

Journal de randonnée en Oisans

de Pierre le cycliste



5 minutes avant d'arriver au sommet du col du Galibier le 28 juin 2024 à 13h13

du 17 juin au 28 juin 2024

Les voyages à vélo de Pierre
Le blog de Pierre le cycliste
<https://www.pierre-le-cycliste.fr/>
pierre.le.cycliste@proton.me
Finalisé le 01/07/2025

Journal de randonnée en Oisans

du 17 juin au 28 juin 2024

Sommaire

Freney d'Oisans – jour 01 – Montée à Bons – 370 mètres de dénivelé – 10 kilomètres.....4

Freney d'Oisans – jour 02 – Montée aux Courts via Puy le Bas – 670 m de dénivelé - 12 km.....10

Freney d'Oisans – jour 03 – Montée aux Deux Alpes – 730 mètres de dénivelé – 11 km – moy. 8,2 km/h...11

Freney d'Oisans – jour 04 – Circuit à pied – Freney – Mizoën – Puy le Bas – 375 mètres de dénivelé16

Freney d'Oisans – jour 05 – Montée au col de Sarenne – 1999 mètres d'altitude – moyenne 7,5 km/h.....22

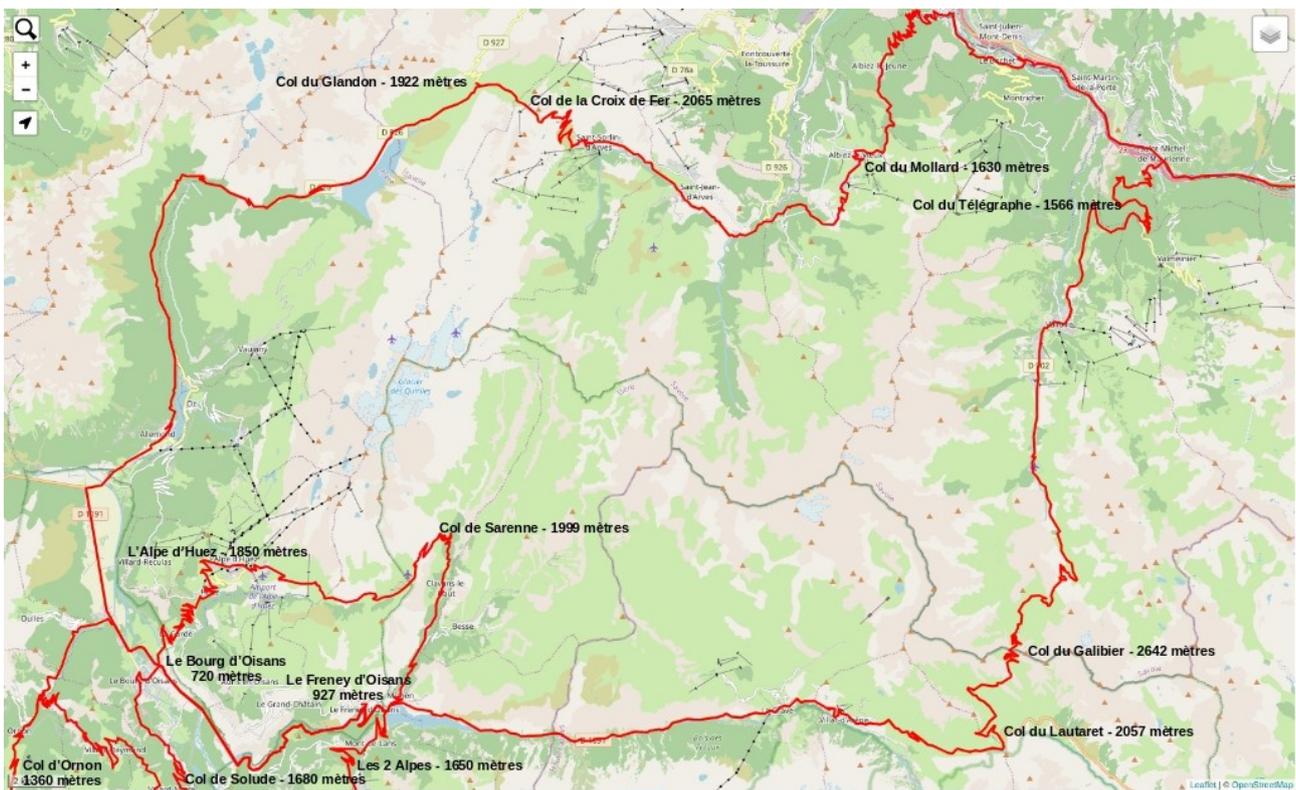
Freney d'Oisans – jour 07 – Le col de Sarenne via l'Alpe d'Huez et ses 21 virages mythiques.....29

Freney d'Oisans – jour 09 – Ascension du col du Galibier – Altitude 2568 mètres.....35

Freney d'Oisans – jour 10 – Randonnée à pied au-dessus de La Grave – 12 kilomètres aller-retour.....45

Freney d'Oisans – jour 11 – Col d'Ornon (1377 mètres) – Col du Solude (1680 mètres) – 68 kilomètres.....53

Freney d'Oisans – jour 13 et 14 – Le BAC – Brevet Alpin de Cyclotourisme – 205 km.....64



Le Freney d'Oisans – 927 mètres
Les 2 Alpes – 1650 mètres
Col de Sarenne – 1999 mètres
L'Alpe d'Huez – 1850 mètres
Col du Lautaret – 2057 mètres
Col d'Ornon – 1360 mètres
Col de Solude – 1680 mètres

Le Bourg d'Oisans – 720 mètres
Col du Glandon – 1922 mètres
Col de la Croix de fer – 2065 mètres
Col du Mollard – 1630 mètres
Col du Télégraphe – 1566 mètres
Col du Galibier – 2642 mètres

Freney d'Oisans – jour 01 – Montée à Bons – 370 mètres de dénivelé – 10 kilomètres

Publié le [17 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Dès le samedi, malgré un temps très humide et un peu maussade, nous sommes montés à Bons, petit village au-dessus de Freney, à mi-chemin de la station des deux Alpes, 350 mètres de dénivelé.

La montée à travers bois, assez raide, très fleurie, ne fait que 2,5 kilomètres, mais la descente par la route via Mont-de-Lans et le barrage du Chambon, avec de très belles vues, est très longue.



Epervière.



Ancolie.



Barbe de bouc.



Sainfoin.



Sauge.



Rhinante.



Depuis Bons, l'église de Freney d'Oisans.



Chantal arrive à Bons.



La lavoir de Bons.



Le village de Mizoën vu en descendant de Mont de Lans.



Lis Safrance.

Freney d'Oisans – jour 02 – Montée aux Courts via Puy le Bas – 670 m de dénivelé -12 km

Publié le [17 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Chantal se repose de la montée d'hier.

Randonnée à pied vers les Courts. Grand beau temps.

4 heures de randonnée.



L'Infernet vu du chemin du facteur entre Puy le Bas et Les Courts.



Vue vers Les Courts, du chemin du facteur entre Puy le Bas et Les Courts.

Freney d'Oisans – jour 03 – Montée aux Deux Alpes – 730 mètres de dénivelé – 11 km – moyenne 8,2 km/h

Publié le [17 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Ce matin, montée aux Deux Alpes sous le soleil.

Départ 7h00, Arrivée aux Deux Alpes à 9h20 après un petit arrêt au barrage du Chambon pour enlever le coupe-vent. Il ne faisait pas chaud en partant (9°), mais après 2 kilomètres, j'étais chaud.

Un peu de stress au départ, étais-je suffisamment en forme pour monter là-haut ?

Mais après le Massif Central et l'Ardèche, la condition physique est bonne, même si mon nerf sciatique se manifeste un peu le soir.

Montée facile qui m'ouvre des perspectives pour les jours à venir si le temps se maintient.

730 mètres de dénivelé – 11 km – moyenne 8,2 km/h – pourcentage moyen 6,6 % avec pas mal de pente entre 7 % et 9 % et quelques rampes à plus de 10 % sur 200 mètres.

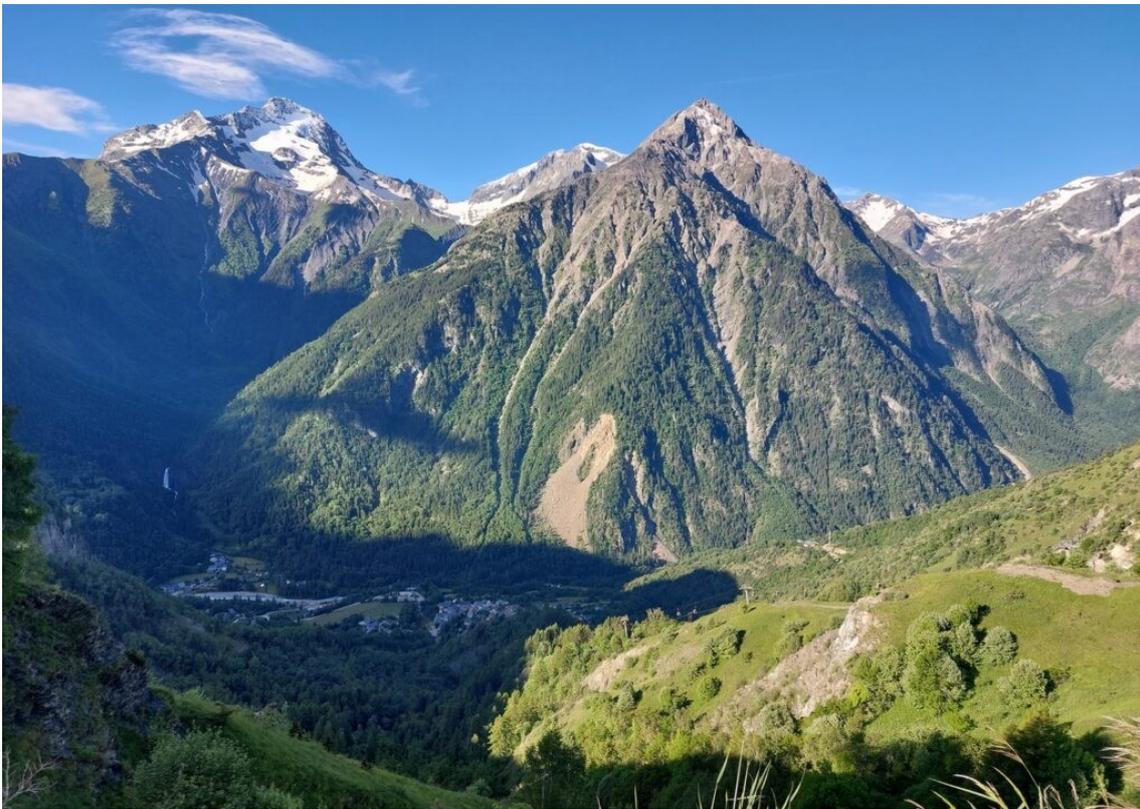
Après-midi calme. Rédaction des articles de blog en retard.



