siffle à notre passage). Nous ne serons pas seuls, de nombreux cyclistes ont eu la même idée et nous accompagnent sur une partie du parcours. Les savoyards rejoignent une partie du groupe au barrage de Gand-Maison. Et c'est reparti ensemble pour finir cette longue montée.



Au passage nous laisserons le Col du Glandon (certains sont allés le saluer). Détour de 400 m. et enfin c'est l'arrivée à la croix de fer. Il ne fait même pas froid.



Puis descente côté Saint-Jean d'Arves. C'est là que J-Michel après 2 km de descente casse 2 rayons et son dérailleur électrique (seul VAE du groupe). Un peu de mécanique, lui permettra de faire la descente jusque Saint-Jean d'Arves. Ensuite, il est pris en charge par l'assistance et finira la journée en voiture !

A St Jean un ravito bien reconstituant nous permettra d'assurer la seconde partie du parcours, c'est-à-dire la montée du Col du Mollard (je n'avais jamais fait ce col. Je peux vous dire que sous la grosse chaleur, ce fût une sacrée montée. C'est par contre une route très tranquille (nous n'y croiserons pas de motos et très peu de voitures).

Arrivée de Daniel et Thierry au Mollard.



Le groupe quitte le Mollard pour la longue descente, par une route sinueuse, souvent ombragée, vers St Jean de Maurienne.



Plus on descendait, plus on sentait la chaleur nous envahir. Le final, vers Saint Michel sera un peu laborieux (Forte chaleur).

Tout le monde s'est retrouvé au Collège de St Michel, où nous étions hébergés. Accueil très sympathique par des membres du CTG. Le soir un repas très copieux a permis de reprendre des forces pour le lendemain.

**2<sup>ème</sup> jour** : St Michel de Maurienne – Le Galibier - Le Lautaret

En sortant de St Michel, c'est brutal, on attaque directement la montée au télégraphe sur les 35 km de montée au Galibier, c'est pour certains la partie la plus difficile. La pente reste soutenue sur les 12 premiers km.



Arrêt au Télégraphe pour qqes photos.



Puis descente sur Valloires (dommage, car il faudra remonter). Au passage un ravito permet de refaire le plein d'eau et d'énergie.

Ensuite, c'est parti pour les 16 km restants pour le Galibier.



Ces 2 sympathiques chèvres encourageaient tous les cyclistes....

C'est du sérieux, la pente se redresse et surtout c'est long. La route serpente au milieu des alpages, et plus on s'élève, plus cela devient minéral. Au loin on devine la montée finale (9 %). Nous arriverons les uns derrière les autres. C'est la foule au col, bcp de vélos, des motos, et qqes voitures.



Univers minéral du Galibier....



Une partie du groupe, Olivier est encore en train de faire des photos et Julie se réserve pour la suite.

Un nouveau ravito, nous attend sous le col (nécessaire de refaire le plein d'eau). Quelques photos et ensuite une belle descente sur le Lautaret, puis la Grave et toute la vallée de la Romanche. Au passage nous pouvons admirer les sommets de l'Oisans avec les glaciers qui restent encore. C'est superbe. On est dans une ambiance de Haute-Montagne.



Après la Grave, on rejoindra Le Bourg d'Oisans, en passant par le barrage du Chambon. Plus on descend plus il commence à faire chaud. Julie nous quittera pour aller visiter les balcons de l'Oisans (elle a eu beaucoup de courage, car la chaleur était intense en ce début d'après-midi).

Il est 15 h, nous rejoignons le point de départ dans Le Bourg d'Oisans.

Superbe périple. Dans une ambiance très conviviale.

Merci à Jean-Michel pour l'idée, à Evelyne (pour les photos, l'assistance), à Olivier pour les très nombreuses photos et à tous pour votre participation et votre bonne humeur.

Sans oublier la parfaite organisation du CTG, que nous remercions tous.

Compte-rendu, écrit par Agnès EKSZTEROWICZ, photos (Evelyne, Olivier et Anne).



Cette épreuve de cyclotourisme existe depuis 1936. Elle est organisée tous les 2 ans, par le CTG (Cyclotouristes Grenoblois).

Parcours de base en 2023: Départ Le Bourg d'Oisans, puis ascension des cols de La croix de Fer, du Mollard, le Télégraphe, le Galibier et le Lautaret. Rien que ces noms évoquent les grandes heures du Tour de France. Arrivée au Bourg d'Oisans.

