

L'ÉCHAPPÉE BELLE

ULTRA TRAVERSEE DE BELLEDONNE

149 KM & 11 400 M D+ / 84 KM & 6 400 M D+ / 62 KM & 4 700 M D+ / 21 KM & 2 000 M D+



PARCOURS, ANIMATIONS, ACCÈS, TERRITOIRE...

Édition 2021
20, 21 ET 22 AOÛT

FP

9 ans que nous sommes engagés dans cette folle aventure qu'est l'Échappée Belle.

9 ans ! Qui l'eût cru il y a 9 ans, alors qu'un tiers seulement des participants franchissait la ligne d'arrivée et que nous avions de grosses difficultés à fédérer des bénévoles, que nous serions confrontés aujourd'hui à des problématiques de gestion d'affluence.

En effet, 9 ans après, les choses ont bien changé :

- 600 bénévoles sont chaque année fidèles au poste la semaine de la course.
- 19 s'investissent à l'année pour des missions prolongées.
- Les inscriptions affichent complet le jour de l'ouverture.
- L'un de nos bénévoles de la première heure nous a rejoints en tant que salarié.
- Depuis la création de la course, l'affluence en Belledonne tout au long de l'année n'a cessé d'augmenter et le parcours de l'Échappée Belle a même été repris en grande partie, il y a 4 ans, par la labellisation d'un GR, le GR®738.
- Finalement l'affluence des spectateurs a pris une telle ampleur que la gestion des parkings des zones d'accueil est devenue un réel sujet dans l'organisation de l'événement.

Nous sommes évidemment fiers de ce succès pour lequel beaucoup ont participé. Nous sommes fiers des liens que nous tissons de plus en plus fort chaque année avec le territoire, les communes, les communautés de communes, les refuges, les alpagistes... Mais le succès apporte son lot de complexité. Et ce sont nos valeurs qui vont nous guider vers ce que deviendra l'avenir de l'Échappée Belle.

→ De ce fait, malgré la pression financière que nous avons pour boucler notre budget, nos revendications environnementales nous confortent dans l'idée de continuer la limitation du nombre de participants et ce dans l'esprit de toujours chercher à minimiser notre impact environnemental.

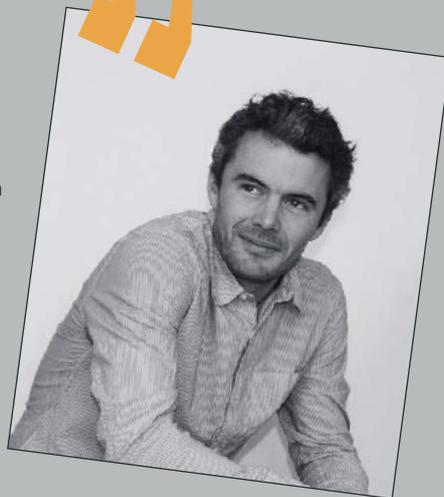
→ Notre souhait de voir l'Échappée Belle rester un événement festif et positif pour le plus grand nombre nous impose également de prévoir des aménagements spécifiques, tels que des parkings déportés et des navettes pour l'accès public sur le Super Collet, Gleyzin et le Pontet.

→ Notre ambition de conserver des parcours atypiques, difficiles et grandioses, nous donne l'élan pour proposer de nouveaux itinéraires : un nouveau tracé par la Valloire pour la Traversée nord, un par la Pointe Rognier et la Maurienne pour le Parcours des crêtes et enfin une Skyrace de Belledonne de toute beauté sur le site du Rocher Blanc (commune du Haut-Bréda).

Comme vous pouvez le découvrir dans ce premier opus du magazine de l'Échappée Belle, nous vivons à travers l'organisation de cet événement, un vrai défi qui débute le lendemain de chaque édition ! Ainsi, nous espérons que tous nos efforts seront à la hauteur des attentes de tous les acteurs de cette course, y compris vous, coureurs et accompagnants.

N'hésitez pas à rejoindre notre équipe pour des missions à l'année ou pendant le week-end de la course. Nous avons besoin de votre soutien, de vos compétences et de vos idées.

Bonne Échappée Belle à tous et rendez vous en 2022 pour un 10^{ème} anniversaire, fidèle à nos valeurs !



9 years ! 9 years involved in this crazy adventure that is the Echappée Belle. Who would have believed it 9 years ago, when only a third of the participants crossed the finish line and we had great difficulties finding volunteers, that today we would be face volunteer management problems. Indeed, 9 years on, things have changed a lot:

- 600 loyal volunteers every year during the week of the race.
- 19 getting involved every year for extended assignments.
- Registrations fill up on opening day.
- One of our first volunteers joined us as an employee.
- Since creation of the race, visitor numbers in Belledonne throughout the year has continued to increase and 4 years ago some of the route of the Échappée Belle was turned into a GR, the GR® 738.
- Finally the influx of spectators grew to such an extent that the management of parking lots in reception areas became a real organizational challenge for the event.

We are obviously proud of this success for which many contributed. We are proud of the links that we forge stronger and stronger each year with the area, municipalities, communities, shelters, mountaineers... But success brings its share of complexity. And it is our values that will guide us towards what will become of Échappée Belle's future.

-> As a result, despite the financial pressure we have to make ends meet, our environmental demands support us in the idea of continuing to limit the number of participants and in the spirit of always seeking to minimize our environmental impact.

-> Our wish to see the Échappée Belle remain a festive and positive event for the greatest number also requires us to provide specific arrangements, such as remote car parks and shuttles for public access to the Super Collet, Gleyzin and the Pontet.

-> Our ambition to stay atypical, difficult and spectacular routes motivates us to offer new routes: a new course through Valloire for the North Crossing, one through Pointe Rognier and La Maurienne for the Ridge Track and finally a beautiful Skyrace de Belledonne on the site of Rocher Blanc (commune of Haut-Bréda).

As you can discover in this first installment of the Echappée Belle magazine, we live through the organization of this event, a real challenge that begins the day after each edition! Thus, we hope that all our efforts live up to expectations of all involved in this race, including you, the runners and those accompanying them. Please feel free to join our team for assignments throughout the year or race weekends. We need your support, your skills and your ideas.

Happy Échappée Belle to all and see you in 2022 for a 10th anniversary, true to our values!

Florent Hubert, créateur de la course



Toutes les infos
sur la course,
les animations,
les accès aux sites,
le territoire...

➤	PRÉSENTATION DES ÉPREUVES	P4
	<i>L'Échappée Belle Intégrale Dynafit La Traversée Nord / The North Crossing Le Parcours des Crêtes / The Ridge Track La Skyrace du Rocher Blanc® / The White Rock Skyrace®</i>	
➤	LE TERRITOIRE	P8
	<i>Un territoire remarquable... / A dramatic landscape Le GR® 738 Les abris sur le parcours</i>	
➤	PARCOURS & ENVIRONNEMENT	P10
	<i>Les alpages Les chiens de protection et les gestes à adopter</i>	
➤	UNE MANIFESTATION ECO-RESPONSABLE	P12
➤	PROGRAMME SUIVI COUREURS	P14
➤	ANIMATIONS	P16
➤	AUTOUR DE LA COURSE	P18
	<i>Idées rando Idées découverte Carte de Belledonne</i>	
➤	LES ACCÈS AUX SITES	P20
	<i>Le Domaine de Vizille Arselle - Chamrousse Refuge de La Pra Refuge Jean Collet Habert d'Aiguebelle Le Pleynet Fond-de-France Grande Valloire Fontaine Noire Gleyzin Périoule Alleverd Super Collet Val Pelouse Le Pontet Aiguebelle</i>	
➤	L'ORGANISATION	P30
➤	NOS PARTENAIRES	P31

Couverture : 10-6design.fr / Photos : Jean-Luc Augier, Thomas Vigliano, Akuna, Matthieu Rieux, Benjamin Orgogozo, Stan Laurent, Bruno Lavit.
Mise en page : Sylvie Quercia.
Contenus : Sylvie Quercia, Géraldine Fabre / Traductions : Philippe Bellard, Frédéric Eyber, Jason Robinson.



L'Échappée Belle est une traversée de part en part de la chaîne de Belledonne. Elle se caractérise par sa haute technicité, son engagement sur des sentiers difficiles d'accès, et l'altitude à laquelle elle se déroule. Créée en 2013 et définie dès sa première édition comme un des plus beaux trails mais aussi un des plus exigeants, L'Échappée Belle s'est immédiatement imposée dans le monde de l'ultra. Le point culminant de la course atteint une altitude de 2 930m avec la Croix de Belledonne. 15 cols et 40km de parcours à plus de 2000m d'altitude doivent être franchis pour arriver au terme de cette aventure. Les meilleurs bouclent les 149km en 24h tandis que les derniers finishers franchissent la ligne d'arrivée en un peu moins de 56h.

The Échappée Belle is a passage through the Belledonne chain. It is characterized by its high technicality, its undertaking of difficult-to-access trails, and the altitude at which it takes place. Created in 2013 and defined from its first edition as one of the most beautiful trails but also one of the most demanding, L'Échappée Belle immediately established itself in the world of ultra. The climax of the race reached an altitude of 2,930m with the Croix de Belledonne. 15 passes and 40km of course at more than 2000m altitude must be crossed to reach the end of this adventure. The best complete the 149km in 24 hours while the last finishers cross the finish line in just under 56 hours.

LES MEILLEURS TEMPS

Intégrale (149km)

François D'Haene,
23h55'11 en 2019

Emilie Lecomte,
30h09'22 en 2015

Camille Minard et Florian Becker,
32h33'13 en 2015

Traversée Nord (84km)

Antoine Guillon,
12h47' en 2016

Hilary Allen,
15h39'09 en 2020

Parcours des Crêtes (57km)

Benjamin Roubiol,
6h49'51 en 2020

Julie Roux,
8h09'34 en 2020

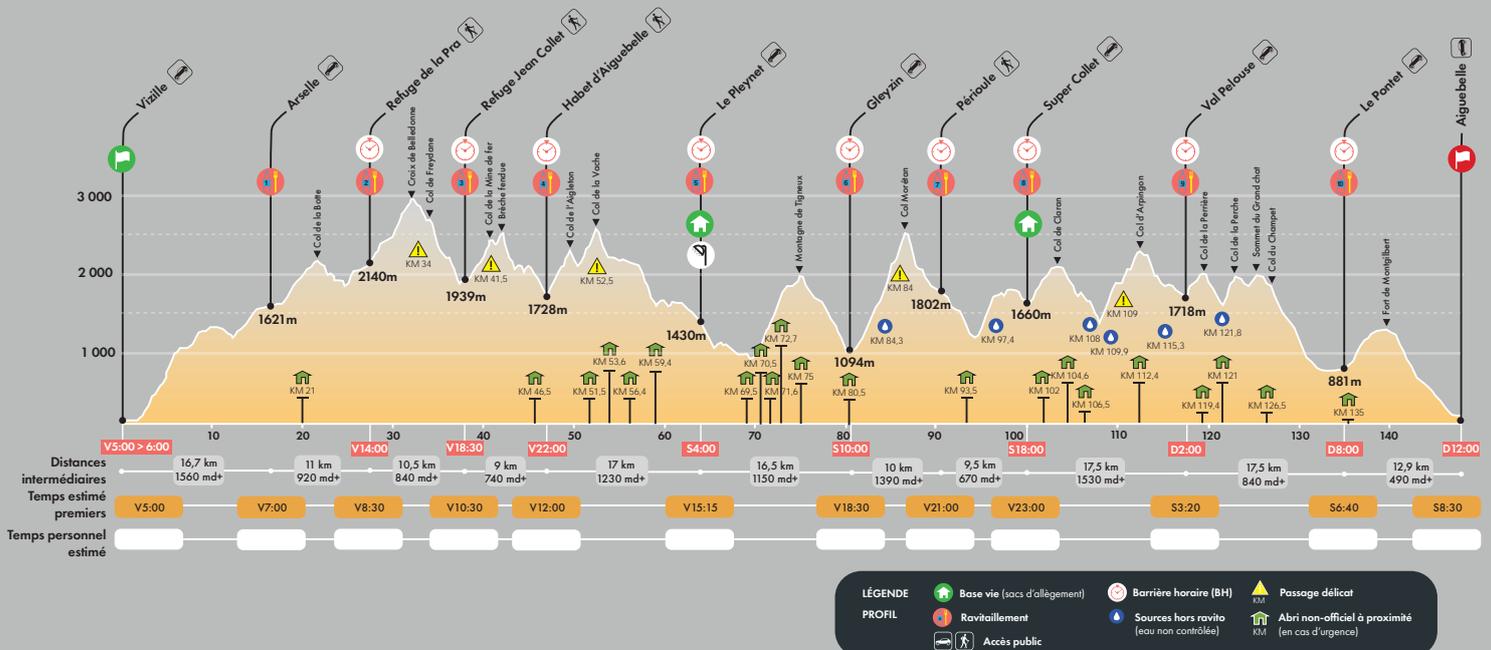
PRÉSENTATION DES ÉPREUVES

L'Échappée Belle Intégrale Dynafit

149km, 11 400 mètres D+ et 11 370 mètres D- en solo ou duo

L'Intégrale est une traversée complète du Massif de Belledonne du sud au nord. Un parcours alpin qui cumule les difficultés : sentiers escarpés, altitude, dénivelé, pourcentage de pente... La récompense est à la hauteur des efforts avec 30 lacs d'altitude, 4 crêtes panoramiques et une ambiance « montagne » garantie.