La station des Deux Alpes (l'Alpe de Mont de Lans et l'Alpe de Venosc) avec, au fond, l'aiguille de Venosc.



La vallée de Venosc.



La vallée de Venosc.



La vallée de Venosc.



Vue du côté de la vallée de la Romanche depuis la station des Deux Alpes .



Vue du côté de la vallée de la Romanche depuis la station des Deux Alpes.



Mont de Lans, en descendant de la station des Deux Alpes.



Mont de Lans, en descendant de la station des Deux Alpes.



*Mont de Lans, en descendant de la station des Deux Alpes.
A droite, la vallée du Ferrand qui monte vers le col de Sarenne.*

Freney d'Oisans – jour 04 – Circuit à pied – Freney – Mizoën – Puy le Bas – 375 mètres de dénivelé – 9 km – moyenne 3 km/h

Publié le [18 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Ce matin, nous sommes descendus en voiture à Bourg d'Oisans pour faire valider à la Gendarmerie nos procurations pour le vote du 30 juin, le 7 juillet nous serons rentrés.

Nous en avons profité pour faire quelques courses à la coopérative bio du centre ville.

Cet après-midi, Chantal s'est reposé pendant que j'allais faire une marche à pied.

Montée à Mizoën en passant sous le barrage du Chambon, puis 1 kilomètre sur la route en direction de Clavans et reprise d'un chemin en balcon pour revenir vers Puys le Bas et redescendre ensuite sur Freney.

375 mètres de dénivelé entre le point le plus haut et Freney. Dans la pratique, ce n'est pas tout plat, mais avec beaucoup de petites montées et petites descentes.



De Freney à Mizoën, l'itinéraire ne prend pas la route, mais remonte la Romanche pour arriver sous le barrage.



La vallée du Ferrand, affluent de la Romanche, le confluent est à Freney, sous le barrage du Chambon.



Mizoën.



Notre Dame du Follet.



Dingue de faire du VTT sur ce sentier !



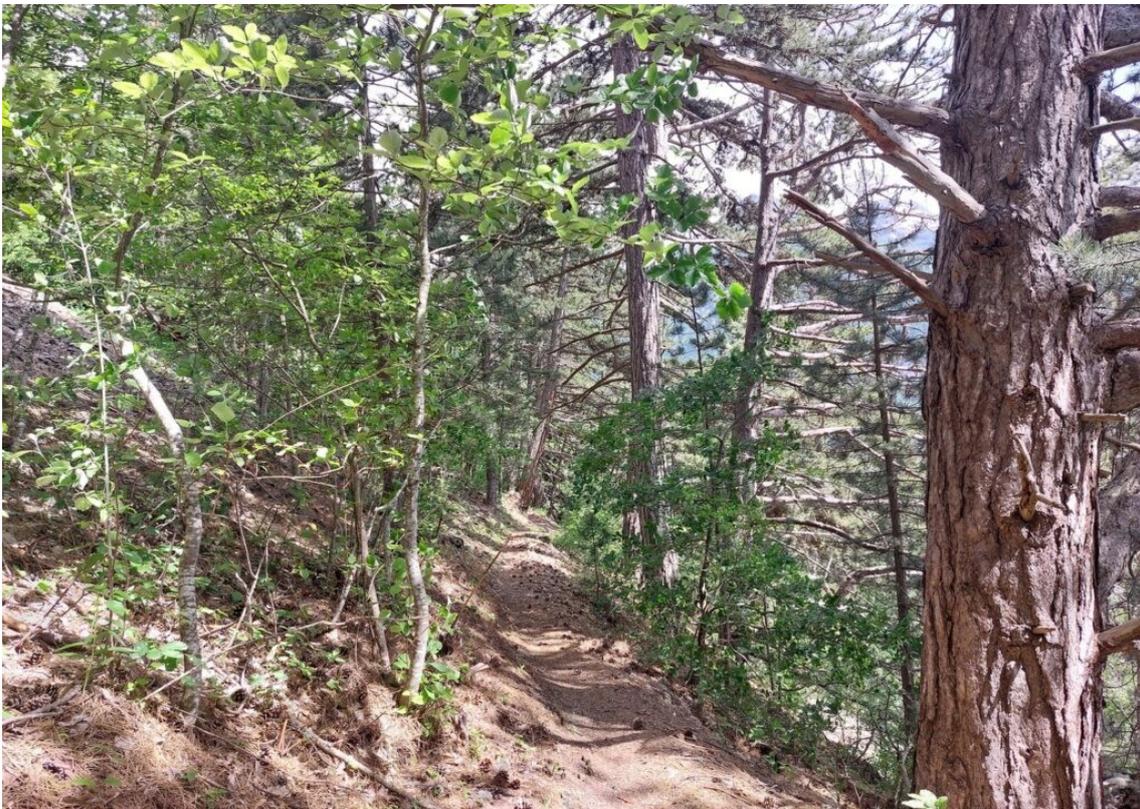
Freney vu de Notre Dame du Follet, et le défilé de l'Infernet (vallée de la Romanche vers Bourg d'Oisans). A mi-pente au-dessus, le village de Bons où nous étions monté samedi avec Chantal, à travers bois, par un sentier raide, mais bien marqué.



Zoom sur le toit rouge à Freney, notre gîte occupe une petite partie de cette grande maison.



Chemin dans le bois de résineux et autres espèces.



Chemin dans le bois de résineux et autres espèces.



Mizoën et le barrage du Chambon.



A droite, à mi-pente, le village de Mont de Lans. Plus à gauche, on aperçoit la cascade de la Pisse et un peu plus bas à gauche le village de Cuculet. Au niveau des neiges au centre, les pistes de ski des Deux Alpes

Freney d'Oisans – jour 05 – Montée au col de Sarenne – 1999 mètres d'altitude – vitesse moyenne 7,5 km/h

Publié le [19 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Ce matin, départ 6h30, temps clair, un peu brumeux, altitude 930 mètres

Montée au lac du Chambon, puis premier raidillon pour monter à Mizoën, altitude 1185 mètres.

Ensuite, on remonte la vallée du Ferrand jusqu'à Clavans le Bas (1365 mètres), puis Clavans le Haut (1400 mètres).

Toute cette première partie (un peu moins de 9 kilomètres) se fait essentiellement à l'ombre, le soleil est bien levé, mais caché par les montagnes.

Il reste 6 kilomètres pour arriver au sommet du col de Sarenne, ascension au soleil avec une superbe vue sur les montagnes.

Globalement 2 heures pour faire 15 kilomètres, 1070 mètres de dénivelé, à 7,5 km.h, pourcentage moyen 7 %, si on ne tient pas compte des descentes. Dans la pratique, c'est plutôt un peu plus raide, le dernier kilomètres est à 10,5 %.

Le kilomètre le plus lent (le dernier) a été parcouru à 5,6 km/h.

La forme est bonne, et je passe sans difficulté ce col.

Puis c'est 7 kilomètres de faux-plat pour rejoindre l'Alpe d'Huez où je m'alourdis de 5 kilos de ravitaillement.

Descente de 13 kilomètres jusqu'à Bourg d'Oisans. Je croise la 12^e édition de la Montée de l'Alpe d'Huez du 93^e Régiment d'Artillerie de Montagne. 21 virages de solidarité pour soutenir les blessés de l'Armée de Terre, des cyclistes musculaires, des cyclistes en VTT électrique, des coureurs à pied, des marcheurs à pied. Très très nombreux. Cela s'étale tout au long de la montée (descente pour moi).

Ensuite 5 kilomètres de faux-plat le long de la Romanche avant d'entamer la montée sur Freney d'Oisans où il faut reprendre 250 mètres de dénivelé en 4 km, avant de redescendre un peu sur Freney.

Au total un tour de 49 kilomètres parcourus tranquillement en 4h30, en comptant les arrêts.

Itinéraire bien connu pour moi, cela doit être au moins ma 4^eme ascension du col de Sarrene et retour par l'Alpe d'Huez.

Cet après-midi, montée en voiture à Mont de Lans, et aller-retour à pied avec Chantal jusqu'au village de Cuculet (village en cul de sac).

Beaucoup de brume sur les sommets et gouttes en fin de balade.



Dans la montée du col de Sarenne, vue vers les Deux Alpes et l'aiguille de Venosc.



Dans la montée du col de Sarenne, vue vers les Deux Alpes et l'aiguille de Venosc.



Dernier virage avant le col de Sarenne, vue vers la Meige.



Sommet du col de Sarenne, altitude 1999 mètres.



La vallée de la Sarenne vers l'Alpe d'Huez, vue du col de Sarenne.



Aperçu sur l'Alpe d'Huez.



