Cyclo Club de Gières

http://ccgieres.free.fr/

Section Cyclotourisme (FFCT) & Cyclosport (UFOLEP)

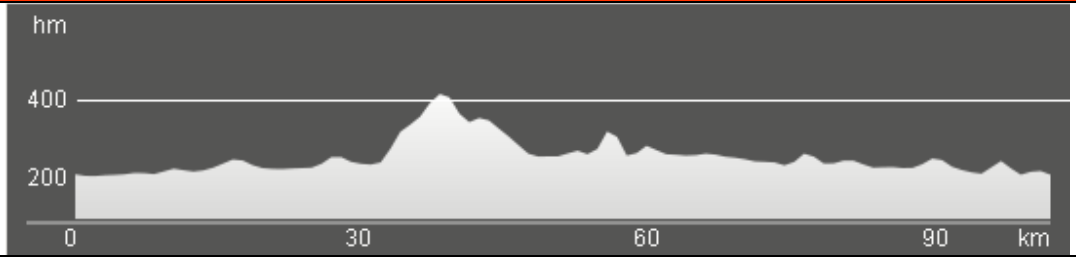
Gières – Plaine des Cochons - Montélian

Kms :	101 kms
D+ :	500 m
Diff :	Facile

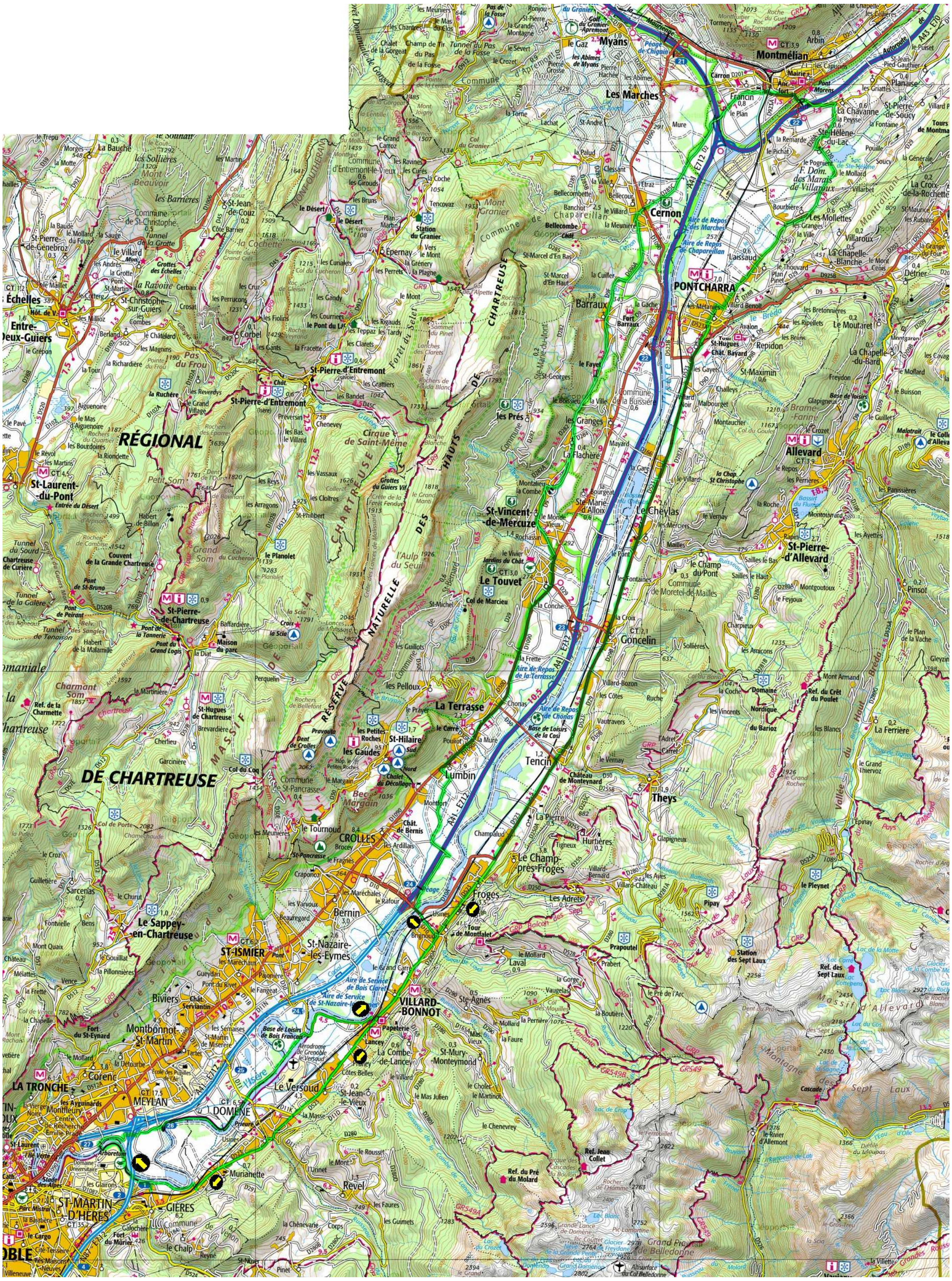
Parcours idéal pour la reprise qui permet de sortir de Grenoble direction le Grésivaudan sans emprunter les grands axes. Le retour se fait sur la D523 (axe Gières – Pontcharra)

	Détails du Parcours	Km
	Départ : Gières – Plaine des Sports	
	Rejoindre la piste cyclable pour contourner le campus (direction Grenoble)	
↱	Au pont de l'île d'Amour, tourner à droite pour remonter l'Isère – longer l'autoroute	3
↱	Au km 5, tourner à droites pour rejoindre la piste cyclable qui remonte l'Isère en rive droite (sens orographique) – passer au Bois Français	5
↱	A la fin de la piste cyclable, prendre la D165 (à droite) pour rejoindre Villard-Bonnot (km 15)	12
↰	D923 jusqu'à Brignoud	15
↰	A Brignoud centre, prendre à gauche l'av Hubert Huant	18
↱	Passer l'Isère, puis tourner à droite pour prendre la petite route qui longe l'autoroute	19
↰	Prendre le pont qui passe sur l'autoroute	21,5
	Rejoindre Lumbin (km 25) par le chemin du Ruisseau de Montfort	
↱	A Lumbin, prendre à droite la D1090, passer la Terrasse, La Frette et le Touvet	25
↰	Juste après le Touvet, prendre la D9 direction Saint Vincent de Mercuze	33
↑	Suivre la D9, passer à La Flachère et Barraux (km 42) – D9 devient D9F	
↰	D590A jusqu'à Chapareillan	43
↱	D285A, puis D2 (route de Francin) direction Montmélian	46
	Rejoindre l'échangeur de l'autoroute – il faut traverser l'isère (km 53) puis prendre direction la Chavanne par la D204 (km 54)	
↱	A la Chavanne, prendre la D20 direction Saint Hélène du Lac, puis Les Molettes	54
↑	D923 pour rejoindre Poncharra (km 65)	
	D523 pour rejoindre Gières via Goncelin (km 75), Domène (km 95)	
↱	A L'entrée de Gières, prendre à Droite pour rejoindre la Plaine des Sports par la piste cyclable qui longe l'Isère (rive Gauche)	100

Profil



Cyclo Club de Gières

http://ccgieres.free.fr/

Section Cyclotourisme (FFCT) & Cyclosport (UFOLEP)