The Integral is a complete traverse of the whole Massif de Belledonne from South to North. A mountain race that integrates a host of challenges: rugged tracks, altitude, climbs, steep slopes. The rewards more than make up for the challenges, with 30 mountain lakes, 4 panoramic peaks and a real mountain atmosphere



La Traversée Nord / The North Crossing

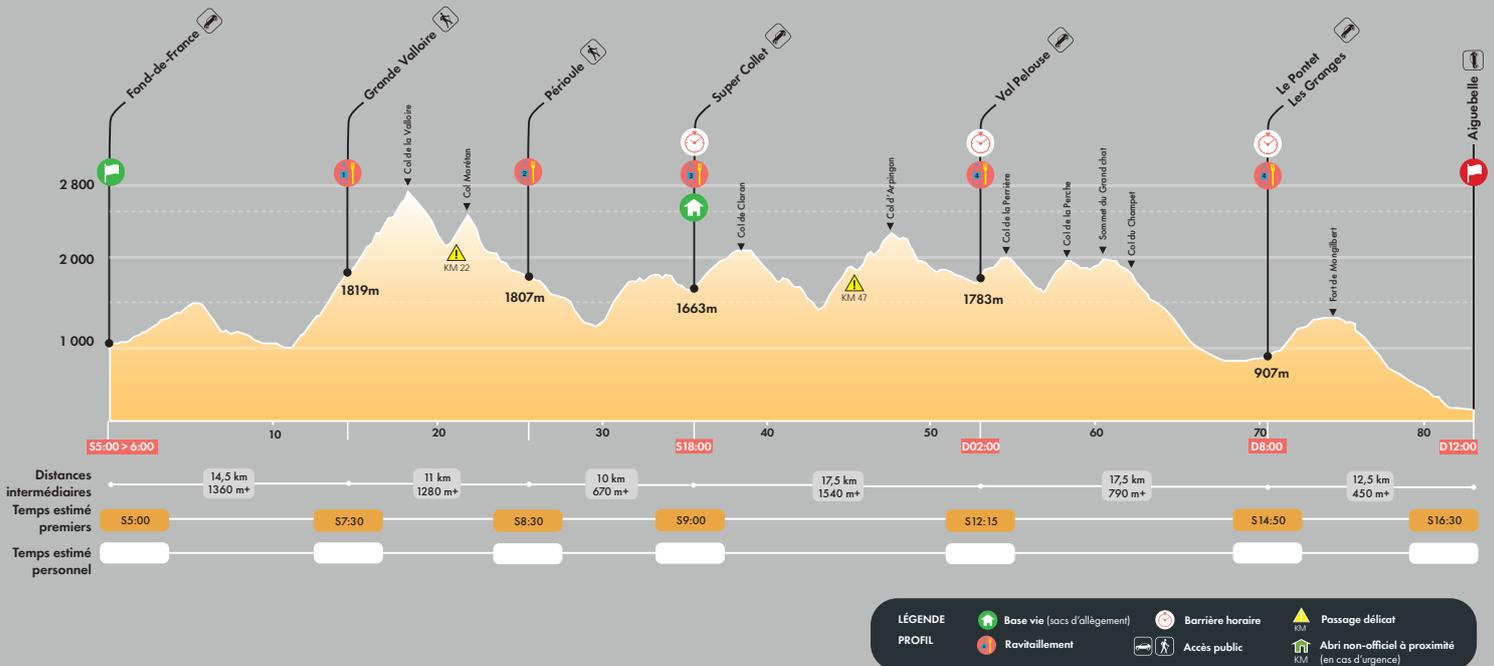
84km / 6 140 mètres D+ et 6 860 mètres D- solo

Départ de Fond-de-France, avec une montée dans la magnifique combe de la Grande Valloire, un passage près des 3 lacs, Blanc, Noir et Glacé, poursuivi par un bel enchaînement des cols de Valloire (2751m), Comberousse (2669m) et Morétan (2503m). De retour sur le parcours de l'Intégrale, de belles difficultés seront encore au programme avec notamment le col d'Arpington (2276m).

Start at Fond-de-France, with a climb up the magnificent valley of the Grande Valloire, the course passes near the 3 lakes, Blanc (White), Noir (Black) and Glacé (Icy), followed by the beautiful series of passes of Valloire (2751m), Comberousse (2669m) and Morétan (2503m). Then join the Integral Course, there will be some great challenges along the way including the col d'Arpington (2276m).

For trail runners in search of wild and little-used tracks

2021
NOUVEAU PARCOURS
New route



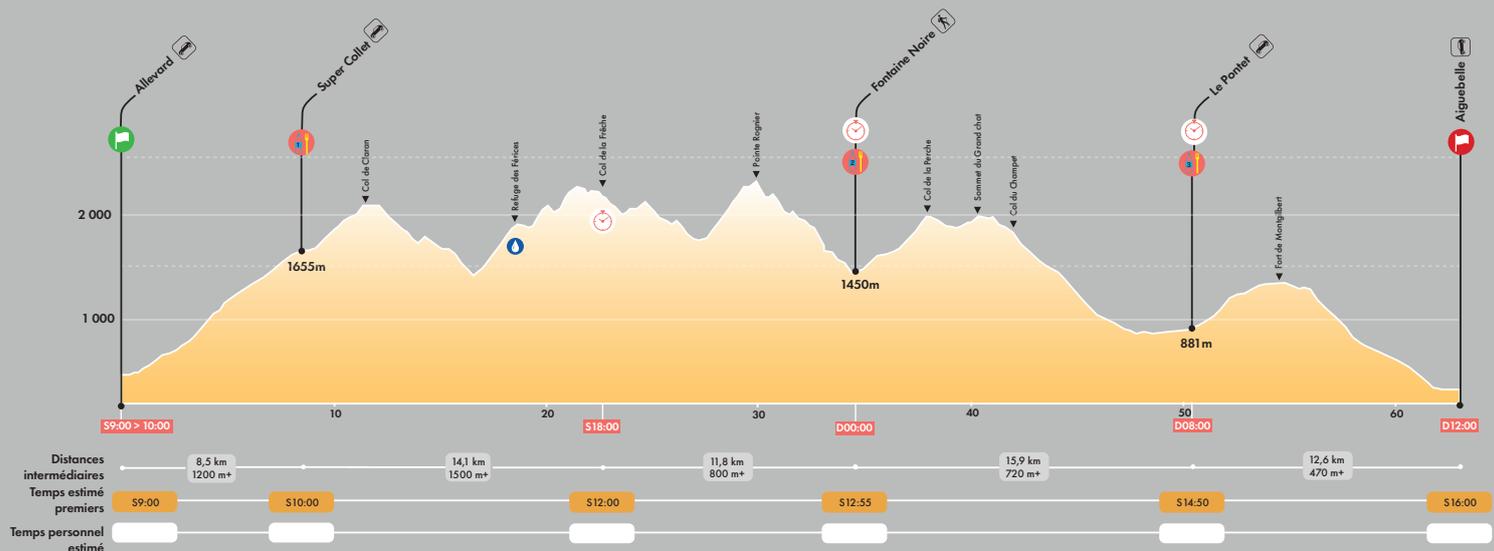
Le Parcours des Crêtes / The Ridge Track

62km / 4 700 mètres D+ et 4 850 mètres D- solo

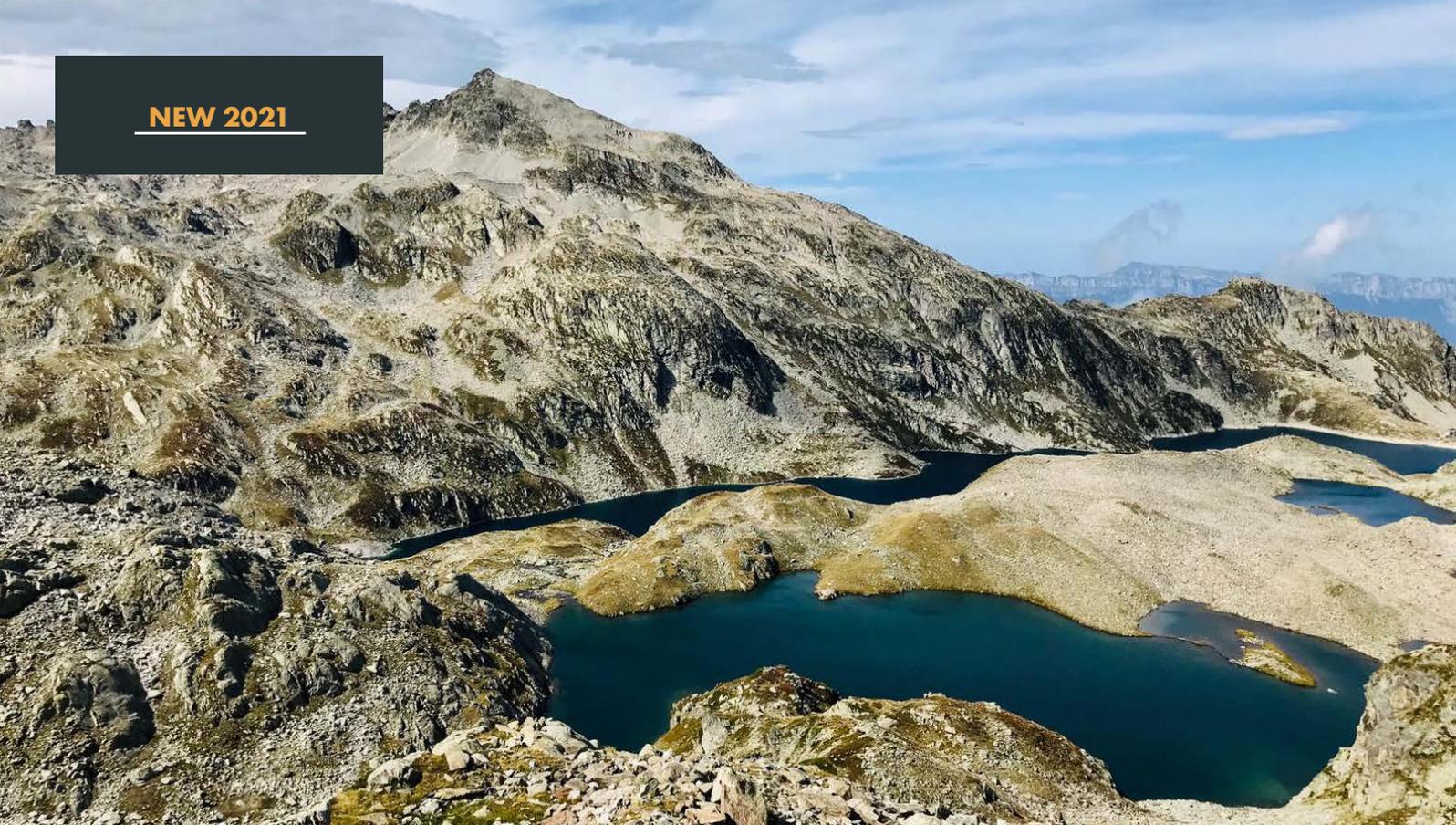
Cette épreuve est beaucoup plus accessible que les 2 ultras. Il n'y a pas de zones hors sentiers comme sur les courses précédentes mais plutôt un festival de monotraces. Néanmoins l'étape col de Claran-Fontaine Noire est technique, la progression y est assez difficile mais se fait sur ses 2 pieds ! La force de ce parcours est d'évoluer sur 4 crêtes principales à 2000m d'altitude et d'offrir un panorama unique sur toutes les Alpes et le Mont-

Blanc depuis l'un des sommets phares du massif, la Pointe de Rognier (2341m). This event is more accessible than the two ultras. There are no off trail sections like the other races but instead a festival of single-track. The Col de Claran-Fontaine Noire is technical but passable upright. The highlight of this route is 4 panoramic ridges at 2000m. For trail runners in search of wild and little-used tracks.

For trail runner wishing to discover the technical trails of Belledonne



NEW 2021



La Skyrace du Rocher Blanc® / The White Rock Skyrace®

21 km, 2 000 mètres D+

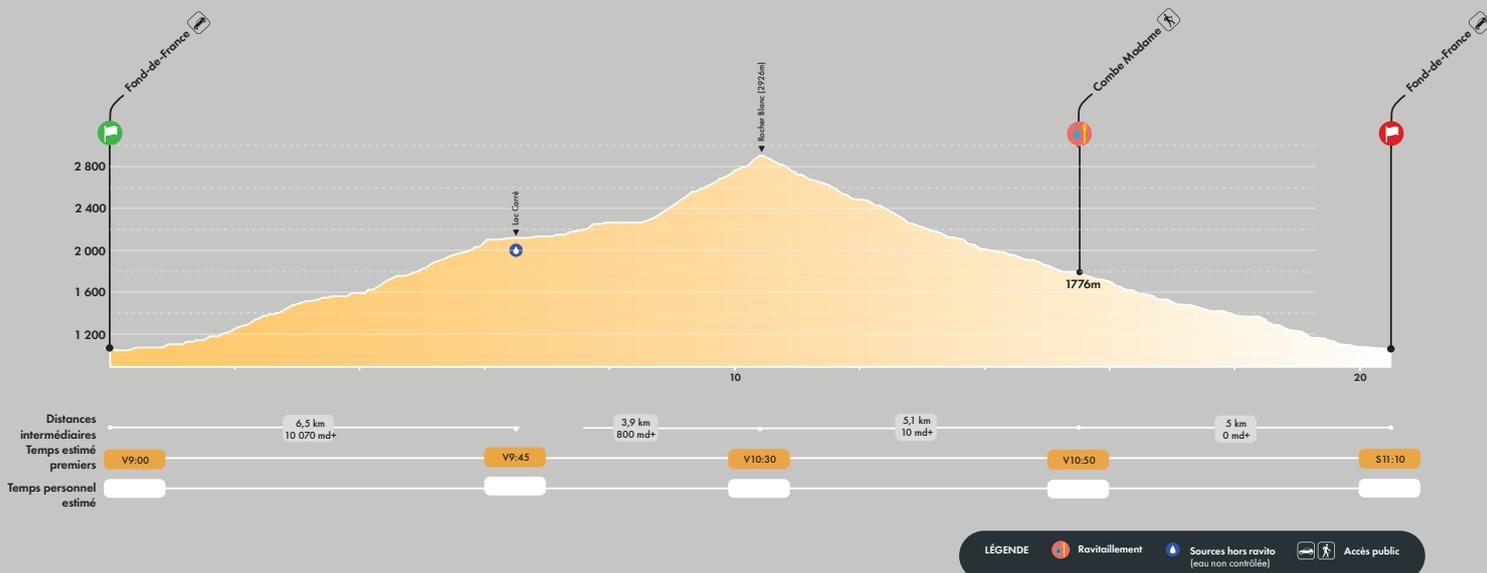
Cette Skyrace® propose une montée par les lacs des 7 Laux par le chemin nord, un passage au lac Blanc, puis au col de l'Amiante jusqu'au Rocher Blanc (2928m). Elle est suivie d'une descente technique avec une succession de pierriers et névés jusqu'au vallon de la Combe Madame et se termine à Fond-de-France.

Affiliée à l'International Skyrunning Fédération (ISF)
2^{ème} épreuve affiliée en France

A 100% Belledonne technical itinerary! Climb through the lakes of '7 Laux' by the northern trail, a passage to Lac Blanc (white lake), then over the col de l'Amiante to the Rocher Blanc (2928m). Followed by a descent through the valley of the Combe Madame to Fond-de-France.

*Affiliated with the International Skyrunning Federation (ISF)
2nd affiliated event in France*

The best of Belledonne for this extreme route!