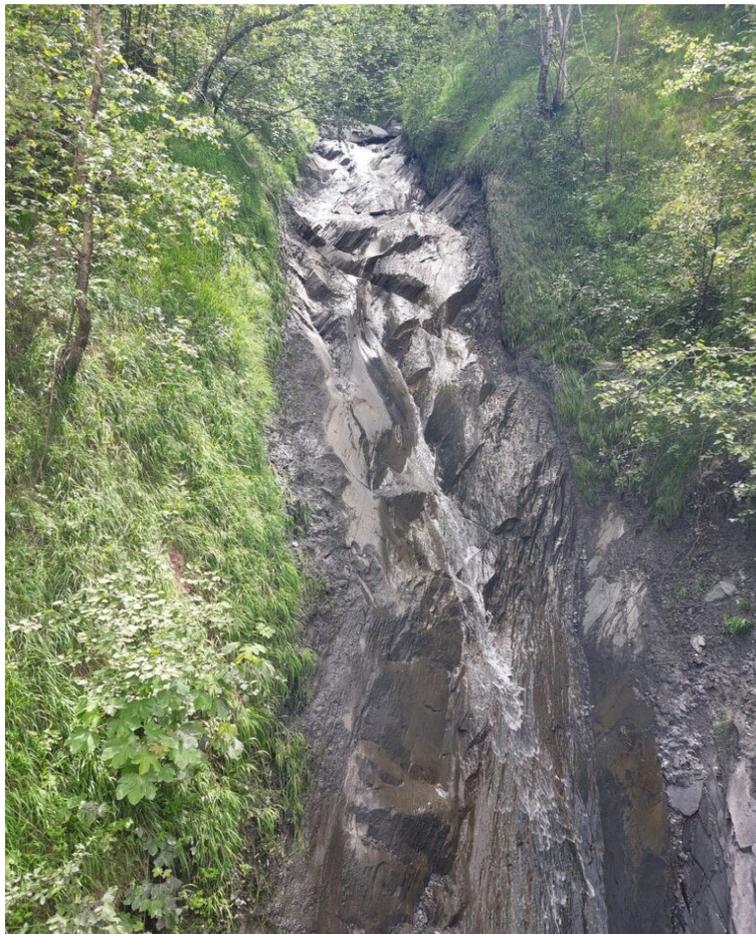
Vue vers la vallée de Bourg d'Oisans depuis l'Alpe d'Huez.



Bourg d'Oisans, vue dans la descente de l'Alpe d'Huez.



A gauche, dans la brume, le village de Mizoën, à droite le village de Cuculet.



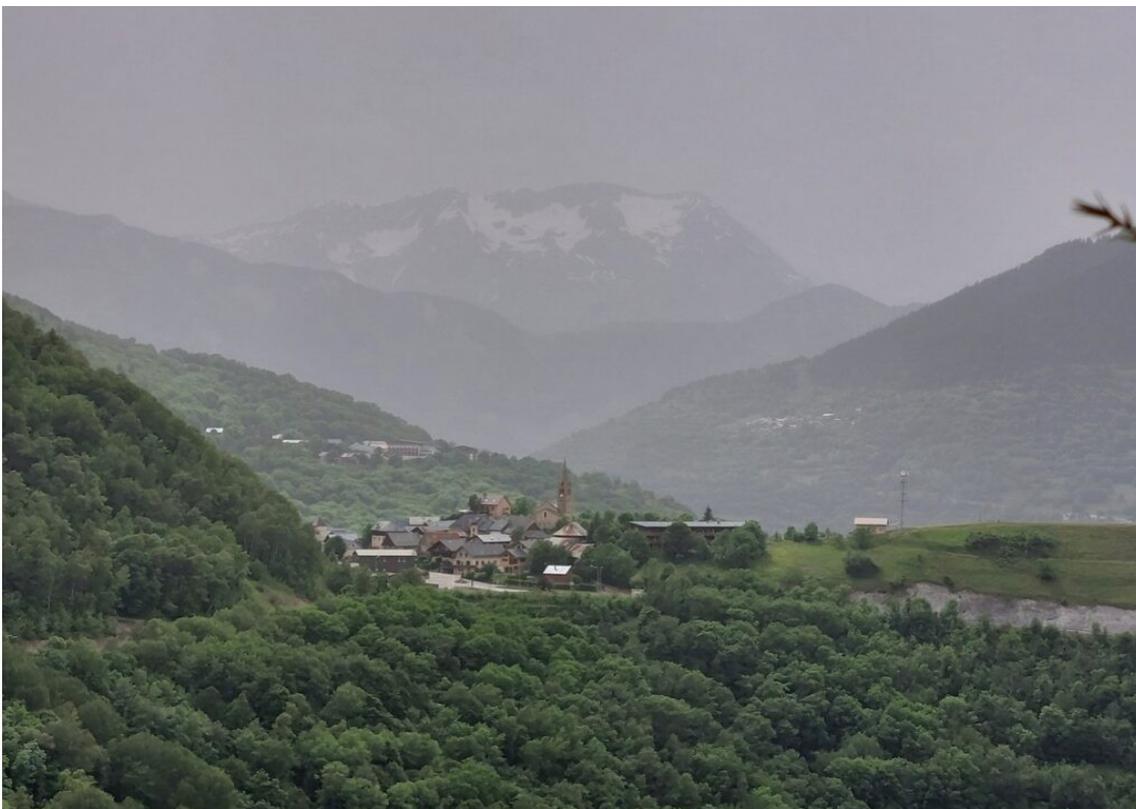
Petite cascade.



Au fond, on aperçoit la cascade de la Pisse, sur la route de Mont de Lans à Cuculet.



Le torrent sous la cascade de la Pisse.



Mont de Lans, vue de Cuculet, dans la brume.



Bleuets à Cuculet.

Freney d'Oisans – jour 07 – Le col de Sarenne via l'Alpe d'Huez et ses 21 virages mythiques.

Publié le [21 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Hier, sixième jour au Freney d'Oisans, j'ai eu la flemme de faire un article.

Journée de pluie continue qui ne nous a pas empêché de monter en voiture aux Deux Alpes où nous avons parcouru à pied la station d'un bout à l'autre, deux kilomètres dans un sens, deux kilomètres dans l'autre sens.

Nous sommes allés jusqu'au télécabine qui relie le village de Venosc aux Deux Alpes. Télécabine fréquenté par les Vttistes qui s'entraînent pour le « Mountain of Hell » (Montagne de l'enfer), la descente de VTT la plus chaude et la plus dingue de France.

- *c'est très simple : un départ les pneus dans la neige... pour 2400m de dénivelé.*
- *c'est très chaud : une descente enduro freeride de 25 km sur tous types de terrain. (single track, rochers, neige) avec une bonne dose d'adrénaline ...*
- *c'est tout droit : un dénivelé négatif de fou... tout schuss... le premier arrivé en bas a gagné !!!!*

Mercredi, nous étions à Cuculet où se déroulera samedi l'épreuve de qualification du Mountain of Hell qui aura lieu dimanche. Nous avons déjà eu un aperçu de l'épreuve.

Aux Deux Alpes, nous avons eu un aperçu des VTTistes en action. Ils partent de la station des Deux Alpes près du télécabine de Venosc, descendent comme des fous et remontent par le télécabine, tout crottés comme aime bien l'être un VTTiste. Exactement comme des skieurs en hiver. Chaque cabine comporte à l'extérieur un support pour le vélo. Une remontée coûte 3,50 €, mais on peut prendre un abonnement 4 heures (22 €) ou à la journée (29 €).

Ce matin, à mon réveil, à 5h30, il pleuvait fort et la météo n'était pas optimiste pour la journée, prévoyant averses et orages pour toute la journée.

Vers 10 h, le temps avait l'air de se lever et je décidais d'aller tenter ma chance pour faire à l'envers mon étape de mercredi, monter au col de Sarenne, en descendant à Bourg d'Oisans pour remonter à l'Alpe d'Huez par les 21 mirages mythiques du Tour de France, et pour suivre ensuite l'ascension au col de Sarenne via le faux-plat de 6 kilomètres et redescendre ensuite au Freney en passant par Clavans, la vallée du Ferrand.

J'ai eu la chance de ne pas avoir de pluie jusqu'au dernier kilomètre avant d'arriver au sommet du col. Par contre, pendant le dernier kilomètre, gros orage et forte averse. Mercredi, j'avais repéré une très belle toilette sèche au sommet du col. J'ai été très content de m'y abriter pour me protéger, mais j'étais déjà bien mouillé ayant fait toute l'ascension en polaire.

Quand l'orage et la pluie s'est un peu calmée, j'ai pris mes photos, enfilé mon coupe-vent et ma cape de pluie, il ne me restait qu'à descendre.

Descente sans problème, mais arrivé à Clavans le Bas, l'orage reprend de plus belle avec une très grosse averse de grêle. Heureusement, je trouve un garage ouvert pour me réfugier.

Quand ça se calme, je repars et arrive sans difficulté au Freney, bien trempé. Vivement le soleil pour tout faire sécher !

Les 13 kilomètres de la montée à l'Alpe d'Huez (altitude 1829 mètres, 1049 mètres de dénivelé) sont en moyenne à 8,1 %, et je les ai parcouru à 7,1 km/h. Le premier kilomètre est à 11,1 % parcouru à 5,5 km/h.

Du pied de l'Alpe d'Huez au col de Sarenne (altitude 1999 mètres), il y a 1220 mètres de dénivelé en 22 kilomètres parcourus à 8,9 km/h de moyenne pour une pente moyenne de 5,6 %.

Dans la montée de l'Alpe d'Huez, je me suis fait doubler par 18 vélos musculaires, cyclo-sportifs), dont une femme qui grimpeait très bien, mais s'est arrêté à Huez. Un vélo Bianchi (comme mon vélo de course) m'a aussi rattrapé, mais j'ai bien vu qu'il aurait du mal, n'ayant pas des développements suffisamment petits, et effectivement peu après, je le laissais sur place ...