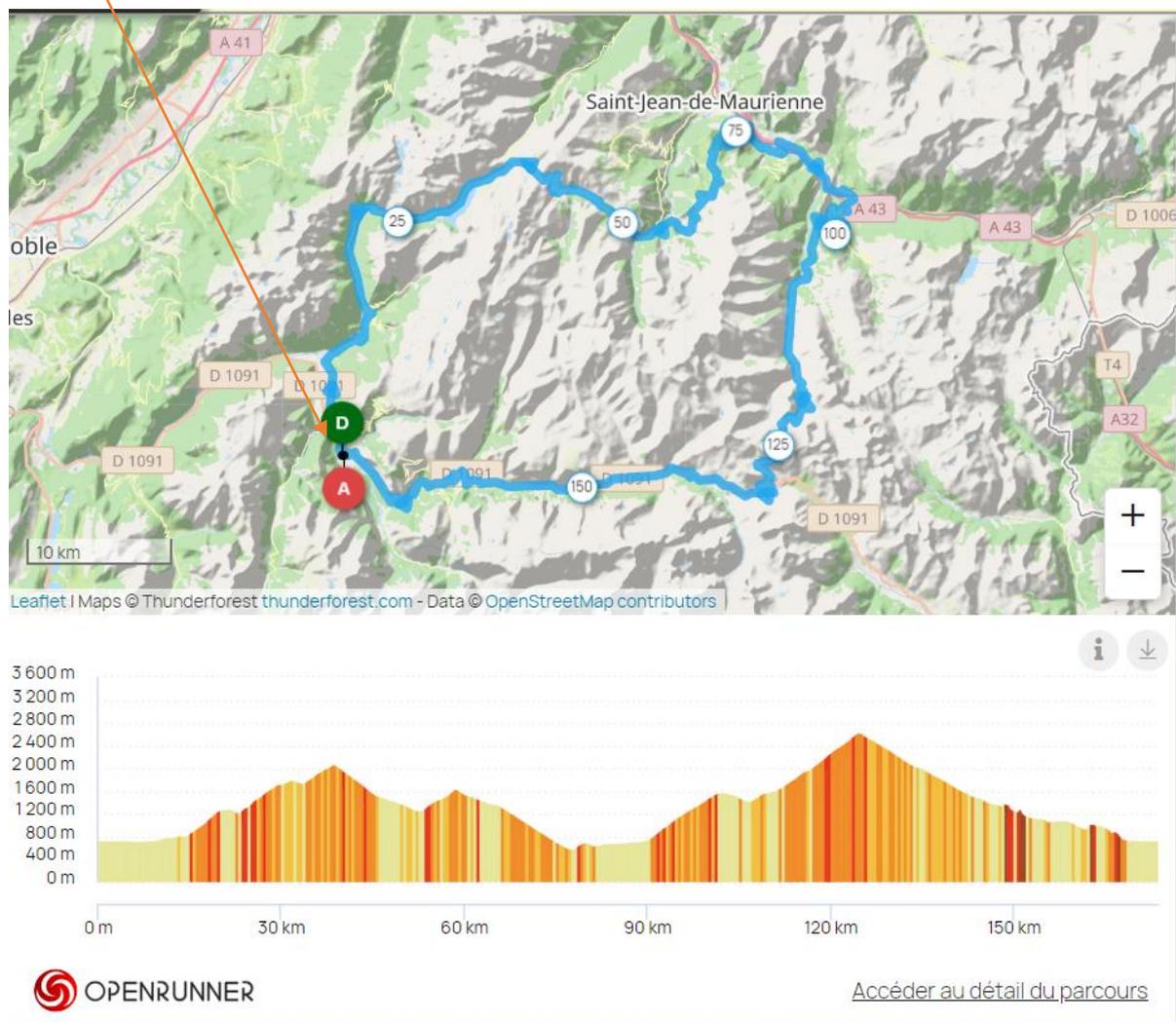
Ce circuit se fait en 1 jour (BRA) ou en 2 jours BAC.

Il est possible de faire le BRA+ (ajout des Balcons de l'Armentier) ou Le Super BRA (Ajout du Col de Sarenne). Ces 2 variantes sont proposées en BAC également.

La différence entre le BRA et le BAC, c'est soit une épreuve d'un jour, ou sur 2 jours.

## Descriptif Technique : plan et profil du parcours.

Départ/ arrivée : Le Bourg d'Oisans



Distance totale : 175 km

Dénivelé total : 4.278 m

Nous avons choisi l'option en 2 jours, avec un hébergement à Saint-Michel de Maurienne (à noter que ce lieu d'hébergement était idéalement placé, exactement à mi-parcours et avec env. 2000 m de D+). Il vaut mieux éviter un hébergement à Valloires car cela rajoute 11 km et surtout 1.000 m de D+ (soit 3.000 m pour la journée).