L'Isère, rien de plus naturel



Lacs des 7 Laux
**Massif de
Belledonne**

En quête de
grands espaces,
de partage et
de nouvelles
expériences...
accordez-vous
une parenthèse
unique sans
aller au bout
du monde.
L'Isère, rien de
plus naturel.



PHOTO © VINCENT CROCE

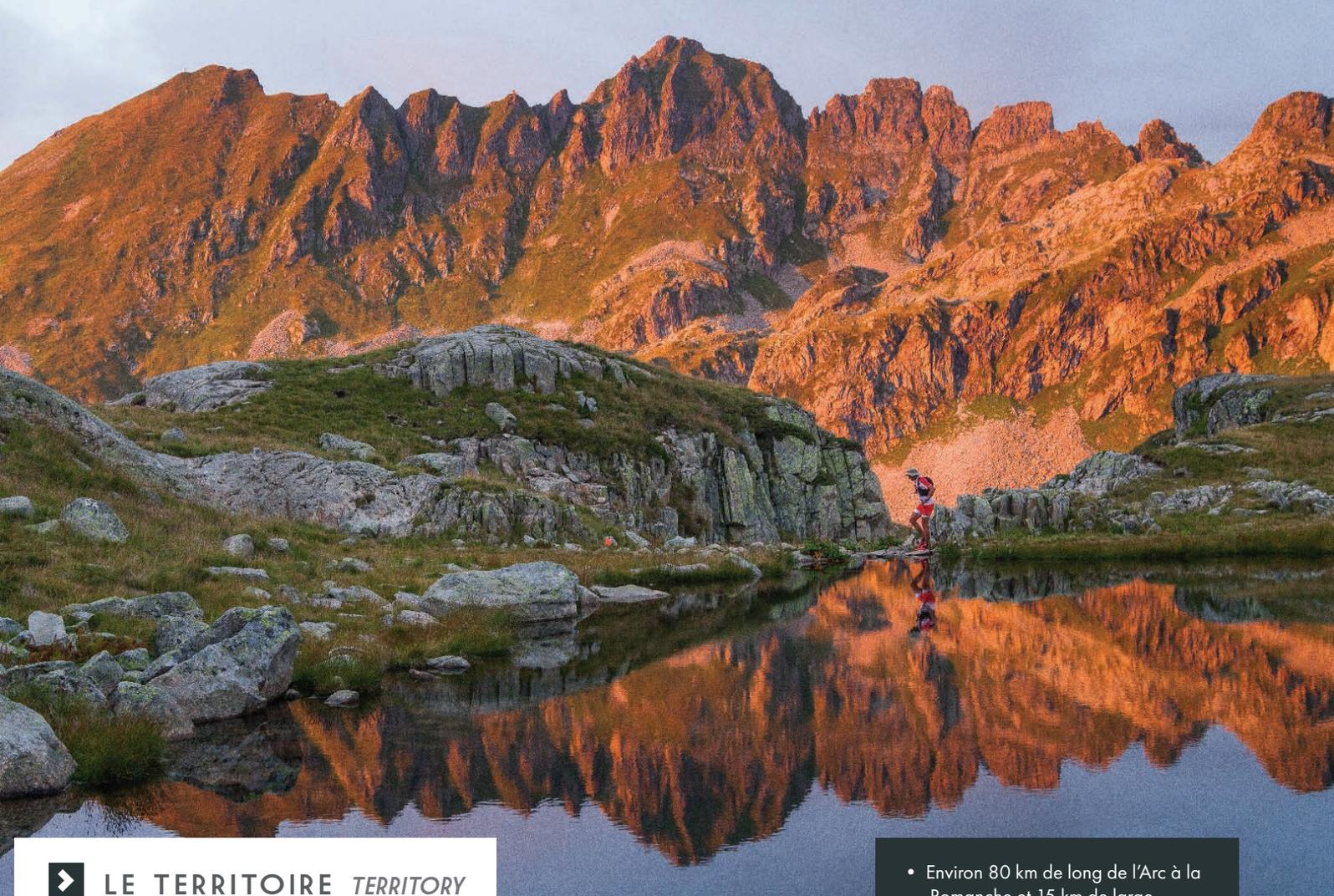
[EVASION.ISHERE.FR](https://www.evaison.ishere.fr)



RÉSERVEZ EN LIGNE VOS SÉJOURS
ET WEEK-ENDS PERSONNALISÉS EN ISÈRE

ALPES
ISHERE

SOURCE DE HAUTEUR



► LE TERRITOIRE *TERRITORY*

UN TERRITOIRE REMARQUABLE...

Belledonne, chaîne cristalline des Alpes, est une chaîne montagneuse sauvage, peu parcourue et donc préservée. Dans cette sierra qui culmine à près de 3000 mètres, aucune route ne franchit ce massif, profondément entaillé par de nombreuses combes, des lacs, des pierriers et des pics acérés. C'est un sauvage « jardin » de randonnées été comme hiver. Un paradis naturel ! Belledonne offre une immense variété de paysages et autant de possibilités d'évasion, des plus douces aux plus sportives.

Le GR® 738 : un GR® sportif sur les hauteurs de Belledonne !

Sur les traces de l'Échappée Belle, le GR® 738 de la haute traversée de Belledonne relie l'Isère à la Savoie. Il s'agit d'une traversée intégrale de la chaîne depuis le bas de la vallée jusqu'à plus de 2000m d'altitude avec comme portes d'entrées Vizille ou Aiguebelle. Adaptée aux randonneurs les plus sportifs, elle est proposée en 11 étapes, 127 km et plus de 11 000 m de dénivelé positif. Son parcours grandiose propose une fabuleuse immersion dans un massif naturel, sauvage et surprenant, entre alpages, lacs et forêts. La randonnée fait sillonner le randonneur par les refuges et gîtes d'alpages, à la rencontre des éleveur(se)s et berger(e)s qui mettent en valeur les montagnes de Belledonne.

D'autres circuits en itinérance répartis sur la chaîne seront restructurés et promus comme :

- le GR® de Pays « Tour du Pays d'Allevard » avec son tracé en partie recalé sur celui du GR® 738, pour cinq jours d'itinérance entre crêtes et balcons.

- le GR® de Pays du « Tour des lacs des 7 Laux » pour une découverte des deux versants de la chaîne de Belledonne, du Rivier d'Allemont à Prapoutel en deux ou trois jours.

D'autres circuits sont à l'étude entre Belledonne nord, Glandon et Belledonne sud.

► www.hautetraverseedebelledonne.com

A DRAMATIC LANDSCAPE...

Belledonne, a crystalline Alpine mountain range, protected by its wild and little-visited character. No roads cross this range, peaking at almost 3000m, and profoundly sculpted by multiple valleys, lakes, scree slopes, and sharp peaks. It's a wild playground for hiking, in summer and winter. A natural paradise! Belledonne offers a wide variety of landscapes and many opportunities to escape, from the easiest to the most challenging.

- Environ 80 km de long de l'Arc à la Romanche et 15 km de large
About 80 km long from Arc to Romanche and 15 km wide
- Un massif structuré verticalement et d'une amplitude altitudinale allant de 200 m à presque 3 000 m
A vertically structured massif with an altitude ranging from 200 m to almost 3,000 m
- Une chaîne sans traversée routière
A mountain range without road crossing
- 54 communes *54 municipalities*
- 2 départements *Department : Isère et Savoie*
- 50 000 habitants *inhabitants*
- 106 000 ha
- 18 cols principaux et 90 sommets de plus de 2 500 m
18 main passes and 90 peaks over 2,500 m
- 70 lacs *lakes*
- Un patrimoine industriel (mines de fer, hydroélectricité)
An industrial heritage (iron mines, hydroelectricity)
- Une eau thermale (Allevard et Uriage) *Thermal water*
- 5 stations d'altitude
5 high altitude resorts
- Une haute montagne sauvage et préservée
A wild and unspoiled high mountain

■ Les abris sur le parcours

Un refuge, c'est un lieu qui nous est prêté le temps de profiter de son cadre, pour vivre un moment particulier, échanger et se reposer. Il appartient à des chasseurs, des particuliers, des mairies, des associations, à l'Office National des Forêts ou un parc naturel qui partagent le fruit de leur travail. Pour les remercier de réparer et de construire ce dont on peut profiter aujourd'hui et pour ne pas voir fleurir des verrous sur ce partage, restons discrets en le respectant.

Attention, en raison des mesures sanitaires liées au COVID, nous vous invitons à contacter le / la gardien-ne du refuge avant de vous y rendre.

Refuge de La Pra 2 110m - Revel

Le plus grand refuge de Belledonne, pouvant accueillir jusqu'à 75 personnes.

> www.refugedelapra.com, 04 76 89 94 60

Refuge Jean-Collet 1 960m - Theys

Il offre une vue imprenable sur Grenoble et la vallée du Grésivaudan. 34 couchages.

> www.refuge-jeancollet.fr, 04 76 08 39 23

Habert d'Aiguebelle 1741m - Hurtières

Situé au cœur de Belledonne, il a été récemment aménagé. 25 couchages. Restauration et demi-pension.

> <https://refugedaiguebelle.fr>, 09 88 19 02 03

Refuge des Sept-Laux 2 135m - Haut-Bréda

Refuge gardé situé au croisement de trois lacs, le lac Carré, le lac de la Motte et le lac Cottpens. 34 places.

> <https://refugedes7laux.jimdofree.com>, 04 76 45 99 11

Gîte d'alpage de Combe Madame 1 450m - Haut-Bréda

Perché dans un vallon sauvage en plein cœur de la chaîne de Belledonne, il vous offre un cadre bucolique et grandiose, avec des points de vue imprenables sur les sommets alentours bercé par le bouillonnement du ruisseau et le tintement des cloches des brebis. 22 places.

> www.combemadame.com / 06 15 89 17 17.

Gîte de la Martinette 1 450m - Haut-Bréda

Gîte d'étape sur le parcours du GR® 738

> www.lamartinette.com / 04 76 45 08 17

Refuge de l'Oule 1 820m - Haut-Bréda

Perché sur un éperon rocheux en plein cœur de Belledonne, vous aurez la possibilité d'y faire une pause et de vous restaurer dans une ambiance rustique et chaleureuse.

> refugedeloule@pinsot.fr, 06 32 46 49 91

La Perrière - refuge non-gardé 1832m - Arvillard

Récemment aménagé. 18 places.

> 04 79 25 51 24

Refuge de l'Arbaretan 1800m - Saint-Alban-d'Hurtières

Ce petit refuge de montagne non gardé offre une vue splendide sur le massif de La Lauzière et se trouve à proximité du lac des Grenouilles. Accès libre, 14 couchages.

> www.portedemaaurienne-tourisme.com/refuge-darbaretan/ 04 79 36 29 24

Yourtes de Yayla de Rochebrune - Le Pontet

YAYLA, mot turc qui désigne un habitat collectif temporaire d'alpages, utilisé par tous les peuples nomades d'Asie centrale et mineur. Cela donne le ton...

> www.montagnesnaturehommes.org/site/ 07 57 41 23 60





En participant à l'Échappée Belle, vous allez parcourir un certain nombre de zones sensibles répertoriées : une réserve naturelle (La tourbière du Lac Luitel), 2 sites Natura 2000 (« Cembraie, pelouses, lacs et tourbières de Belledonne, de Chamrousse au Grand Colon » et « Zones humides de la Chaîne des Hurtières »), un APPB (Arrêtés Préfectoraux de Protection de Biotope) et un espace naturel sensible (« Tourbière de l'Arselle »).

Cependant, la montagne en général, reste un milieu fragile et nous vous demandons le plus grand respect. Les bénévoles ou secouristes présents sur le parcours ont pour consigne de disqualifier les coureurs en cas de coupe du sentier, jet de détritus, refus d'obéissance à un membre du staff, aux bénévoles ainsi qu'à l'équipe de secours.

Les alpages

Les alpages sont une ressource importante pour les éleveurs et bergers, en tant que lieux de vie et de travail. Les troupeaux y trouvent une nourriture saine et durable durant la période estivale, principalement de juin à septembre en Isère. Le pâturage des animaux joue un rôle majeur dans la préservation de la biodiversité en maintenant un équilibre dans la richesse des paysages, en favorisant l'ouverture des milieux et permettant l'apparition d'une biodiversité spécifique.

Avec le développement des activités de pleine nature en montagne, les alpages deviennent aussi des lieux de passage et de découverte pour de nombreuses autres personnes. Afin que ces différentes utilisations de l'espace puissent cohabiter en harmonie, il est nécessaire que chacun adapte son comportement.

Merci de respecter ces consignes :

- Tenir votre chien en laisse.
- Ne pas approcher des troupeaux, les contourner.
- Ne pas caresser ni nourrir les animaux et les chiens.
- Faire attention aux chiens de protection.
- Refermer les barrières.
- Ne pas souiller l'eau des abreuvoirs.
- Ramasser tous vos déchets.
- Rester sur les sentiers balisés.
- Respecter l'intimité des bergers en vous tenant à l'écart des cabanes pastorales.

En alpage, les éleveurs mettent en place des parcs où sont enfermés les troupeaux la nuit, afin de les protéger d'éventuelles attaques de prédateurs. Ces parcs sont généralement à proximité des cabanes où sont hébergés les bergers. Une présence humaine à proximité de ces parcs la nuit, va alerter les chiens de protection et réveiller le berger inquiet d'une attaque d'un prédateur. Merci donc d'éviter les reconnaissances nocturnes.

You will be crossing a several environmentally sensitive zones: 1 nature reserve (the peat moorland of Lac Luitel), 2 sites which are part of the Natura 2000 initiative (namely the meadows, lakes and moorland of the Belledonne, from Chamrousse to Grand Colon, and the wetlands of the Chaîne des Hurtières), 1 'APPB' (local by-law) relating to the Tourbière de l'Arselle.

The whole mountain environment on the course is fragile and we ask you to have the highest respect for it. To this end the volunteers and security offices present on the course have the authority to disqualify you in case of the following: shortcutting the course, throwing rubbish, refusal to obey a member of staff, volunteers, or a member of the security team.



Alpine pastures are an important resource for farmers and shepherds, as living and working places. The herds have healthy and sustainable food there during the summer period, from June to September in Isère. Animal grazing plays a major role in the preservation of biodiversity by maintaining a balance in the richness of the landscapes, by promoting the opening of environments and allowing the emergence of a specific biodiversity.

With the development of outdoor activities in the mountains, the mountain pastures are also become places of passage and discovery for many people. For these different uses of space to coexist in harmony, it is necessary for everyone to adapt their behavior.