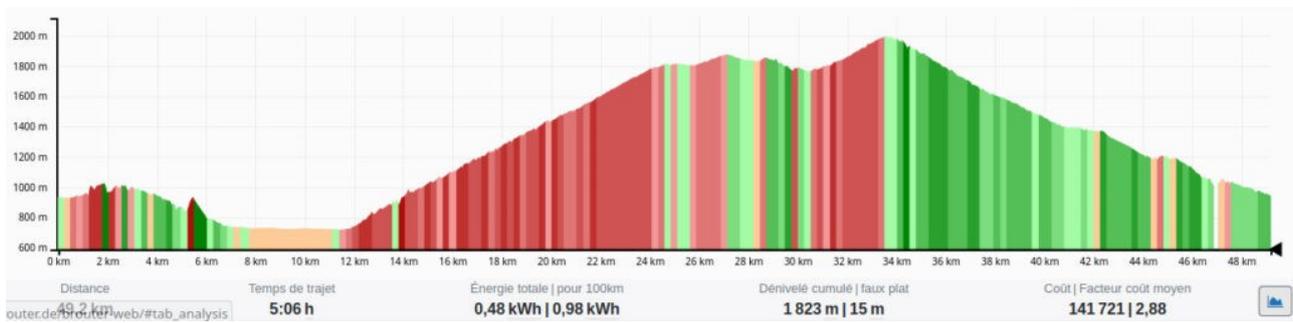
Aucun vélo électrique. Visiblement les vélos électriques n'aiment pas rouler sous la pluie.

Je suis le seul à avoir continué jusqu'au col de Sarenne, croisant successivement 3 couples de vélos musculaires, sur vélo léger, mais plutôt randonneur que cyclo-sportif.



Le circuit de 49 km.

Freney d'Oisans – Bourg d'Oisans – l'Alpe d'Huez – Col de Sarenne – Clavans – Mizoën – Freney d'Oisans .





Une photo prise dans la montée par la société Photo-Nomades à 12h03



Une autre photo prise par la société Photo-Breton à 12h24



*La chapelle Saint Claude aux Deux Alpes
(photo d'hier).*



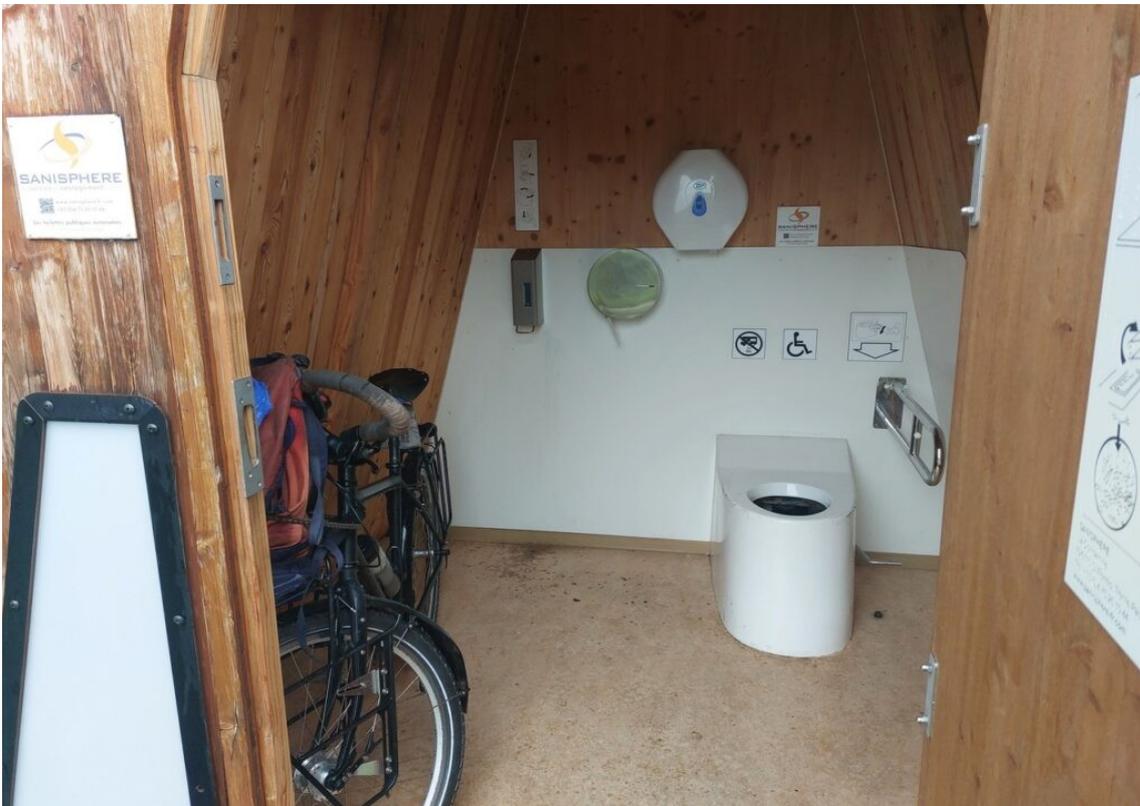
*Centaure aux Deux Alpes
(photo d'hier).*



La route vers le col de Sarène en venant de l'Alpe d'Huez.



Les toilettes sèches du col de Sarenne.



Les toilettes sèches du col de Sarenne.



Le col de Sarenne.

Freney d'Oisans – jour 09 – Ascension du col du Galibier – Altitude 2568 mètres

Publié le [23 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Hier, balade à pied avec Chantal, d'abord, à partir du lac de Chambon, en prenant la véloroute aménagée le long du lac du Chambon, sur la rive gauche de la Romanche. La route de Briançon longe le lac du Chambon en remontant la rive droite de la Romanche.

Cette véloroute a été aménagée sur la route qui a servi de dépannage lorsque le tunnel du Chambon avait subi un glissement de terrain en 2015. Le tunnel avait été fermé pendant 20 mois.

Mais cette véloroute est fermée, sans aucune précision sur la réouverture, des travaux de sécurisation sont en cours.

Nous avons du faire demi-tour, et nous sommes montés à Mizoën.

Ce matin, départ 6h08, objectif : le col du Galibier (2642 mètres) auquel on accède par le col du Lautaret (2568 mètres).

Le col du Lautaret permet de passer de la vallée de la Romanche (affluent du Drac au sud de Grenoble (entre Vizille et Grenoble), lui-même affluent de l'Isère à Grenoble) à la vallée de la Guisane (affluent de la Durance à Briançon).

Le col du Galibier permet de passer des vallées de la Romanche et de la Guisane à la vallée de la Maurienne.

J'ai déjà plusieurs fois franchi le col du Galibier. La première fois avec bagages au cours de l'été 1974 avec mon frère François dans un circuit Saincaize-Lyon passant par les grands cols alpins du Tour de France. J'avais 20 ans et mon frère 19 ans.

Aujourd'hui, pour la première fois, je ne passerai pas le col, la route est ouverte pour passer en Maurienne via le tunnel routier sous le col, mais la route qui permet de monter au col est fermée. On est encore au mois de juin et la route ne doit pas être déneigée, ou le mauvais temps a peut-être rendu la route impraticable.

Il manque donc le dernier kilomètre. Au lieu de monter à 2642 mètres, je ne suis monté qu'à 2552 mètres, m'épargnant le dernier kilomètre à 10 %.

Le Tour de France 2024 passera par le col du Galibier (la route aura probablement été déneigée), le mardi 2 juillet lors de sa quatrième étape (!) en venant d'Italie (départ du Tour à Florence le samedi 29 juin) via le col du Montgenèvre (classé 2° catégorie) et Briançon. Le col du Galibier est classé en Hors-Catégorie.

Temps couvert pendant toute l'ascension. Je suis parti en T-shirt et polaire, mais après treize kilomètres, j'ai mis mon coupe-vent que j'ai gardé jusqu'en haut où il faisait très froid.

Pas très gênant dans la montée, mais pour la descente, j'ai rajouté un maillot en polaire sous mon gilet polaire et par-dessus mon coupe-vent. J'ai rajouté aussi ma cape-de pluie pour m'isoler encore mieux du froid. Je n'avais pas pris mes gants ... ils sont pourtant au Freney... je ne les oublierai pas pour mes prochains parcours.

Après 28 kilomètres, c'est long, j'étais content d'arriver au col du Lautaret. Pause d'un quart-d'heure pour manger un sandwich pain-beurre de cacahuète.

Et c'est reparti pour les 7 kilomètres restants.

J'en avais encore sous la pédale quand je suis arrivé au tunnel, prêt pour le kilomètre final, mais déception !

Montée au col du Lautaret : pente moyenne 4%, vitesse moyenne 10,2 km/h

Montée au tunnel du Galibier (depuis le Lautaret) : pente moyenne 6,4 %, vitesse moyenne 7,4 km/h

Avant de redescendre, j'ai fait une pause à l'abri du vent du mémorial Henri Desgranges, déshabillage et rhabillage pour enfiler mon maillot polaire sous mon gilet et mon coupe-vent. J'ai eu beaucoup de mal à enlever mon casque, je n'arrivais pas à le détacher tellement j'avais les mains froides.

J'en ai aussi profité pour manger un œuf et une banane.

Je ne me suis fait doubler par aucun cycliste pendant toute cette ascension, et pendant les 20 minutes où je suis resté en haut, je n'en ai pas vu arrivé un seul.

Descente tranquille, d'une part, il n'est pas facile de freiner avec des mains gelés, d'autre part, la route du Galibier est étroite et sans aucune protection, et l'heure avançant, les voitures commençaient à monter et beaucoup de cyclistes aussi.

Retour à midi au Freney.