Please respect these instructions:

- Keep your dog on a leash
- Do not approach herds or flocks, go around them
- Do not pet or feed animals and dogs
- Watch out for guard dogs
- Close the barriers and gates
- Do not contaminate the water in the water troughs

Avis aux accompagnateurs

Il est interdit de stationner sur les secteurs sensibles que sont les zones humides, surtout localisées sur le lac du Luitel, le plateau de l'Arselle (hors sentiers), la montée du Lac Achard (hors sentiers) et le plateau de la Pra (hors sentiers).

Advice to receive supporters

You may not park off-road in sensitive areas, including on the plateau of l'Arselle, the way up to Lac Archard, and on the plateau of la Pra.

LES ALPAGES ISÉROIS

- 176 alpages recouvrant une superficie de 67 000 hectares
- 800 éleveurs et bergers
- 110 000 animaux en période estivale
- 102 000 moutons
- 500 chèvres
- 9 500 bovins
- 400 ânes et chevaux

La majorité de ces animaux sont destinés à la production de viande. Un seul alpage en Isère pratique la traite et la fabrication de fromage car très peu d'alpages sont accessibles facilement.

- Pick up all your waste
- Stay on marked trails
- Respect the privacy of the shepherds by keeping away from pastoral huts.

In the pastures, the farmers set up pens where the herds are locked up at night, to protect them from possible attacks by predators. These pens are generally near the huts where the shepherds are lodged. A human presence near these pens at night will alert the guard dogs and wake up the worried shepherd of an attack by a predator. So please avoid nocturnal reconnaissance.

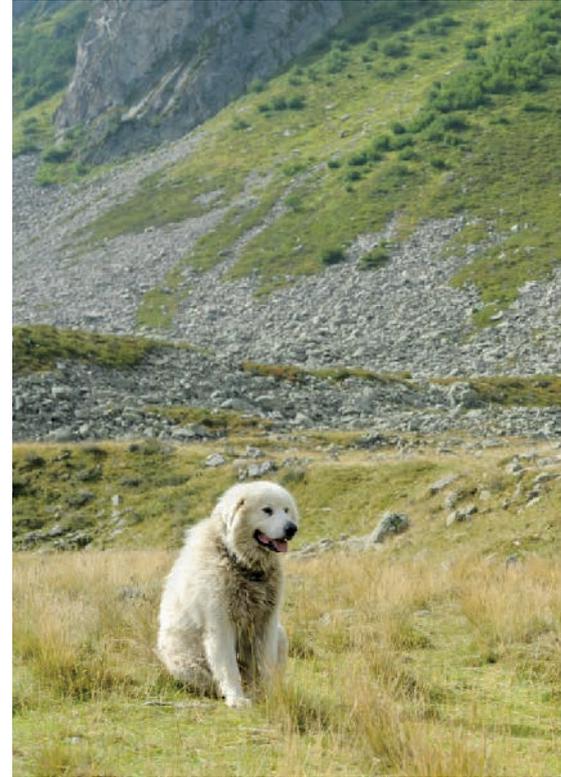
Les chiens de protection

Utilisé en France jusqu'à la fin du XIX^e siècle, le chien de protection avait peu à peu disparu de nos campagnes avec la raréfaction des grands prédateurs. Avec le retour du loup dans les Alpes françaises, de plus en plus d'éleveurs s'équipent de chiens pour protéger leur troupeau. Comme le renforcement du gardiennage et la clôture électrifiée, ils sont un des moyens de protection soutenus par l'Europe et l'État français dans le cadre de la préservation du pastoralisme dans les zones concernées par de la prédation. Appelé communément « patou », le Montagne des Pyrénées est un des chiens de protection auquel les éleveurs ont le plus recours. Le « berger d'Anatolie » est également présent sur nos alpages.

L'odorat développé de ces chiens de protection leur permet de détecter rapidement le prédateur. Réactif, ils sont en effet capables d'adapter leur stratégie de défense... Si la formation des chiens de protection reste déterminante, les randonneurs doivent aussi adapter leur comportement pour favoriser la meilleure cohabitation possible.

Used in France until the end of the 19th century, the protection dog had gradually disappeared from our countryside with the scarcity of large predators. With the return of the wolf to the French Alps, more and more farmers are equipping themselves with dogs to protect their herds. Like the reinforcement of guarding and the electrified fence, they are one of the means of protection supported by Europe and the French State in the context of the preservation of pastoralism in areas affected by predation. Commonly called "patou", the Pyrenees Mountain is one of the protection dogs to which breeders use the most. The «Anatolian Shepherd» is also present on our mountain pastures.

The developed sense of smell of these protective dogs allows them to quickly detect a predator. Reactive, they are indeed able to adapt their defense strateg... the dogs will behave to protect the herd, so hikers must adapt their behavior to avoid confrontation to promote the best possible co-existence.



[PATOUS] DES GESTES À ADOPTER LIVESTOCK GUARD DOGS

Comme chaque année, les bergers ont été informés de l'organisation de l'Échappée Belle. Il leur a été demandé d'éloigner les troupeaux du parcours de la course durant le week-end. Néanmoins si vous êtes amené à croiser un patou, voici quelques conseils afin que votre rencontre se passe dans les meilleures conditions possibles.

À la vue du troupeau :

- Ralentissez votre allure (le mouvement rapide peut entraîner un comportement de poursuite) et signalez-vous au chien (sifflez, parlez fort, chantez...).
- Contournez le troupeau le plus largement possible.

À l'approche du chien, l'objectif est qu'il vous identifie en tant qu'humain et qu'il ne perçoive pas d'agressivité dans votre attitude ou comportement :

- Immobilisez-vous face au chien, les bras et bâtons de randonnée le long du corps, ne le regardez pas directement dans les yeux.
- Laissez-lui le temps de vous identifier et de se rassurer : parlez-lui, adoptez des signes d'apaisement.
- Retirez éventuellement les vêtements qui pourraient l'empêcher de vous reconnaître : cape de pluie, casquette...
- Si vous avez peur, n'hésitez pas à mettre un objet ou un vêtement entre le chien et vous.
- Si vous avez votre chien de compagnie, le chien de protection peut l'assimiler à un prédateur. Tenez donc votre chien en laisse mais ne le prenez pas dans vos bras.

Dès qu'il se calme, poursuivez votre chemin doucement tout en restant face à lui sans le regarder dans les yeux. Signalez sa présence au premier bénévole croisé ou en appelant le PC course.

Si le chien de protection ne se calme pas ou que vous estimez être en danger, n'insistez pas. Reculez lentement, toujours face au chien, et après quelques mètres faites demi-tour.

Les comportements à éviter :

- Il ne faut pas être familier avec un chien de protection : caresses ou nourriture le perturbent dans son travail.
- Crier, caresser un agneau, prendre une photo avec une brebis peuvent être interprétés comme une agression par le chien de protection.
- Ne le menacez jamais avec vos bâtons, des cailloux... Ne le fixez jamais dans les yeux... Cela risque d'accentuer son stress à votre égard et peut compliquer sa rencontre avec de prochains randonneurs.
- Attention de ne pas surprendre le chien dans son sommeil : il pourrait réagir vivement à votre présence.

The highlands of Belledonne are used as grazing land for sheep, which are guarded by dogs known as 'patous'. Be warned, these are not like British sheep-dogs, they may be unsupervised, and they take their duty of guarding their sheep very seriously! The shepherds have been advised that the race is going through and asked to move their flocks away from the course if possible. Nonetheless, if you encounter a herd, and in particular a patou dog, these recommendations should be observed:

- Do not run
- Stay standing, give them the time to identify you
- Do not attempt to scare them off with your batons
- Keep walking calmly along the path
- Call the course PC or inform the first volunteer of their presence

> UNE MANIFESTATION ÉCO-RESPONSABLE

AN ECO-RESPONSIBLE EVENT

Le respect de l'environnement est une des valeurs fondatrices de l'Échappée Belle. Dès la conception de la course, son impact écologique a été pris en compte, conduisant à des choix stratégiques aux conséquences financières et logistiques lourdes, mais que toute l'équipe a à cœur de porter.

Une autre vision du trail

Le tracé du parcours de l'Échappée Belle a été réfléchi avec l'organisme de gestion des espaces protégés Natura 2000. L'objectif était de faire découvrir une faune, une flore et des paysages exceptionnels, tout en limitant au maximum l'impact de la course sur les écosystèmes fragiles présents dans le massif de Belledonne. C'est pourquoi le premier des engagements pris par l'organisation a été la restriction du nombre de participants à 600 par épreuves. Mais ce choix responsable limite de fait les revenus financiers de l'événement et sa visibilité pour les partenaires. Et parce qu'il était impossible pour l'équipe de transiger avec le respect de l'environnement : « Il nous a fallu imaginer une stratégie de développement complètement différente de celle habituellement mise en œuvre par les courses de masse » reconnaît Florent Hubert, directeur de la course.

Une démarche contraignante mais assumée

Chaque action sur la course est pensée dans un souci de développement durable. « À chaque fois que l'on doit faire un achat, par exemple, on se demande d'abord quel est son impact écologique mais aussi social. Peut-on trouver un partenaire local ? Peut-on louer plutôt qu'acheter ? » raconte Séverine Bourrasset. « Le développement durable, c'est une préoccupation transversale qui concerne tous les aspects de la course et qui doit donc être prise en compte partout ! Aucun choix n'est donc laissé au hasard, du balisage à la vaisselle utilisée (réutilisable ou compostable), en passant par le menu des ravitaillements (aliments locaux et/ou sans emballage), l'optimisation des transports et même le sens de parcours : « Nous avons positionné l'aire d'arrivée à Aiguebelle, car juste à côté, il y a une gare et une liaison régulière avec Chambéry. Aujourd'hui, 10 à 15% des coureurs prennent le train ce qui diminue d'autant la pollution due aux voitures » explique Florent Hubert.

Autre engagement fort : l'équipe s'est organisée pour n'utiliser l'hélicoptère que pour les secours. Pour sa communication et le suivi des coureurs, l'Échappée Belle n'utilise donc que des drones,

infiniment moins polluants. « Cela ne sert à rien d'utiliser des écocup et de trier nos déchets, si on a un hélico qui survole les coureurs ! Nous nous devons d'être cohérents dans notre démarche » assume le directeur.

Toutes ces choix ont un coût, parfois important : « la vaisselle compostable est bien plus chère qu'une vaisselle plastique, c'est sûr, mais on n'a jamais fait et on ne fera jamais d'économie sur le développement durable » conclut Florent. L'aide des institutions publiques et la recherche de partenaires s'avèrent souvent indispensables mais font de cette démarche exigeante et contraignante un vrai challenge collectif.

Tous engagés et mobilisés

L'équipe, les bénévoles et tous les partenaires de l'Échappée Belle sont très impliqués. Sur le terrain, aux points de ravitaillement et dans les bases de vie, tout le monde s'est mis au tri sélectif des déchets, qui d'année en année devient de plus en plus efficace. Les bénévoles font également remonter les problèmes et proposent parfois des solutions, dans un souci d'amélioration constante. « Ce sont des centaines de petites mains qui œuvrent partout sur la course et sans qui rien ne serait possible » reconnaît Séverine Bourrasset.

Grâce à un énorme travail invisible mais indispensable, de coordination et d'organisation, mené avec tous les acteurs du territoire, l'Échappée Belle est devenue au fil des ans un véritable espace de sensibilisation aux gestes éco-citoyens et un laboratoire d'expérimentation et d'innovations en matière de bonnes actions à mettre en œuvre pour limiter les impacts générés par les événements sportifs.



La vaisselle compostable sur la course

Respect for the environment is one of the founding values of Échappée Belle. From the conception of the race, its ecological impact was taken into account, leading to strategic choices with heavy financial and logistical consequences, but which the whole team agrees to bear.



Séverine Bourrasset

Responsable Développement Durable

Depuis plusieurs années, Séverine Bourrasset met en place et coordonne les actions de développement durable menées sur la course. « Mon objectif est de montrer que faire du développement durable sur un trail, c'est possible. C'est un véritable défi, mais c'est passionnant » confie-t-elle.

Consciente que les changements de comportement prennent du temps, Séverine mise sur la sensibilisation : « le Développement Durable sur un événement comme l'Échappée Belle a des vertus pédagogiques : montrer que les solutions existent. Durant la course, les gens, que ce soit les coureurs, les bénévoles ou le public, appliquent des gestes éco-citoyens, comme le tri, et ils repartent chez eux avec ces petits gestes. »

Aujourd'hui, Séverine a créé son entreprise Lagom qui accompagne le développement durable de tout type d'événements outdoor et la demande est forte !

« Mon rôle d'experte est de proposer des alternatives plus respectueuses de l'environnement et plus profitables au territoire. La formation des équipes permet aux événements d'être complètement autonomes par la suite. »

> www.lagom-event.com



Le saviez-vous ?



Vous pouvez venir sur l'Échappée Belle de n'importe où en Europe sans prendre votre voiture, grâce au train ! Et sur place, pas besoin de voiture non plus, on a tout ce qu'il vous faut : gîtes, navettes, repas...

Le balisage est retiré par les serre-files dès le passage du dernier coureur. Il perturbe ainsi l'environnement le moins longtemps possible.

Le parcours des courses de l'Échappée Belle est nettoyé AVANT et APRÈS le passage des coureurs.

Après la course, l'équipe de nettoyage récupère moins de 2 kg de déchets, principalement des mouchoirs et des morceaux de papier d'emballage, plus sûrement tombés des sacs des coureurs que jetés volontairement.

L'impact de la course sur le territoire

Tout en cherchant à limiter l'impact négatif de la course sur son environnement, l'Échappée Belle souhaite également augmenter son impact positif sur le territoire de Belledonne. Toutes les actions sont donc mises en place en collaboration et concertation avec les instances et les acteurs du territoire.

Les gîtes en vallée, les hébergeurs et les gardiens de refuge ont été les premiers à percevoir l'impact économique positif de la course, dès sa première édition. La fréquentation du massif a sensiblement augmenté ces dernières années, grâce aussi à la labellisation du GR®738 en 2017. Pour Florent Hubert, le directeur de la course : « L'Échappée belle est devenue une belle caisse de résonance du GR® et le GR® est le produit qui permet aux coureurs de revenir toute l'année, notamment en famille. »

Les partenariats noués sont nombreux et variés, jusque dans les animations offertes au public, à chaque étape jusqu'à l'arrivée : spectacles musicaux, démonstrations artistiques, découvertes du patrimoine, marché de producteurs locaux, installations sportives et ludiques, observations astronomiques, etc. Les clubs et associations locales sont aussi de la partie. « L'Échappée Belle n'est pas qu'une course de trailers » affirme Séverine Bourrasset. « C'est vraiment ouvert à tous et tout le monde peut venir, en famille, voir la course mais aussi manger, s'amuser, découvrir, rencontrer, partager... Ça crée vraiment du lien sur le territoire. »

Balisage et nettoyage du parcours

Constitué de fanions amovibles et réutilisables, équipés de bandes réfléchissantes et maintenus par une courte tige métallique, le balisage est mis en place au dernier moment, soit trois jours avant le départ, il est retiré par les serre-files dès le passage du dernier coureur. Il est ainsi présent le moins longtemps possible. Piqués dans la terre ou fixés par de petits cairns, les fanions résistent bien au vent et ne perturbent pas trop le sol. La zone natura 2000 où l'usage des bâtons est proscrit, est identifiée par des fanions spécifiques, rayés.

Particulièrement attentif au respect de l'environnement, Franck Dorne, le responsable du balisage est très minutieux avec la vingtaine de baliseurs qu'il coordonne. « Notre règle, c'est de baliser le parcours pour le dernier de la course, alors qu'il est dans un état de fatigue inimaginable, la nuit et dans un gros brouillard comme il peut y en avoir souvent en Belledonne ».

Le balisage sur l'Échappée Belle est donc très serré avec près de 10 000 fanions installés sur les 150 km du parcours.

Le débalisage des serre-files qui suit le dernier coureur peut se faire de jour comme de nuit. C'est pourquoi une seconde équipe a été mise en place pour nettoyer le parcours. De jour, elle récupère les déchets et les fanions qui auraient été oubliés. « L'équipe de nettoyage s'assure qu'après la course, il ne reste vraiment rien. Mais les coureurs sont très respectueux, on ramasse très peu de déchets sur le parcours » reconnaît Franck.

Nous ne voulons pas uniquement diminuer l'impact négatif de la course sur son environnement, nous essayons aussi d'augmenter son impact positif sur le territoire.

LES ACTIONS

- Restriction du nombre de participants à 600 par épreuve
- Balisage amovible et réutilisable, installé au dernier moment, retiré dès le dernier coureur passé
- Un tri sélectif poussé des déchets, avec la collecte spécifique de certains déchets comme les masques
- Compostage des déchets organiques et de la vaisselle compostable
- Ravitaillement sans emballage
- Ecocups avec consigne sur les buvettes
- Choix de fournisseurs (pain, fromages, bière, fruits, légumes...) et prestataires locaux (resto, gîtes, etc)
- Optimisation des transports logistiques
- Incitation aux mobilités douces : navettes, train, covoiturage

« Une course comme l'Échappée Belle, c'est un peu la construction d'un magnifique mandala : on met du temps à l'élaborer, on fignote chaque détail, beaucoup de personnes sont là pour l'admirer mais après on nettoie tout et à la fin, plus rien ne doit laisser penser qu'elle a existé. Seul persiste la plénitude du moment partagé »

19 | 08 JEUDI

Aiguebelle	15h-19h Remise des dossards 149km	
------------	-----------------------------------	---

20 | 08 VENDREDI

Aiguebelle	15h-19h Remise des dossards 84km & 62km	
 Vizille	5h>6h Départ 149km	
 Arselle	7h>11h Passage des coureurs 149km	A 
Col de la Botte	8h>12h Passage des coureurs 149km Montée par le télécabine de la la Croix de Chamrousse	
 Fond-de-France	9h Départ de la Skyrace du Rocher Blanc	A  
 Refuge de La Pra	9h>14h Passage des coureurs 149km 3h de marche depuis le parking des 4 chemins (Revel)	 
 Fond-de-France	11h15 > 16h Arrivée de la Skyrace 14h Remise des prix Skyrace	A  
 Refuge Jean Collet	12h>19h Passage des coureurs 149km 2h de marche depuis le parking Pré Marcel (St Agnès).	 
 Habert d'Aiguebelle	14h>22h Passage des coureurs 149km 2h30 de marche depuis le parking du Veyton.	 
 Le Pleynet - Les 7 Laux	15h>S4h Passage des coureurs 149km	A  
 Gleyzin	19h>S10h Passage des coureurs 149km NAVETTE OBLIGATOIRE depuis Pinsot.	
 Périoule	21h>S16h Passage des coureurs 149km	

21 | 08 SAMEDI

 Fond-de-France	5h>6h Départ 84km	
 Allevard	8h>9h30 Remise des dossards 62km 9h>10h Départ 62km	A  
 Super Collet	V23h>S18h Passage des coureurs 149, 84 & 62km	A   
 Val Pelouse	3h20>D2h Passage des coureurs 149 & 84km	A  
 Le Pontet	6h40>D8h Passage des coureurs 149, 84 & 62km NAVETTE OBLIGATOIRE depuis le Bourget-en-Huile à partir de samedi 12h	A   
 Aiguebelle	>8h Arrivée	A  

22 | 08 DIMANCHE

 Aiguebelle	0h-12h Arrivée des derniers concurrents 12h Remise des prix	A  
--	--	---

Les heures de passage des coureurs sont données à titre indicatif. Elles sont estimées en fonction des années précédentes et peuvent varier, notamment en fonction de la météo.



TEMPS DE TRAJET ENTRE LES SITES / TRAVEL TIME BETWEEN SITES

	Vizille	Arselle	Freydière (La Pra)	Pré Marcel (Jean Collet)	Prabert (Habert d'Aiguebelle)	Le Pleynet	Fond-de-France	Gleyzin	Pont du Veyton (Périoule)	Super Collet	Val Pelouse	Le Pontet	Aiguebelle
Vizille		35min	36min	55 min	45 min	1h15	1h15	1h	55 min	1h10	1h30	1h15	1h
Arselle	35min		45 min	1h15	1h	1h30	1h30	1h20	1h10	1h30	1h46	1h32	1h20
Freydière (La Pra)	36min	45 min		41 min	39 min	1h13	1h13	1h06	52 min	1h12	1h19	1h14	1h
Pré Marcel (Jean Collet)	55 min	1h15	41 min		14 min	57 min	57 min	1h02	52 min	1h09	1h20	1h13	1h
Prabert (Habert d'Aiguebelle)	45 min	1h	39 min	14 min		43 min	56 min	48 min	37 min	55 min	1h05	1h	50 min
Le Pleynet	1h15	1h30	1h13	57 min	43 min		3 min	24 min	21 min	42 min	59 min	53 min	1h
Fond-de-France	1h15	1h30	1h13	57 min	56 min	3 min		22 min	21 min	42 min	58 min	53 min	1h
Gleyzin	1h	1h20	1h06	1h02	48 min	24 min	22 min		11 min	33 min	48 min	44 min	46 min
Pont du Veyton (Périoule)	55 min	1h10	52 min	52 min	37 min	21 min	19 min	11 min		23 min	39 min	34 min	36 min
Super Collet	1h10	1h30	1h12	1h09	55 min	42 min	42 min	33 min	23 min		55 min	50 min	53 min
Val Pelouse	1h30	1h46	1h19	1h20	1h05	59 min	58 min	48 min	39 min	55 min		44 min	51 min
Le Pontet	1h15	1h32	1h14	1h13	1h	53 min	53 min	44 min	34 min	50 min	44 min		32 min
Aiguebelle	1h	1h20	1h	1h	50 min	1h	55 min	46 min	36 min	53 min	51 min	32 min	

Pas d'assistance en dehors des zones de ravitaillement.



ACCÈS RANDO

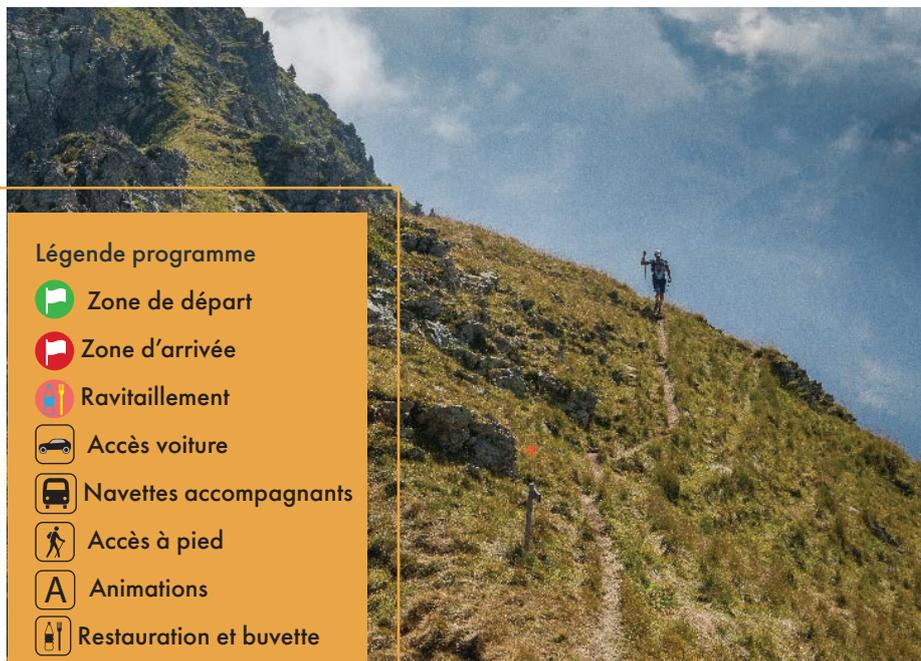
Col de la Botte : accès payant (tarif réduit -20%) par le télécabine de la Croix de Chamrousse puis 10 minutes de marche. Possibilité de descendre sur les lacs Roberts et Achard.

Refuge de la Pra : parking aux 4 chemins (Freydière), 3h de marche (740mD+).

Refuge Jean Collet : parking de Pré Marcel (Sainte-Agnès), 2h de marche (700mD+).

Habert d'Aiguebelle : parking de Prabert, 1h30 de marche (400mD+).

Périoule : parking du Pont du Veyton (Haut-Bréda), 2h30 de marche (5,5km).



Légende programme

- Zone de départ
- Zone d'arrivée
- Ravitaillement
- Accès voiture
- Navettes accompagnants
- Accès à pied
- Animations
- Restauration et buvette

ABANDONS

Sauf blessure, il n'est pas possible d'abandonner ailleurs que sur un point de contrôle.

Certaines zones d'abandon sont à privilégier de par leur facilité d'accès aux véhicules de rapatriement : Arselle, Le Pleynet / les 7 laux, Gleyzin, Super Collet, Val Pelouse et Le Pontet.

À l'inverse, sauf contrainte majeur il est préférable d'éviter l'abandon pour le coureur sur les refuges de la Pra et Jean Collet, le Habert d'Aiguebelle et Périoule.

Sur place, des bénévoles pourront vous aiguiller sur les démarches à suivre et les accès.

Navettes à destination d'Aiguebelle :

- Pont de la Beta V 19h, V 21h, V 23h
- Le Pleynet V 23h, S 2h, S 5h30
- Super Collet S 14h, S 19h30
- Val Pelouse D 1h

En dehors de ces navettes, des rapatriements en mini-bus sont organisés pour les coureurs n'ayant pas d'assistance sur la course.

Excepted injuries, it's not possible to abandon elsewhere than a pit stop. There the volunteers will help you with the process.

SUIVI LIVE sur www.lechappeebelledonne.com/live

Estimation du temps de passage de chaque concurrent avec saisie du numéro de dossard & suivi balise Api-k sur la Skyrace.

19 | 08 JEUDI

<p>Aiguebelle</p>	<p>15h-19h Stands équipementiers au retrait des dossards 15h-19h Jeu itinérant dans Aiguebelle sous forme d'enquête à destination des familles (départ de l'office de tourisme).</p>	
<p>Vizille</p>	<p>16h30 Conférence de presse au Domaine de Vizille (retransmission en live sur Facebook)</p>	



20 | 08 VENDREDI

<p> Arselle</p>	<p>7h > 11h Café et thé offerts / Animation musicale avec <i>Les 2 Pécables</i>.</p>	
<p> Fond-de-France</p>	<p>8h > 15h Speaker Skyrace. 10h30 > 15h Animation musicale avec <i>Mister New Orléans</i>.</p>	 
<p> Le Pleynet - Les 7 Laux</p>	<p>14h > 24h Animation musicale, speaker et suivi live. 14h > 19h Village sportif : mur d'escalade, parcours via corda, slackline (ados et adultes), trampoline élastique. 14h > 19h Ouverture du télésiège de Pincerie. Tarif spécial Échappée Belle 5€ l'aller-retour. 14h > 22h - Wiz luge au tarif préférentiel de 4€. 15h > 16h30 / 16h30 > 18h - Découverte gratuite du VTT électrique avec le Département de l'Isère, à partir de 14 ans. Inscription obligatoire : https://sport.isere.fr/escapades-sportives 19h > 21h - Animation musicale avec <i>la Discomobilette</i>. 18h30 > 20h30 Plateau TV live Echappée Belle.</p>	 
<p>Aiguebelle</p>	<p>15h > 19h Balade libre et sentier pédagogique à la découverte de « la Fermette d'Emeline » exploitation agricole de poules pondeuses.</p>	



ALPES
IS HERE
SOURCE DE HAUTEUR

PLATEAU TV LIVE ÉCHAPPÉE BELLE

Vendredi 20 août de 18h30 à 20h30 au Pleynet
 Samedi 21 août de 18h30 à 20h30 à Aiguebelle
 Retransmission sur TéléGrenoble & Facebook

21 | 08 SAMEDI

 Allevard	08h > 10h Animation musicale avec <i>Mister New Orléans</i> sur la place de la Résistance / Speaker pour le départ du 62km.	 
 Super Collet	9h > 17h Ouverture du télésiège de Claran. Tarif spécial Échappée Belle : 4€ l'aller simple, 5€ l'aller-retour. 10h > 17h Balade en poneys. 11h > 17h Ambiance musicale <i>Mister New Orléans</i> . 11h > 18h Animation speaker pour le passage des coureurs.	  
 Val Pelouse	14h30 > 18h30 Animation musicale avec l'orchestre <i>Elisa</i> . Buvette et restauration proposées par l'Association Communale de Chasse agréée d'Arvillard (ACCA).	 
 Le Pontet	7h > 24h Buvette et petite restauration. 10h > 18h Mini course d'orientation (enfants) avec <i>Montagnes, Nature et Hommes</i> . 16h > 23h Observation du soleil, des étoiles et de la lune avec le Club Rochettois Amateur de Belles Etoiles en Savoie (CRABE). 22h Feu de joie sous les étoiles.	 
 Aiguebelle	9h > 23h Animation musicale, speaker et suivi live. 7h30 > 8h30 Petit-déjeuner autour de l'arrivée des premiers. 11h > 21h Mur d'escalade (à partir de 6 ans) 11h > 19h Jeux interactifs pour enfants sur le thème du patrimoine sur le stand de l'office du tourisme. 11h30 > 23h Restauration : diot-polenta, fromage, dessert 10 euros / sandwichs. 16h > 19h Jeux en bois avec la <i>Maison des jeux de Grenoble</i> 17h > 21h Village de producteurs et d'artisans (Vitrines de Belledonne et Porte de Maurienne), stands de matériel sportif. 17h > 19h Recherche de balises cachées avec l'outil «FIND-R». 18h30 > 20h30 Plateau TV live Échappée Belle. 20h30 > 22h30 Concert <i>The Young Travelers</i> .	 