Profil de l'ascension du col du Galibier, altitude 2568 mètres, à partir du Freney d'Oisans, altitude 932 mètres, 35 km, pente moyenne 4,6 %.



Mizoën sur son promontoire au-dessus du lac de Chambon, vue de la véloroute (fermée) le long du lac (rive gauche de la Romanche)..



Pause après 13 kilomètres de route, je mets mon coupe-vent par dessus ma polaire, il ne fait pas chaud.



Au col du Lauraret, intersection pour le col du Galibier, ouvert, pas tout à fait ...



Col du Lautaret, altitude 2058 mètres.



La route du col du Galibier, fermée ! A tous, même aux piétons.



Le tunnel routier, sous le col du Galibier, voie unique en alternance dans un sens ou dans l'autre, interdit aux piétons et aux vélos, mais ils n'ont pas le choix, à droite la route du col est fermée !



Le mémorial Henri Desgrange, créateur du Tour de France Cycliste, juste avant l'entrée du tunnel du Galibier qui permet de passer dans la vallée de la Maurienne.



La vallée de la Guisane qui se jette dans la Durance à Briançon, Durance qui alimente le lac de barrage de Serre-Ponçon, arrose Sisteron, Manosque, Cavailon avant de se jeter dans le Rhône à Avignon.



La vallée de la Guisane qui se jette dans la Durance à Briançon, Durance qui alimente le lac de barrage de Serre-Ponçon, arrose Sisteron, Manosque, Cavaillon avant de se jeter dans le Rhône à Avignon.



Le col du Lautaret, vu en descendant du col du Galibier.



Villar d'Arêne.



La Grave.



Cascade, après La Grave, en descendant vers le lac de Chambon.



Dans la montée du Galibier à 9h20, je suis loin d'être en haut, photo prise par [Photo-Cols](#).



Dans la montée du Galibier à 9h28, un peu plus haut que la photo précédente, il me faudra encore trente minutes pour être au col, photos prises par [Photo-Breton](#).





Dans la descente du Galibier à 10h42, j'ai mis ma cape de pluie pour diminuer le froid et cacher mes mains sous la cape, photo prise par [Photo-Cols](#).

Freney d'Oisans – jour 10 – Randonnée à pied au-dessus de La Grave – 12 kilomètres aller-retour.

Publié le [26 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Très belle randonnée à pied de la Grave au Chazelet.

Chantal et moi sommes montés en voiture jusqu'au parking à l'entrée de La Grave.

Nous avons traversé la Grave à pied pour prendre la route qui monte au Chazelet, route en cul-de-sac, avec très peu de circulation. Chantal préfère les routes moins pentues que les chemins, et moins vertigineux si on se tient loin du bord des précipices.

Cela a l'inconvénient de devoir emprunter un tunnel automobile de 300 mètres de long, en sécurité sur un trottoir, mais Chantal n'apprécie pas trop. Au retour, j'irai chercher la voiture pour lui éviter ce tunnel à pied.

Montée au village de Ventelon (que l'on effleure),
pique-nique sur une table face aux glaciers de la Meige,
puis poursuite jusqu'au village des Terrasses, puis du Chazelet.

Chantal redescend par la route, je redescend par le chemin piéton direct des Terrasses à La Grave, mais je rate le début du chemin aux Terrasses, influencé par la signalétique VTT et ne voyant pas la signalétique du GR, je me retrouve à descendre à travers les pelouses en terrasses (probablement historiquement des jardins cultivés en terrasses). Descente difficile, en partie sur les fesses à chaque changement de terrasse, jusqu'à rejoindre le chemin officiel.

Soleil à peu près toute la journée, même si le plafond est resté bas sur les hauteurs.



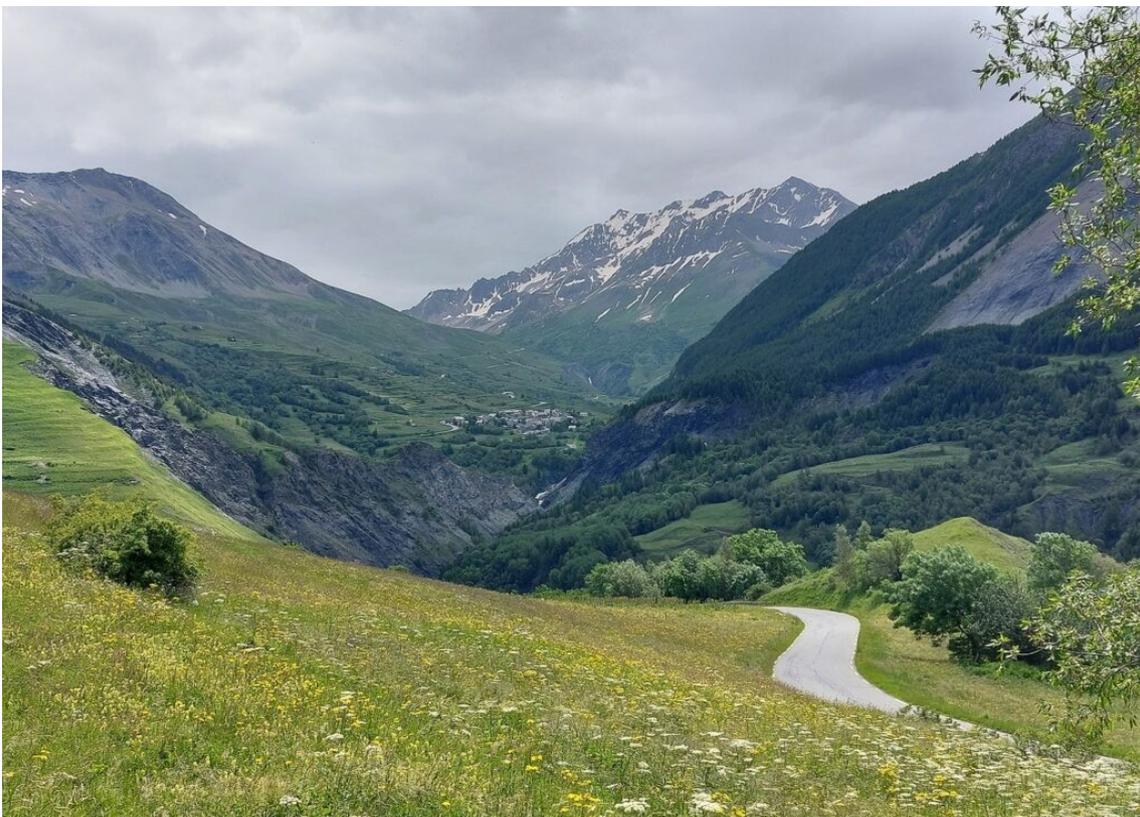
Paysage au dessus de la Grave. Les glaciers de la Meije.



Au-dessus de la Grave, la vallée de la Romanche vers le col du Lautaret et Briançon.



Le village de La Grave.



Le village de Villar d'Arène et la vallée de la Romanche vers le col du Lautaret et Briançon.



Le village des Terrasses au-dessus de La Grave.



Les glaciers de la Meije, le plafond est bas, on ne voit pas les sommets.



Le village des Terrasses.



Le cimetière des Terrasses. Chantal recherche les tombes de ses ancêtres.



La vallée de la Romanche vers le lac du Chambon et Grenoble.



*En montant au-dessus du village des Terrasses,
à gauche, derrière, le village de Ventelon, et à droite, au fond, on aperçoit Villar d'Arène.*



L'oratoire du Chazelet.



Le village du Chazelet.



Le village du Chazelet.



L'église du Chazelet et son cimetière.



Un grenier à bois au Chazelet.

Freney d'Oisans – jour 11 – Col d'Ornon (1377 mètres) – Col du Solude (1680 mètres) – 68 kilomètres.

Publié le [26 juin 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Hier, randonnée vélo classique pour moi : descente à Bourg d'Oisans, montée à Villard Reymond, puis descente vers Bourg d'Oisans via Villard Notre Dame en passant par deux assez longs tunnels non éclairés et en virage ...

Comme pour monter à Villard Reymond depuis Bourg d'Oisans, il faut prendre la route du Col d'Ornon, je choisis de corser un peu la matinée en montant jusqu'au sommet du col d'Ornon, altitude 1377 mètres, dénivelé de 650 mètres, et de redescendre jusqu'au village de La Palud (altitude 936 mètres) avant de remonter vers Villard Reymond et le col de Solude (altitude 1680 mètres, 750 mètres de dénivelé depuis La Palud).

La pente moyenne pour le col du Solude est de 6,9 % pour 9,4 kilomètres de montée. c'est assez dur !

A Villard Reymond, je ne suis pas tout à fait en haut du col du Solude. Après avoir traversé le village, un chemin un peu raide me permet de rejoindre le col, et une piste en faux plat me conduit à Villard Notre Dame où je retrouve la route qui descend sur Bourg d'Oisans.

Parti vers 6h30, je croiserai un cyclo-randonneur dans la descente du Col d'Ornon, puis trois cyclo-sportifs dans ma montée du col du Solude. Dans la descente sur Bourg d'Oisans, vers 10h30, je croiserai de nombreux cyclo-sportifs (mais rien à voir avec la foule de cyclistes vers l'Alpe d'Huez ou le Galibier).

Même avec mon bon éclairage, la traversée des tunnels non éclairés n'est pas très facile, heureusement (ou non ?), il n'y a aucune circulation. Très belle matinée sous le soleil, mais il y aura plusieurs bonnes averses en fin de journée.



Le circuit Freney-d'Oisans – Bourg d'Oisans – Col d'Ornon – Villard Reymond – Villard Notre-Dame – Bourg d'Oisans – Freney d'Oisans.



.Le dénivelé positif annoncé par B-router est assez fantaisiste (2934 mètres), Locusmap m'annonce 1915 mètres qui me paraît plus près de la réalité. Autrefois, on aurait compté 650 m + 750 m + 200 m pour remonter de Bourg d'Oisans au Freney, soit 1600 mètres de dénivelé.