22 | 08 DIMANCHE

 Aiguebelle	00h > 12h Restauration : diot-polenta, fromage, dessert 10 euros / sandwichs 7h > 12h Animation musicale, speaker, buvette et restauration. 10h > 12h Village de producteurs et d'artisans (Vitrines de Belledonne et Porte de Maurienne), stands de matériel sportif. 11h30 Course enfant. Inscription sur place de 10h à 11h. 12h Arrivée des derniers et remise des prix	 
---	---	---



Les animations sont gratuites (excepté les montées en télésièges et la Wiz luge).

Pour retrouver l'ensemble des animations et suivre la course en direct www.lechappeebelledonne.com

> AUTOUR DE LA COURSE

I Idées rando (autour de la course)

LAC ACHARD

Départ du plateau de l'Arselle > 50 minutes de marche depuis ravito 1

Suivre l'itinéraire balisé pour raquettes (panneau jaune avec la marmotte).

COL DE LA BOTTE

Chamrousse 1650 > 10 minutes de marche à partir du haut du télécabine de la Croix de Chamrousse à 10 minutes de voiture du ravito 1

LACS ROBERT

Chamrousse 1650 > 30 minutes de marche à partir du haut du télécabine de la Croix de Chamrousse à 10 minutes de voiture du ravito 1

Prendre le télécabine de la Croix de Chamrousse puis descendre le long du télésiège.

Pour les randonnées accessibles via le télécabine de la Croix de Chamrousse, se garer à Chamrousse 1650. Tarif spécial Échappée Belle de 8h à 12h (moins 20%) à demander aux caisses des remontées mécaniques (dans l'office du tourisme). www.chamrousse.com

REFUGE LA PRA

Ravito 2

Accessible à pied en 3h depuis le parking des 4 chemins.

REFUGE JEAN COLLET

Ravito 3

Accessible à pied en 2h depuis le parking Pré Marcel.

REFUGE DE L'OULE

Départ Gleyzin > Ravito 5

2h30 de marche depuis le parking de Gleyzin (740m de dénivellé).

REFUGE DE LA COMBE MADAME

La Ferrière (Haut-Bréda) > Site Skyrace & départ 84km

2h de marche depuis Fond de France (La Ferrière).

CHALET DE LA PERRIÈRE

Val Pelouse > Ravito 9

1h10 depuis le parking de Val Pelouse (150mD+)

SENTIER DÉCOUVERTE DU PONTET

Le Bourget-en-Huile > Sentier pour rallier le ravito 10

Sentier des chevaliers de l'Huille : parcours découverte autour du marais, pilotis, passerelles, observatoires et mare pédagogique au départ du chalet du Verney au Bourget-en-Huile (5km).

I Idées découverte

DOMAINE DE VIZILLE

Vizille > Site départ

Visite du Musée de la Révolution française et promenade dans le Domaine. Parcours d'orientation, poney, maison de l'apiculture, découverte de la faune et de la flore (parc paysager, réserve animalière). Entrée gratuite / Audioguides gratuits en 5 langues (français, anglais, allemand, italien, espagnol). 04 76 68 07 35 / www.domaine-vizille.fr

MAISON BERGÈS / MUSÉE DE LA HOUILLE BLANCHE

40 avenue des Papeteries, 38190 Villard-Bonnot > Direction Jean Collet

Visite du Musée de la Houille blanche. Entrée gratuite / Audio-guides gratuits en français et en anglais.

04 38 92 19 60 / www.musee-houille-blanche.fr

MUSÉE DES FORGES ET MOULINS DE PINSOT

Vallée du Haut-Bréda

Eco musée. 04 76 13 53 59 / www.forgesmoulins.com

LE GRAND FILON - MUSÉE DU FER

La Minière à Saint-Georges-d'Hurtières > 14 min d'Aiguebelle

Un parcours ludique et instructif dans les entrailles de la Terre.

04 79 36 11 05 / www.grandfilon.net

MUSÉE OPINEL

25 rue Jean Jaurès, 73300 Saint-Jean-de-Maurienne

À Saint-Jean-de-Maurienne, près de 700 m² sont dédiés à l'histoire du célèbre couteau savoyard inventé par Joseph Opinel en 1890.

04 79 64 04 78 / www.opinel.com

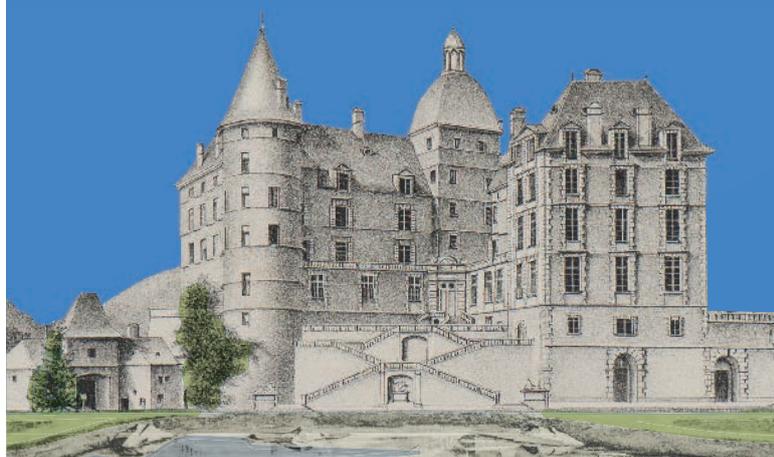
LE DÉPARTEMENT DE L'ISÈRE PROPOSE



DOMAINE DE VIZILLE
MUSÉE DE LA RÉVOLUTION
FRANÇAISE

UNE VISITE ENTRE NATURE & CULTURE

MUSÉE DE LA RÉVOLUTION FRANÇAISE • PARC ROMANTIQUE • RÉSERVE ANIMALIÈRE



PLACE DU CHÂTEAU 38220 VIZILLE
04 76 68 07 35



ENTRÉE
GRATUITE

DANS LES 11 MUSÉES
DU DÉPARTEMENT DE L'ISÈRE
musees.isere.fr

isère
LE DÉPARTEMENT



Légendes

- Tracé 62km
- Tracé 84km
- Tracé 149km
- Idées découverte
- Randonnée à la journée
- Route de balcons de Belledonne
- Routes
- Porte d'entrée et stationnement
- Point de vue
- Point information tourisme
- Hébergement d'altitude
- Restauration sur place
- Parking navette

échelle

© Fond de carte Espace Belledonne / StudioBurke
0 5 km



DÉPART 149 KM DOMAINE DE VIZILLE

📍 425-427 avenue Aristide Briand (derrière le gymnase du parc), 38220 Vizille

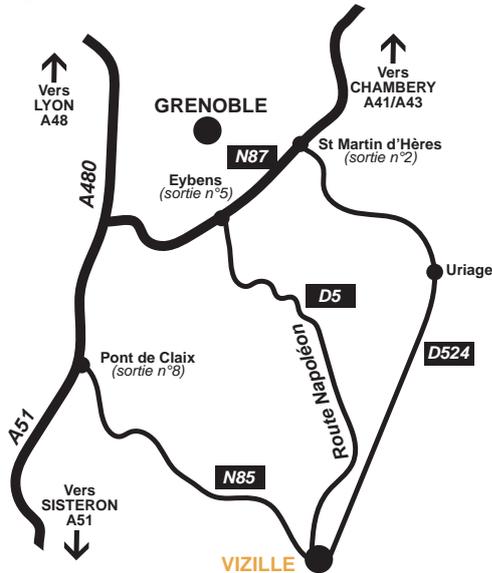
Coordonnées GPS : 45.071724, 5.772721

Départ des coureurs du 149km vendredi 20 août de 5h à 6h

PARKINGS

- Devant le lycée Polyvalent et Professionnel Portes de l'Oisans, 960 avenue Aristide Briand, 38220 Vizille
Coordonnées GPS : 45.067635, 5.769575
- Devant le cinéma, 323-391 avenue Aristide Briand, 38220 Vizille
Coordonnées GPS : 45.073146, 5.771378
- Parking de la locomotive (900m), 261 route d'Uriage, 38220 Vizille

Il est interdit de se garer sur le parking à l'entrée du site. Ce parking est réservé au staff.



R1 ARSELLE (CHAMROUSSE)

📍 Plateau de l'Arselle, foyer de fond, 38410 Chamrousse 1700

Coordonnées GPS : 45.099521, 5.877877

Passage des coureurs du 149km vendredi 20 août de 7h à 11h
Depuis Vizille > 16,7 km, 1 571 mD+, 148 mD-

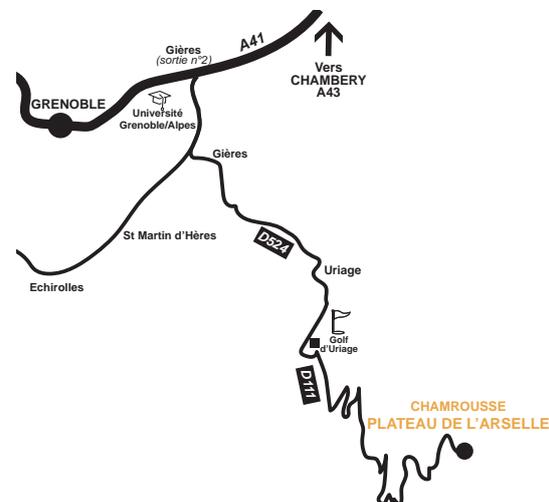
SE RENDRE À L'ARSELLE

En voiture : depuis Vizille (34 min), se rendre à Uriage, puis monter à Chamrousse par la route du Luitel. Prendre la RD 5, route d'Uriage, puis la RD 111 direction Chamrousse. Passage devant la réserve naturelle du Luitel (attention, il est interdit de s'y garer). Un peu avant la station de Chamrousse, se garer sur le parking au bord de la route et prendre à pied une petite route à droite direction le Plateau de l'Arselle (domaine de ski de fond).

En bus : Transisère, ligne 6010 Grenoble / Chamrousse, arrêt Roche Béranger.
Tarifs et horaires : www.transisere.fr

PARKING

Devant le long de la route. Prévoir 10 minutes de marche à pied pour rejoindre le ravitaillement.



Randos sur le parcours

Possibilité d'aller voir passer les coureurs sur le parcours : Lac Achard / Col de la Botte / Lacs Robert.



R2 REFUGE DE LA PRA

📍 38420 Revel [2 110 m]

Coordonnées GPS : 31T 731404 5005065

Passage des coureurs du 149km vendredi 20 août de 9h à 14h

Depuis Vizille > 27,2km, 2453m D+, 594 mD-

SE RENDRE AU REFUGE



En voiture depuis Grenoble : prendre l'A41, sortir à Domène (sortie gratuite), prendre direction Revel puis Freydière. Depuis Les Granges de Freydière, aller jusqu'au bout de la route, dont la dernière partie est bien carrossable. Se garer au parking de Pré Raymond.



Puis à pied : laisser votre voiture au parking, prendre la piste forestière et le sentier qui fait suite. Quelques lacets vous amènent jusqu'à un sentier horizontal à la lisière de la forêt. Plus haut, traverser le ruisseau avant de gagner le lac du Crozet. Suivre le chemin qui longe le lac et remonter le vallon jusqu'au col de la Pra. Au col, descendre sur le versant sud jusqu'au refuge situé à 5 minutes en dessous. Retour par le même sentier. Balisage jaune (également balisage du GR rouge et blanc).

Dénivellation : 740 m - Durée : 2 h30 à 3 h.



RESTAURATION & LOGEMENT

Possibilité de se restaurer et de dormir au refuge, sur réservation au 04 76 89 94 60.

www.refugedelapra.com



R3 REFUGE JEAN COLLET

📍 Le Rocher Mot, 38190 Sainte-Agnès [1 960 m]

Coordonnées GPS : 31T 733102 5008604

Passage des coureurs du 149km vendredi 20 août de 12h à 19h

Depuis Vizille > 38,2 km, 3333mD+, 1615 mD-

SE RENDRE AU REFUGE (accès par Pré Marcel)



En voiture depuis Grenoble : prendre l'A41, sortir à Brignoud (sortie gratuite), prendre la direction de Villard Bonnot, puis tourner à gauche sur la D290 vers le Mollard et le Col des Mouilles. Au col prendre la route forestière menant au parking de Pré Marcel.



Puis à pied : depuis le parking, le sentier est horizontal voire descendant durant 15 minutes, avant de grimper franchement en lacets jusque vers 1600m puis de traverser vers le sous Jas-Mouton. Une vire facile d'accès mais exposée au vide se trouve juste avant le refuge, sécurisée par un câble.

Dénivellation : 700 m - Durée : 2h - Difficulté : sentier balisé mais passages escarpés sur la fin (main courante).

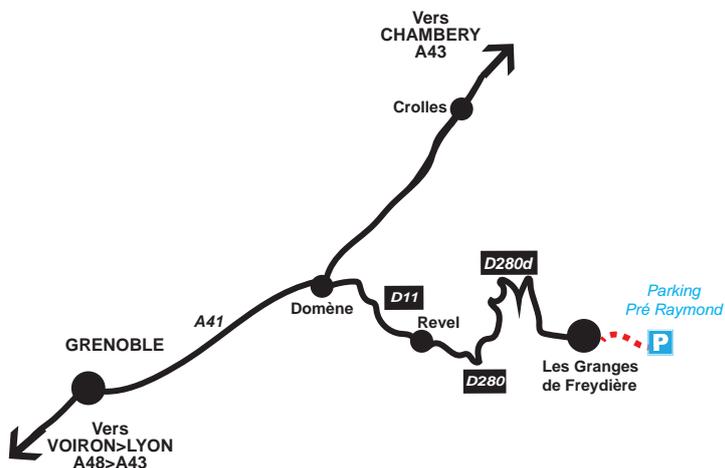
Autres itinéraires possible : pré Long, pont de la Beta ou par la Gorge (www.refugejeancollet.com/l-access)



RESTAURATION & LOGEMENT

Possibilité de se restaurer et de dormir au refuge, sur réservation au 04 76 08 39 23 ou par mail à jeancollet.belledonne@gmail.com

www.refugejeancollet.com



Points d'intérêts aux environs

Musée Bergès / Musée de la Houille blanche (info p.18).

Rando sur le parcours

Randonnée aux lacs du Domènon.

Rando sur le parcours

Randonnée vers le lac blanc ou le col de la Mine de Fer.





R4 HABERT D'AIGUEBELLE

📍 38190 Laval | 1 741 m

Coordonnées GPS : 32T 266122 5012107

Passage des coureurs du 149km vendredi 20 août de 14h à 22h

Depuis Vizille > 47 km, 4085mD+, 2544mD-

SE RENDRE AU REFUGE



En voiture : de Grenoble prendre l'A41, sortir à Brignoud (sortie gratuite) et prendre direction Prabert par la D528 et continuer jusqu'au parking de départ (fin de la route goudronnée).



Puis à pied : le départ s'effectue dans le dernier lacet serré de la route goudronnée. Prendre le sentier en montée (indication lac du Vénétiér, Pas de la Coche). Arrivé sur le replat laisser le GR 549 qui part en montée sur la droite vers le lac de la Coche et aller au Habert d'Aiguebelle.

Dénivellation : 400 m - Durée : 1h30 depuis la barrière.



RESTAURATION & LOGEMENT

Habert d'Aiguebelle, refuge gardé avec 17 couchages. Restauration, demi-pension. Réservation au 06 71 38 47 02.

Une buvette et les bénévoles vous accueilleront au Habert.

Rando sur le parcours

À partir du refuge, possibilité de se promener vers le lac du Vénétiér.



R5 LE PLEynet - LES 7 LAUX

📍 Le Pleynet - 38580 Les Sept Laux

(ATTENTION ! Ne pas confondre avec les 7 Laux - Prapoutel)

Coordonnées GPS : 45.271896, 6.055365

Passage des coureurs du 149km vendredi 20 août à partir de 16h

Depuis Vizille > 63,4 km, 5197mD+, 4033mD-

SE RENDRE AU PLEynet



Depuis Grenoble : prendre l'A41 Grenoble - Chambéry, sortie n° 23 (Le Touvet/Allevard), direction Allevard, puis la Ferrière. Suivre les 7 Laux-Le Pleynet.

Depuis Chambéry : sortie n° 22 (Pontcharra).



PARKINGS

Stationnement sur les parkings de la station juste avant la base vie.

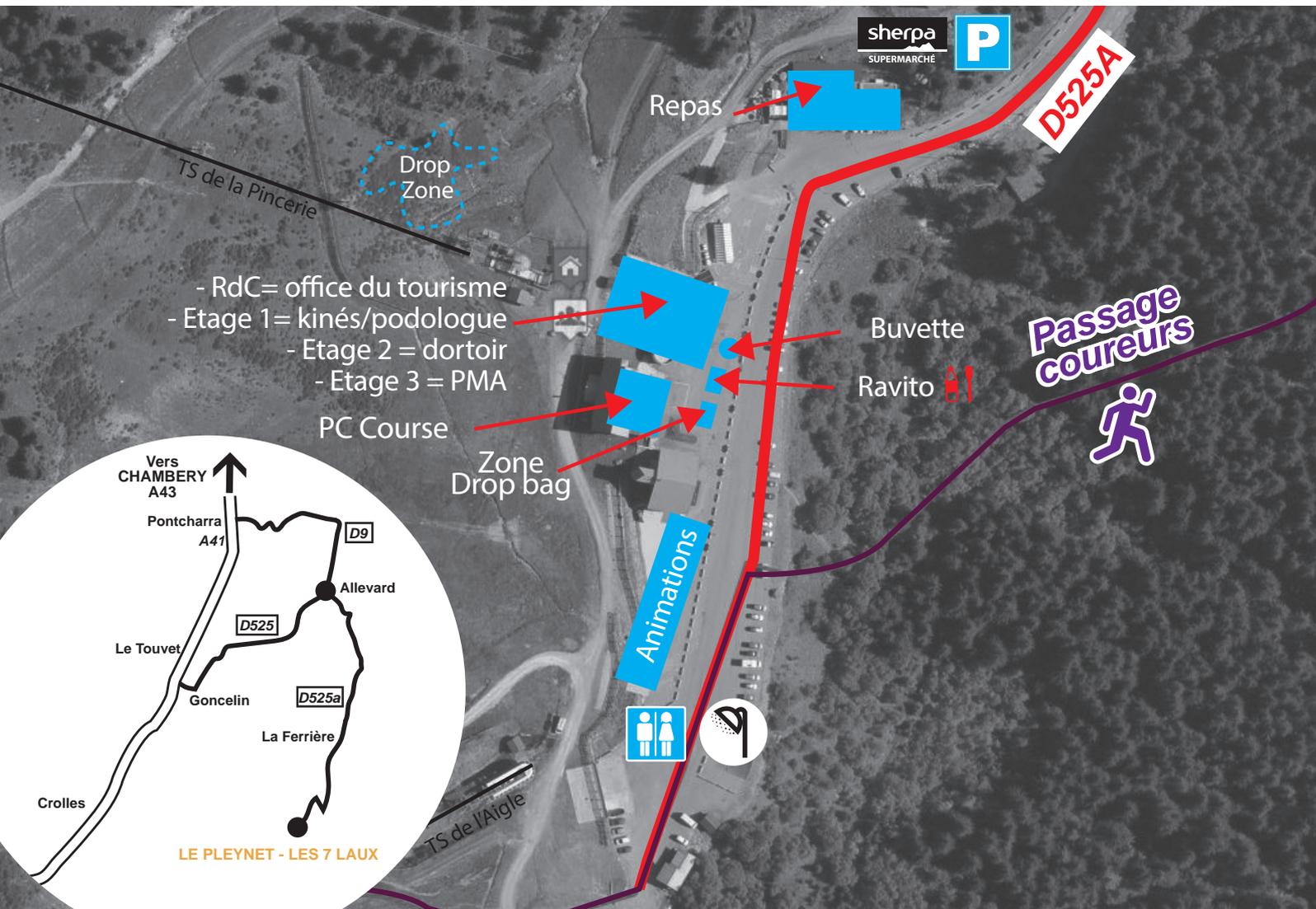


RESTAURATION

Buvette et petite restauration (hot dog) sur la base vie du Pleynet.

Points d'intérêts aux environs

Musée des Forges et Moulins de Pinsot (info p.18).





De nombreuses animations pour tous sur la base vie du Pleynet



BELLEDONNE
Nourrit la Vie

ENTREZ DANS NOTRE BOUTIQUE, POUR SATISFAIRE VOTRE ENVIE DE CONSOMMER DE BONS PRODUITS

Parce que se faire plaisir au quotidien est essentiel, nous vous proposons du pain, des biscuits, du chocolat et de la confiserie, faits de bons ingrédients bio, locaux et gourmands !

Vous pouvez commander
vos produits par téléphone
48H à l'avance

Lundi et Vendredi : 07h00 - 12h30 • 15h00 - 19h00

Samedi : 07h00 - 12h30 • Dimanche : fermé

529 route de Pré Viboud 73110 La Croix de la Rochette • Tél : 04 79 25 37 84



www.belledonne.bio



SKYRACE & DÉPART 87KM FOND-DE-FRANCE

Fond-de-France, Le Haut-Bréda

Coordonnées GPS : 45.285542, 6.074809

Départ Skyrace vendredi 20 août à 9h

Départ Traversée Nord samedi 21 août de 5h à 6h



SE RENDRE AU DÉPART

En voiture : depuis Grenoble prendre l'A41 Grenoble-Chambéry, sortie n° 23 (Le Touvet/Allevard) puis D29 Goncelin/Allevard/Les 7Laux/Le Collet d'Allevard puis suivre La Ferrière. Après le village, site à côté du lac, en face de la Maison de la Nature.



RESTAURATION

Buvette et repas.

R13 LA GRANDE VALLOIRE

38580 Le Haut-Bréda [1 837 m]



Passage des coureurs du 84km samedi 21 août à partir de 7h30

Depuis Fond-de-France > 14,5 km, 1366 mD+, 610 mD-

Parking pont de la Valloire (Haut-Bréda), 2h de marche
Coordonnées GPS : 45.296946, 6.079072

Dépasser le hameau de la Ferrière de quelques centaines de mètres, puis se garer au niveau du pont traversant le Bréda. Le chemin est sur la gauche.

R12 FONTAINE NOIRE

Pas d'accès possible pour les accompagnants cette année.



R6 GLEYZIN

route de Gleyzin / Le Cohard - 38580 Pinsot

Coordonnées GPS : 45.335786, 6.120256

Passage des coureurs du 149km du vendredi 20 août de 19h au samedi 21 août 10h

Depuis Vizille > 80,5 km, 6464 mD+, 5649 mD-



SE RENDRE AU HAMEAU

En voiture : depuis Grenoble prendre l'A41 Grenoble-Chambéry, sortie n° 23 (Le Touvet/Allevard) puis D29 Goncelin/Allevard/Les 7Laux/Le Collet d'Allevard puis suivre Gleyzin/Pinsot.

Se garer à Pinsot et prendre une navette. Celles-ci sont proposées par l'organisation toutes les 30 minutes du vendredi 20 août 15h au samedi 21 août 13h.



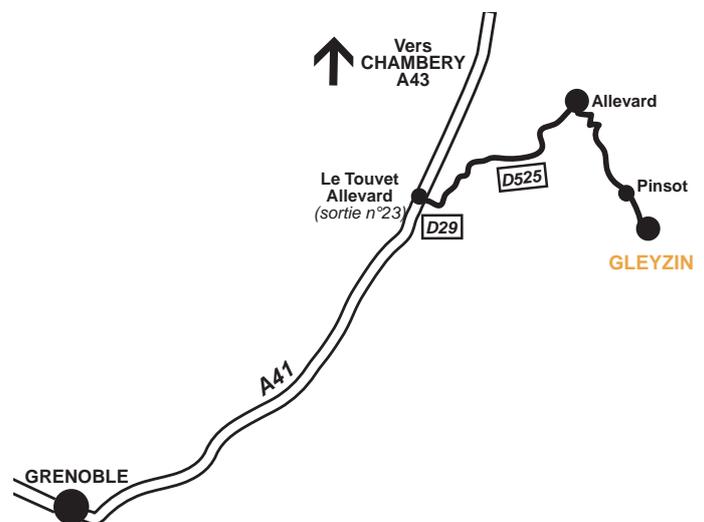
RESTAURATION

Buvette et crêpes à côté du ravitaillement.

Possibilité de se restaurer au Refuge de l'Oule, sur réservation.
Tél : 06 32 46 49 91 / refugedeloule@pinsot.fr

Rando sur le parcours

Refuge de l'Oule





R6 PÉRIOULE

Bergerie de Périoule [2368 m]

Coordonnées GPS : 45.336965, 6.158428

Passage des coureurs du 149km du vendredi 20 août minuit au samedi 21 août 15h

Depuis Vizille > 90,3 km, 7856 mD+, 6331 mD-

Passage des coureurs du 84km samedi 21 août de 10h à 15h

Depuis Fond-de-France > 25,4 km, 2641 mD+, 1899 mD-



SE RENDRE À PÉRIOULE

En voiture : suivez l'A41 ou la D523 jusqu'à Goncelin, dans la vallée du Grésivaudan. Prenez ensuite la direction d'Allevard par la D525. À Allevard se rendre au cœur de la ville et prendre direction Fond de France (D525a). Vous atteignez rapidement le hameau des Panissières. Garez-vous sur le parking au niveau du pont du Veyton (627 mètres). Attention à ne pas bloquer l'accès à la piste 4x4.

Puis à pied : à partir du pont, suivez la route forestière large en sous-bois qui monte jusqu'au lieu dit La Chevrette. Continuez sur le chemin forestier très large jusqu'au Plan de l'Ours que vous rejoignez en 45 minutes. Prenez ensuite la direction du barrage du Carré. La montée se fait en sous-bois et est assez raide. Vous entendez le torrent du Veyton en contrebas. à l'arrivée au barrage du Carré, continuez sur le chemin pour rejoindre l'Aup du Pont en 30 minutes. Vous arrivez maintenant sur une surface plane. Prenez sur la droite (laissez sur votre gauche le chemin qui monte au refuge du Merlet) et traversez le torrent direction Périoule que vous atteignez en à peine 1/4h d'heure par un chemin plat. Le ravito se fait à la bergerie de Périoule.

Distance : 5,5 km - Durée : 2h30 (rando longue et difficile)

Rando sur le parcours

À partir de la bergerie, possibilité de se promener vers les Lacs Morétan (inférieur et supérieur).





DÉPART 62KM ALLEVARD

Place de la résistance, 38580 Allevard

Coordonnées GPS : 45.271896, 6.055365

Départ du 62km samedi 21 août de 9h00 à 10h00

Retrait des dossards place de Verdun (en face de la mairie).



SE RENDRE À ALLEVARD

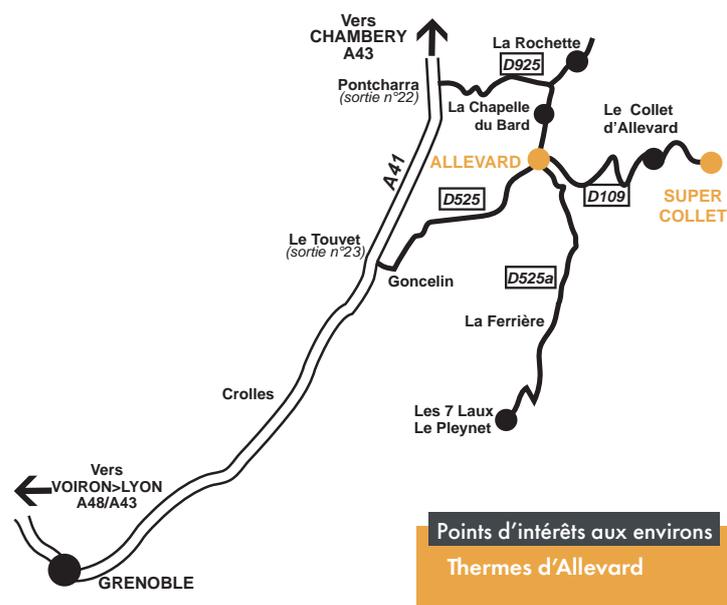
Depuis Grenoble : prendre l'A41 Grenoble - Chambéry, sortie n°23 (Le Touvet/Allevard), direction Allevard.

Depuis Chambéry : sortie n°22 (Pontcharra).