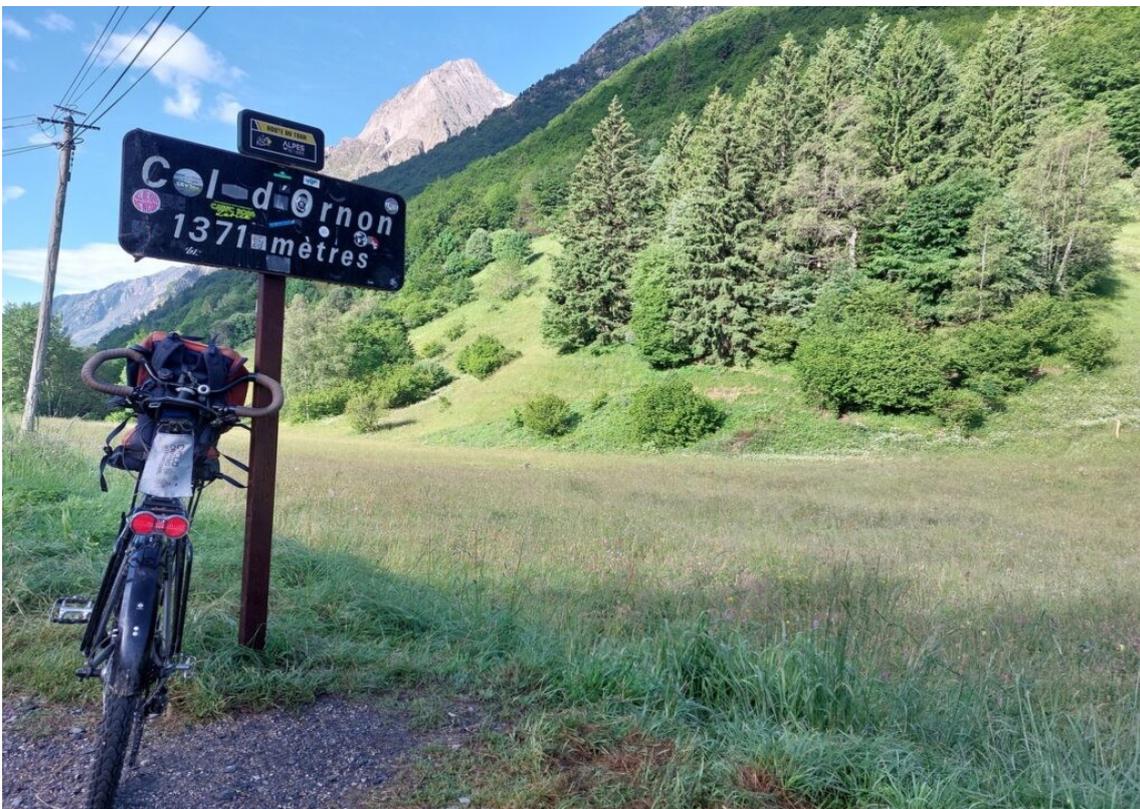
La route du col d'Ornon au départ de Bourg d'Oisans.



Le village du Rivier sur la commune d'Ornon.



Paysage, peut-être le village du Villaret sur la route de Villard Raymond (mais j'ai un doute), peut-être le village d'Oules.



Le col d'Ornon, altitude 1371 mètres.



D'où je viens, la grande ligne droite pour arriver au col d'Ornon. Je descends.



Villard Reymond.



Au-dessus de Villard Reymond.



*Au-dessus de la vallée de la Romanche, sur le faux-plat entre Villard Reymond et Villard Notre Dame.
En face c'est la station de l'Alpe d'Huez.*



Du même endroit que la photo précédente, le paysage plus à gauche, la vallée de la Romanche vers Grenoble.



Bourg d'Oisans et la vallée de la Romanche.



Villard Notre-Dame.



Le glacier au-dessus de Villard Notre-Dame.



Lis Safrance.



La vallée du Vénéon dévastée par des coulées de boue après la catastrophe dans la nuit du jeudi au vendredi 21 juin.

Isère Intempéries

La haute vallée du Vénéon dévastée par les coulées de boue

Les orages qui se sont abattus sur l'Isère dans la nuit du jeudi 20 au vendredi 21 juin ont eu un effet dévastateur sur les villages de La Bérarde et des Étages : des maisons et des portions de route ont été emportées et il a fallu procéder à l'évacuation par hélicoptère d'une centaine de personnes.

Dans le mémoire de montagne, on n'avait jamais vu ça. La haute vallée du Vénéon, l'un des hauts lieux de l'alpinisme, est certes habituée aux sautes d'humeur de la météo, notamment lorsqu'entre août et octobre les orages précipitent des quantités considérables d'eau, de pierres et de boue dans les vallons et les combes. Mais dans la nuit du jeudi 20 au vendredi 21 juin, et même lors des jours précédents, un phénomène absolument hors-normes s'est produit. Faute de pouvoir accéder aux Étages, à La Bérarde, ou même seulement à Saint-Christophe-en-Oisans (plus en aval), il fallut voir, ce vendredi midi, le visage fatigué du maire de cette commune, Jean-Louis Arthaud, et entendre ses mots pour comprendre l'étendue du désastre, alors

qu'il venait de descendre de l'hélicoptère qui l'avait transporté aux Deux-Alpes. « C'est très simple, la vallée est ravagée. Il y a des maisons touchées, mais il est encore très difficile d'avoir des informations », confiait-il au *Dauphiné libéré*, visiblement encore sous le choc.

Situation hors de contrôle

Alors qu'en aval de Saint-Christophe, les campings de Bourg d'Arud avaient été évacués jeudi soir pour éviter que le Vénéon ne mette en danger les vacanciers, un terrible orage s'est de nouveau abattu sur l'Isère dans la nuit : à La Bérarde et au hameau des Étages, les torrents ont tout emporté. Passerelles, sentiers, câbles. Déroulant des eaux furieuses depuis le vallon du Châtelaret et la Meije, le torrent des Étançons a submergé le pont qui donne accès à La Bérarde, le recouvrant d'un monceau de blocs rocheux et de boue, sans le détruire totalement. « En fait, il est probable qu'il soit extrêmement fragile et totalement inutilisable », expliquait un responsable local vendredi soir. C'est ainsi que vendredi

matin, la situation est devenue hors de contrôle et il a été décidé, dès les premières heures du jour, de procéder à l'évacuation de toute la population présente à La Bérarde.

« Nous pensons qu'il n'y a pas de victimes »

« Les événements de cette nuit se sont aggravés au fil des heures. La Bérarde s'est retrouvée complètement isolée. La question primordiale pour nous était d'évacuer au plus vite les personnes qui se trouvaient sur site. Nous avons évacué en un temps record une centaine de personnes. Quatre hélicoptères ont été mobilisés », expliquait le préfet Louis Laugier vers 13 heures. Revenu d'un survol de La Bérarde en compagnie du maire, le préfet a d'ailleurs confirmé que l'Oisans avait fait face à un événement majeur en termes d'ampleur et de dégâts. « À l'instant où je vous parle, nous n'avons pas connaissance de victimes. Après recherches, nous pensons qu'il n'y en a pas. Je suis cependant prudent car la montagne est vaste. Nous avons fait le tour des refuges, nous avons contacté les gardiens de refuge et

fait des reconnaissances par hélicoptère », ajoutait le préfet.

« Elles ont tout perdu »

Selon lui, tout comme selon le maire Jean-Louis Arthaud - qui a indiqué qu'il s'apprêtait à faire une demande d'état de catastrophe naturelle - l'étendue des dégâts était très difficile à évaluer vendredi après-midi. « En réalité, je n'ai pas pu vraiment prendre la mesure de cette catastrophe, mais il y a des maisons qui ont été durement touchées, notamment ce de raier en début d'après-midi. Certains chalets ont effectivement été emportés », confirmait le préfet. Selon lui, certaines personnes ont falli être emportées elles aussi par les coulées et ont été secourues au dernier moment grâce à la mort d'hélicoptères. Un nombre encore indéterminé d'entre elles - a tout perdu », a-t-il ajouté. Dans la matinée, alors que les secouristes et les forces de l'ordre - sapeurs-pompiers, CRS des Alpes, gendarmes du PGHM et de la compagnie de La Mure - poursuivaient leur difficile travail sur le terrain, la solidarité s'est organisée



aux Deux-Alpes, les naufrages du Vénéon étant pris en charge par une quarantaine de personnels de la Ville ainsi que par des bénévoles dans la grande salle du palais des sports.

Dans la soirée, plusieurs personnes bloquées au hameau de La Dancheire, rendu inaccessible après la fragilisation par la crue du pont qui permet de l'atteindre, devaient encore être évacuées par hélicoptère aux Deux-Alpes. Quant à la soixantaine de personnes qui se trouvaient encore à Saint-Christophe (le village est situé en hauteur, hors d'atteinte de la furie du Vénéon) la question de leur évacuation à court terme était à l'étude vendredi soir.

• Denis Maillat

LES COUPURES SUR LA RD 530

Sur le web

Retrouvez toutes nos photos et nos vidéos sur notre site internet ledauphine.com en scannant ce QR code



La vallée du Vénéon dévastée par des coulées de boue après la catastrophe dans la nuit du jeudi au vendredi 21 juin.



Bourg d'Oisans et la vallée de la Romanche vers Grenoble.



Dans le descente vers Bourg d'Oisans depuis Villard Notre-Dame.

Freney d'Oisans – jour 13 et 14 – Le BAC – Brevet Alpin de Cyclotourisme – 205 km

Publié le [2 juillet 2024](#) par [Pierre le cycliste](#)

Pour terminer en beauté ce séjour de deux semaines en Oisans, après 5 belles randonnées à vélo à la journée (Les Deux Alpes, le col de Sarenne via Mizoën, le col de Sarenne via l'Alpe d'Huez, le col du Galibier par le col du Lautaret, le col d'Ornon et le col de Solude),

j'envisageais de retenter le BRA (Brevet de Randonneur des Alpes), brevet qui consiste à faire une boucle partant de Bourg d'Oisans et y revenant, via les cols de La Croix de Fer, du Mollard, du Télégraphe et du Galibier, en une journée.

J'avais tenté ce défi en juillet 2019, mais j'avais échoué. Arrivé au sommet du col du Télégraphe, j'avais renoncé, à bout de forces, et j'avais demandé à la voiture-balai d'un groupe de cyclistes hollandais de me transporter au sommet du Galibier, ayant terminé à vélo par la descente sur le Freney d'Oisans.

Mais les conditions n'étaient peut-être pas optimales. Je revenais de mon voyage en Ukraine (2 mois), j'avais peut-être trop roulé dans les 10 jours précédents, bon pour l'entraînement, mais aussi usant, et je l'avais tenté avec mon vélo de course aux développements plus grands que ceux de mon vélo de randonnée.

Cette année, j'avais pris la précaution de ne rouler qu'un jour sur deux.

Mais j'ai pris cinq ans de plus depuis 2019, et après réflexion, j'ai préféré tenté le BAC (Brevet Alpin de Cyclotourisme). La même chose que le BRA (Brevet de Randonneur des Alpes), mais sur deux jours.

Que ce soit en 2019, ou cette année, je ne me suis pas inscrit officiellement au brevet qui a lieu à une date fixe un an sur deux (2019, 2021, 2023, 2025), mais le BRA officiel ou non, j'en rêve depuis 1973 ...

Cette randonnée de deux jours s'est bien passée, mais ce sera probablement ma dernière grande randonnée alpine. Le col de la Croix de Fer, c'est 26 km de montée rude, le col du Galibier, c'est 34 km de montée en comptant l'ascension préalable du Télégraphe ou du Lautaret, cela commence à faire très long, et encore plus en les enchaînant deux jours de suite.

Du Freney à Modane, 117 kilomètres,
le col de la Croix de Fer, c'est 19 km de montée, en excluant les descentes, 1357 mètres de dénivelé à 7 % en moyenne,
le col du Mollard, 400 mètres de dénivelé,
la montée de Saint Jean de Maurienne à Modane, 581 mètres de dénivelé
soit 2338 mètres de dénivelé dans la journée.

de Modane au Freney, 90 kilomètres
le col du Télégraphe, c'est 12 km de montée, 830 mètres de dénivelé à 7 %,
le col du Galibier depuis Valloire, c'est 18 km de montée, 1225 mètres de dénivelé à 6,8 %
soit 2055 mètres de dénivelé dans la journée.

Les montées du Glandon et de la Croix de Fer ont été très agréables, doublé par quelques cycloportifs.

Les Aiguilles d'Arves étaient dans les nuages.

Dans la montée du Mollard, il faisait un peu plus chaud, mais j'étais tout seul.

Belle descente dans la vallée de la Maurienne via les villages d'Albiez le Vieux, Albiez le Jeune et Villargondran. Petite remontée pour passer par le village du Bochet et rejoindre Saint Michel de Maurienne.

Montée vers Modane via la Nationale en longeant l'autoroute, à l'ombre de l'autoroute qui est surélevée et protégée de l'Arc par un grand mur. Aucune circulation (ou très peu sur la Nationale), l'autoroute vers Modane est gratuite (gratuité peut-être provisoire, car liée à des travaux sur la Nationale).

A 4 kilomètres de Modane, mauvaise surprise, la Nationale est coupée par des travaux, et déviée par le village de Saint André avec une bonne côte, dénivelé 100 mètres. J'ai déjà 110 kilomètres dans les jambes, et 2300 mètres de dénivelé...

Parti à 6h du matin, j'arrive à 16h.

Bonne nuit de récupération à l'hôtel de la Gare.

Le lendemain, retour à Saint Michel de Maurienne via Saint André. En début de journée, la côte est plus facile.

A partir de Saint Michel de Maurienne, début de la montée du col du Télégraphe, montée plus raide que dans mon souvenir ... et la moins agréable de toutes mes ascensions, une circulation assez importante de gens pressés, et des groupes de motards.

Dans mes souvenirs, du Télégraphe au pied du Galibier, c'était plutôt un faux-plat, le Plan Lachat.

Dans la réalité, du Télégraphe, on descend sur Valloire, 160 mètres de dénivelé « perdus », pour repartir par une très longue côte en ligne droite. Il y a bien quelques faux-plats, mais ils sont rares et courts.

Parti à 7h de Modane, je suis à 8h à Saint Michel de Maurienne pour démarrer l'ascension du Télégraphe, puis à 9h50 au sommet du Télégraphe. Pause casse-croûte.

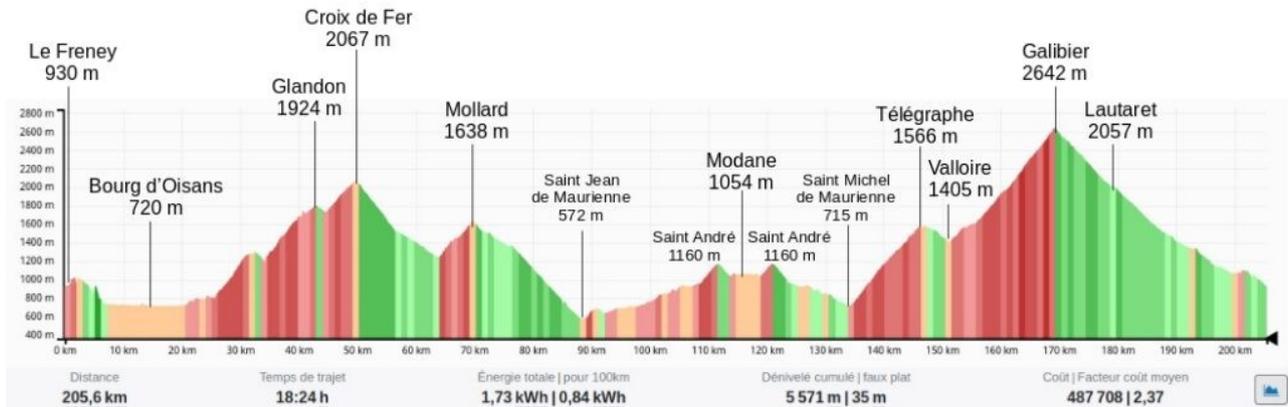
Je suis au Plan Lachat, à 8 km du sommet du Galibier à 12h, et à 13h15 au col.

Je me suis fait énormément doublé par des cycloportifs dans la montée du Galibier, sans en doubler aucun en train de rouler, mais parfois arrêtés pour une pause et me rattrapant ensuite. Des cycloportifs parfois très impressionnants en terme de vitesse !

Retour au Freney d'Oisans peu avant 15h.



*Randonnée de deux jours,
du Freney d'Oisans à Modane, puis de Modane au Freney d'Oisans.*





Vue du barrage de Verney sur la route venant d'Allemont. C'est le début de l'ascension du col du Glandon.



*La vallée de l'Eau d'Olle d'où je viens,
prise après le village du Rivier d'Allemont où la route redescend pour franchir le torrent ...*



Le barrage de Grand'Maison.



La vallée de l'Eau d'Olle (d'où je viens) vue du barrage de Grand'Maison.



Le lac de Grand'Maison.



Mon vélo au barrage de Grand'Maison. Le sac à dos contient mon matériel de réparation, mon équipement de pluie, mon appareil de ventilation pour l'apnée du sommeil, des vêtements pour me couvrir dans les descentes et me changer le soir, de la nourriture pour la journée.



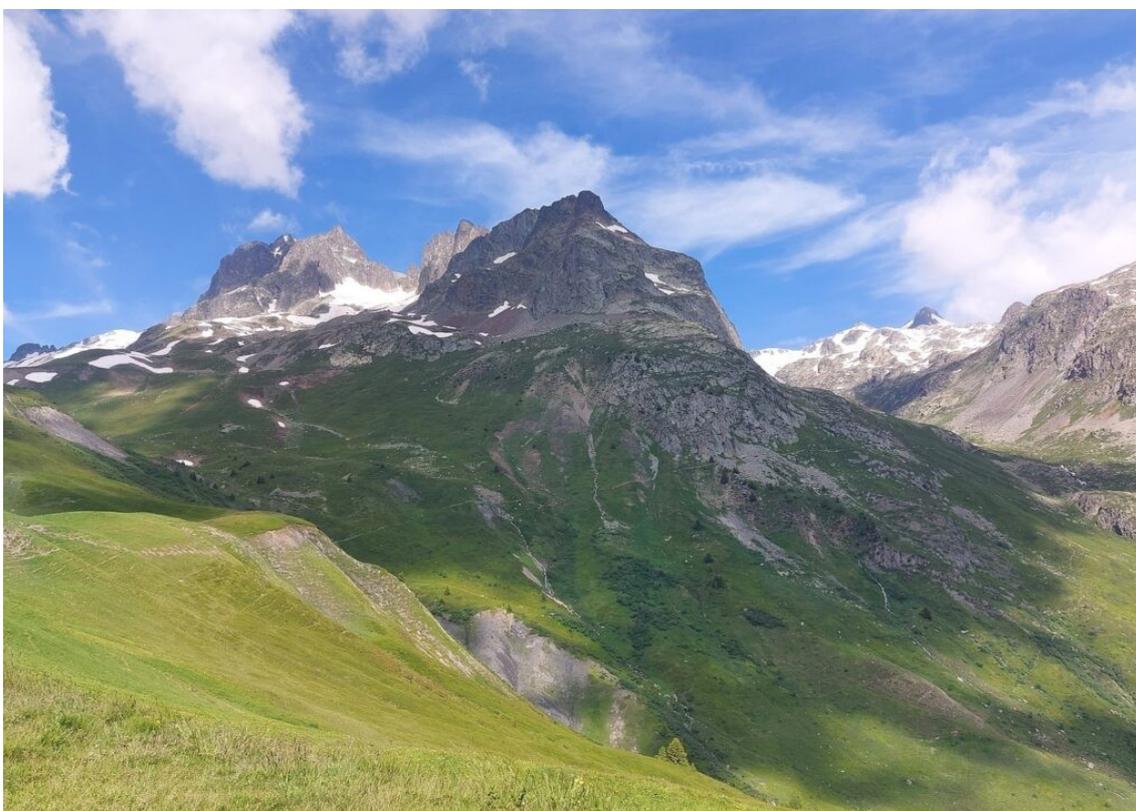
*Le bout du lac de Grand'Maison et la route vers le col du Glandon que l'on aperçoit.
Le col de la Croix de fer est en haut de la vallée qui part à droite.*



Le col du Glandon, altitude 1924 mètres.