PARKING

Stationnement possible devant la salle de La Pleiade.



R8 SUPER COLLET

Super Collet, 38580 Allevard

Coordonnées GPS : 45.393631, 6.128220

Passage des coureurs du 149km samedi 21 août de minuit à 18h

Depuis Vizille > 100,2km, 8526mD+, 7165mD-

Passage des coureurs du 84km samedi 21 août de 12h à 18h

Depuis Fond-de-France > 35,3km, 3293 mD+, 2717 mD-

Passage des coureurs du 62km samedi 21 août à partir de 9h45

Depuis Allevard > 8,7km, 1206 mD+, 29 mD-



SE RENDRE AU SUPER COLLET

Depuis Grenoble : prendre l'A41 Grenoble - Chambéry, sortie n° 23 (Le Touvet/Allevard) puis D525 direction le Collet d'Allevard, continuer après la station du Collet jusqu'à Super collet.

Depuis Chambéry : sortie n°22 (Pontcharra).

Nous vous conseillons de prendre une navette à Allevard ou au Collet d'Allevard car il est très difficile de se garer en haut.

NAVETTES ACCOMPAGNANTS

Allevard > Collet d'Allevard > Super Collet de 9h15 à 17h

Départs Allevard devant La Pléiade

Arrêt au Collet d'Allevard devant la place M. Dumas

Arrivée parking du Super Collet

> Détail des horaires sur

www.lechappeebelledonne.com/accompagnants





R9 VAL PELOUSE

Val Pelouse, 73110 Arvillard

Coordonnées GPS : 45.418392, 6.168794

Passage des coureurs du 149km de samedi 21 août 2h à dimanche 22 août 2h

Depuis Vizille > 117,7km, 10073mD+, 8621 mD-

Passage des coureurs du 84km de samedi 21 août 13h à dimanche 22 août 2h

Depuis Fond-de-France > 52,7km, 4798 mD+, 4142 mD-



SE RENDRE À VAL PELOUSE

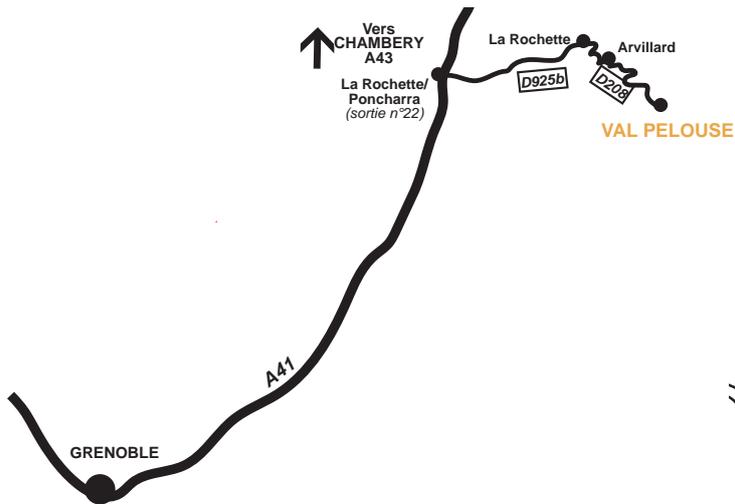
De Grenoble : sur l'A41, prenez la direction de Pontcharra pour sortir de l'autoroute à Goncelin. Rejoignez Allevard et Arvillard, puis suivez la D208 jusqu'à l'ancienne station de ski Val Pelouse. Grand parking au bout de la route.

Depuis Chambéry : sortie n°22 (Pontcharra).



RESTAURATION

Buvette et restauration proposées par l'association de chasse d'Arvillard (ACCA).



Rando sur le parcours

Chalet de la Perrière (info p.18).



R10 LE PONTET - LES GRANGES

Les granges, 73110 Le Pontet

Coordonnées GPS : 45.502010, 6.237670

Passage des coureurs du 149km de samedi 21 août 6h40 à dimanche 22 août 8h

Depuis Vizille > 134,8km, 10906mD+, 10305mD-

Passage des coureurs du 84km de samedi 21 août 15h à dimanche 22 août 8h

Depuis Fond-de-France > 70,3km, 5640 mD+, 5811 mD-

Passage des coureurs du 62km de samedi 21 août 15h à dimanche 22 août 8h

Depuis Allevard > 49,4km, 4241 mD+, 3824 mD-



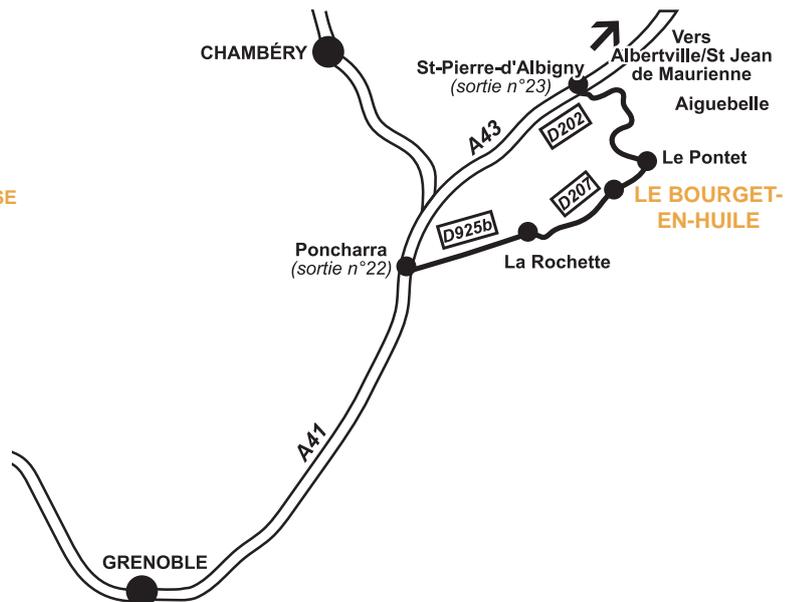
SE RENDRE AU PONTET

De Grenoble : sur l'A41, prenez la sortie N°22 (Pontcharra). Suivez la D925B jusqu'à la Rochette puis D207 jusqu'au Bourget en Huile. **Navette obligatoire.**



RESTAURATION

Buvette et petite restauration samedi 21 août de 7h à minuit proposée par Montagne Nature et Homme.



Rando sur le parcours

Sentier des chevaliers de l'Huille (info p.18).



ARRIVÉE AIGUEBELLE

Parc et château Rochette, rue des Écoles, 73220 Aiguebelle

Coordonnées GPS : 45.545358, 6.302046

Arrivée des premiers samedi 21 août

- 149km solo et/ou duo vers 9h
- 84km vers 16h30
- 62km vers 16h

Situation salle pasta party

Salle STRF - Lac Le Vivier - Montée du Viviers - 73220 Aiguebelle

Coordonnées GPS : 45.538326, 6.308338

500m à pieds du retrait des dossards (suivre le fléchage).



SE RENDRE À AIGUEBELLE

En voiture

Depuis Grenoble : prendre l'A41 Grenoble - Chambéry, puis changer pour l'A43 en direction de Turin/Albertville/Milan. Prendre la sortie n° 24 : La Rochette/Aiguebelle/Aiton. Puis dirigez vous vers Aiguebelle.

Depuis Chambéry : prendre l'A43 en direction d'Albertville, puis sortie n°24 Aiton. Suivre la D1006 vers Aiguebelle.

En train

Le village est desservi quotidiennement par la SNCF. De Grenoble ou Chambéry, faites escale à Montmélian puis prendre en direction de St Jean de Maurienne/Modane. Arrêt : Aiguebelle. La gare n'est qu'à quelques minutes à pieds du village d'arrivée.



PARKINGS

- À l'entrée d'Aiguebelle
- Devant le foyer rural

LOGEMENT

Aire de camping car : gratuite mais non surveillée, face à la gare SNCF.

Aire de camping : gratuite mais non surveillée, dans le parc Rochette.

Le gymnase de la course sera accessible pour se reposer avec des matelas à partir de 21h00 environ le jeudi 19 août après la pasta-party.

Pour ces 3 formules, douches et WC sont accessibles dans le gymnase face au Parc Rochette.

Si vous ne souhaitez pas camper, il existe peu d'hébergements à Aiguebelle. Si vous disposez d'une voiture, retrouvez la liste des gîtes et chambres d'hôtes sur le site de l'office du tourisme Porte de Maurienne. Tél. 04 79 36 29 24. www.portedemaurienne-tourisme.com



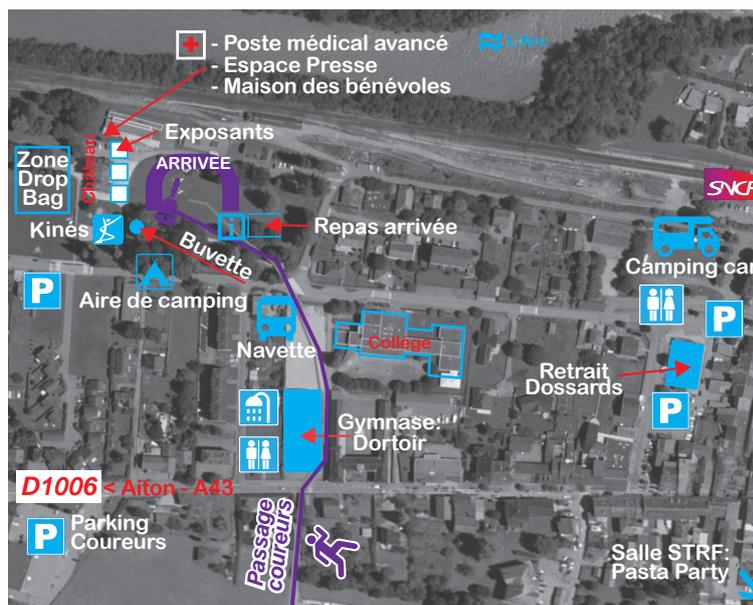
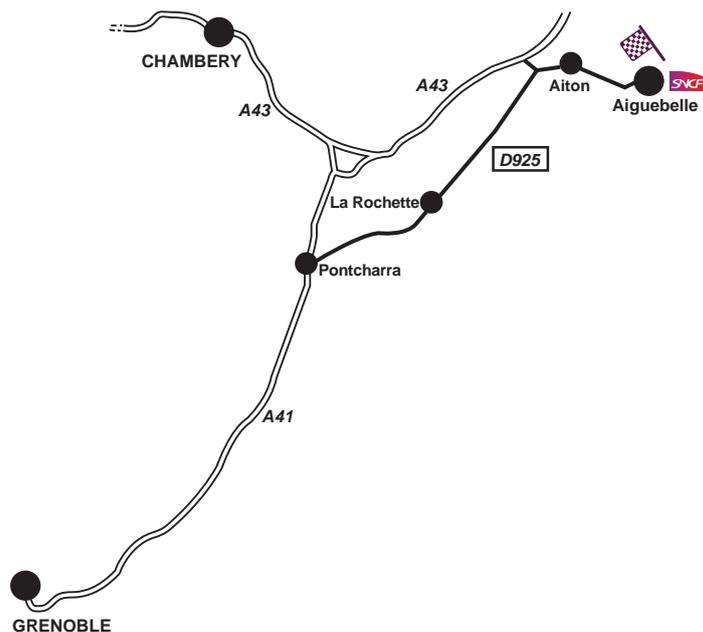
RESTAURATION DANS LE PARC ROCHETTE

Diot-polenta, tomme et tarte : 10 euros, du samedi de 11h à 22h et le dimanche de 11h à 14h.

Buvette et crêpes / Sandwichs.

Points d'intérêts aux environs

- Musée Opinel
- Musée du Grand Filon
- Lac des Hurtières





L'AVENTURE

NO LIMIT



Double bord côte non comprimant

Bouclier de protection tibial fine bouclette

Talon Renfort Cordura®



Maille variable de maintien

Garantie 2000 km ou 2 ans sans trou

Pointe Renfort Cordura®

Triple bandes stabilisation des appuis périphériques

NO LIMIT WALK COURTE
Réf. : 1 091

NO LIMIT WALK
Réf. : 1 066



Fine et légère • Résistante
Respirante • Performante



Tél. : 01 64 35 23 03 - www.rywan.com

> L'ORGANISATION

Ils participent toute l'année au succès de L'Échappée Belle avec le soutien des 30 communes, des 600 bénévoles et des partenaires et collectivités :

Florent HUBERT, Fabien COUZON, Mélodie ROUDAUD (gestion des bénévoles), Ninon MENARD (départs de Vizille et du Pleynet), Suzanne CARLINI (village d'Aiguebelle), Elise MOGENIER (départ d'Alleverd), Denis BARBEROT (site Fond-de-France), Emmanuelle GLEIZES (Inscriptions, relations coureurs), Séverine BOURASSET (développement durable et logistique), Stéphane VARVAT (responsable matériel et flux), Georges RONC et Alexis LECANU (équipe logistique), Marina LALLEMAND (soins paramédicaux), Arnaud MANTOUX, Ronan REBOUD, Marianne CHOPARD et Emmanuelle GLEIZES (PC course et sécurité), Franck DORNE (balisage, entretien des sentiers et tracé), Sylvie QUERCIA (communication et relations presse, animations), Pierre GAGNIERE (vidéo), Fabrice COURT (web et informatique), Philippe BELLARD (réseau ambassadeurs), Frédéric EYBER (recherche de partenaires).

Epaulé sur le terrain par des chefs de ravitos :

R1 Arselle : Patrice MALJOURNAL,
R2 La Pra : Florian MOSCATELLO,
R3 Jean Collet : Stéphane BREDEAU,
R4 Habert : Loic GAUDRY,
R5 Pleynet : Benjamin GALLAND, Ninon MENARD, Elise MOGENIER,
R6 Gleysin : Véronique GRIOT,
R7 Perioule : Julien GUIBERT,
R8 Super Collet : Nicolas DETTOMA,
R9 Val Pelouse : Manon GONDREXON, Daniel DUPUIS,
R10 Le Pontet : Clotilde LATERRADE,
R11 Aiguebelle : Laurent BREBION,
R12 Fontaine noire : Denis BARBEROT, Therry MARTIN,
R13 La Valloire : Serge GALLO.

Photographes : Jean-Luc AUGIER, Matthieu RIEUX, Bruno LAVIT, Yann MARCHAIS, Alexandre GELIN et Pierre JAYET.



> NOS PARTENAIRES



Loueur de véhicules



LE DÉPARTEMENT



Un grand merci aux communes traversées, associations locales, refuges et offices du tourisme pour leur soutien logistique et la mise à disposition de leurs équipes, infrastructures et matériels.



DYNAFIT

DNA