Le col du Gandon, altitude 1924 mètres.



Vue vers le glacier de l'Argentières depuis le col du Gandon.



Le col de la Croix de fer, altitude 2067 mètres. Situé à 2,5 km du col du Glandon, 140 mètres plus haut.



Le col de la Croix de fer, altitude 2067 mètres. Situé à 2,5 km du col du Glandon, 140 mètres plus haut.



La table d'orientation du col de la Croix de Fer.



Le col du Glandon vu du col de la Croix de Fer.



Saint Sorlin d'Arves.



Chapelle à La Saussaz, commune d'Albiez-Montrond.



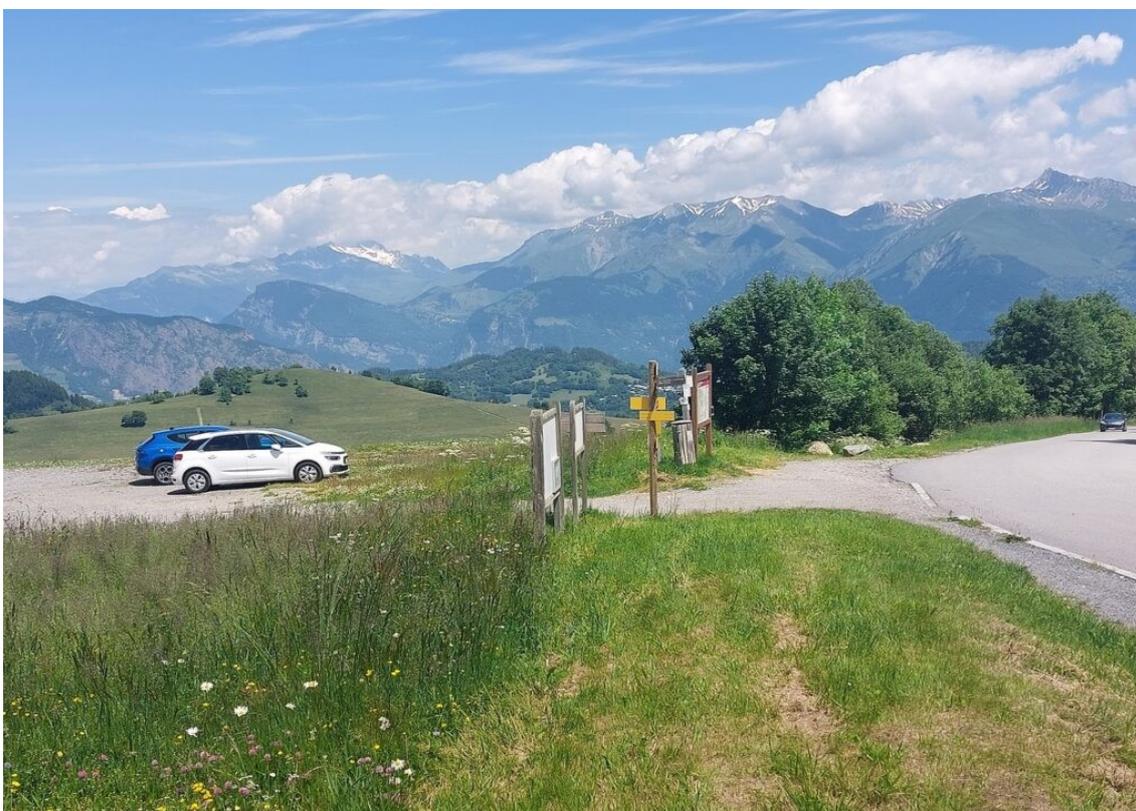
Le Mollard vu de la Saussaz.



Col du Mollard, altitude 1638 mètres.



Col du Mollard, altitude 1638 mètres. Noter la fontaine, très appréciable !



Vue du col du Mollard vers Abiez le Vieux.



Saint Jean de Maurienne, vue vers le nord (direction Chambéry, Albertville).



Saint Jean de Maurienne, vue vers le sud (direction Modane).



Le village de Saint André, au fond de la vallée, on arrive à Modane.



La mairie de Fourneaux, commune collée à Modane.



Le monument aux morts de Modane.



*Le point déchets de Saint André (ordures ménagères, emballages, verre).
Dans tous les villages, très propre, très bien organisé.*



L'Arc, torrent de la vallée de la Maurienne (Malus Rivus, mauvais ruisseau), torrent impétueux.



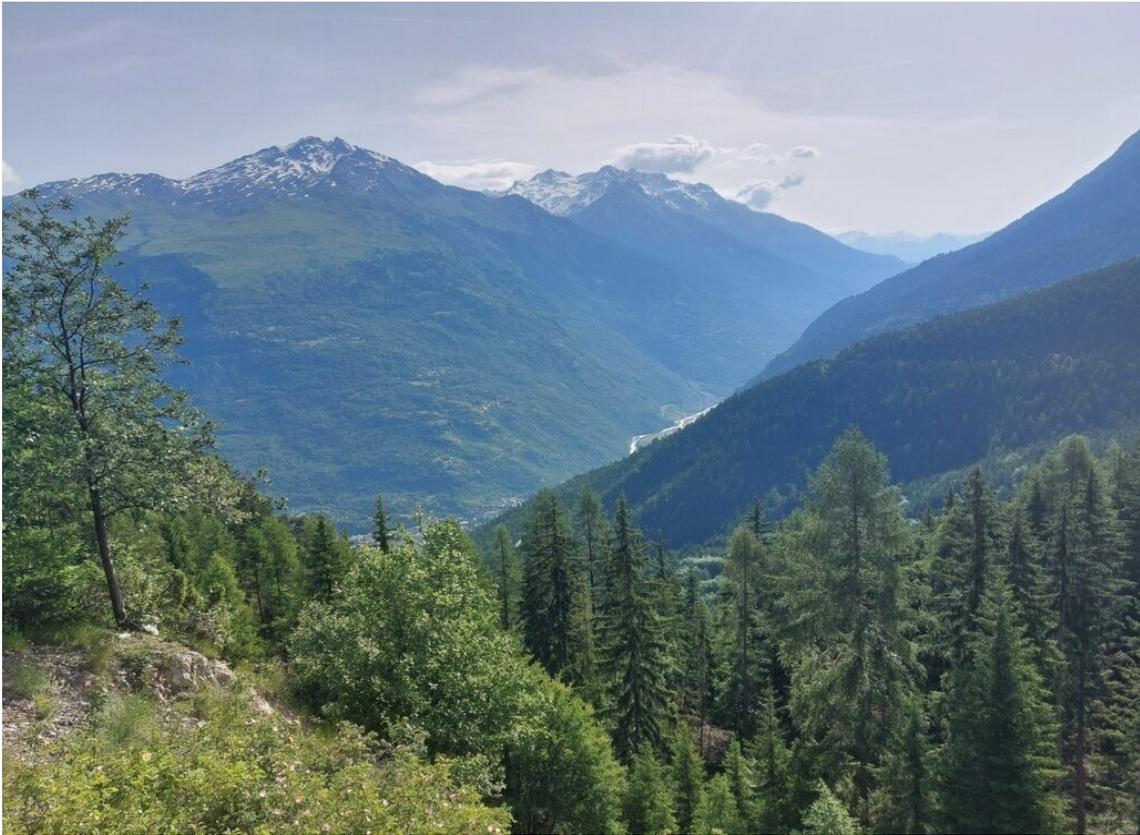
Saint Michel de Maurienne.



Saint Michel de Maurienne.



Saint Michel de Maurienne, pont sur l'Arc, départ de l'ascension du col du Télégraphe.



La vallée de la Maurienne en direction de Modane, vue dans les derniers lacets du col du Télégraphe.



Le col du Télégraphe, altitude 1566 mètres.



Vue en direction de Valloire, le plan Lachat, à 8 kilomètres du sommet du Galibier.



La route du Galibier au-dessus du Plan Lachat.



Un col vu du Plan Lachat, mais ce n'est pas le col du Galibier, peut-être le col de la Paré, accessible par les randonneurs à pied.



Col du Galibier, altitude 2642 mètres. Les trois jeunes femmes qui m'ont doublé en quittant Valloire, qui m'ont distancé régulièrement, qui se sont arrêtés plusieurs fois, que j'ai rattrapés ... et finalement elles arrivent 3 minutes avant moi. A mon avis, elles auraient eu besoin d'avoir des développements plus petits.



Col du Galibier, altitude 2642 mètres.



Col du Galibier, altitude 2642 mètres.



La route par laquelle je suis arrivé au col du Galibier.



Col du Galibier, altitude 2642 mètres.



*La route ver le col du Lautaret en descendant du col du Galibier.
On aperçoit sur la droite le monument à la mémoire de d'Henri Desgranges, créateur du Tour de France.*



La route ver le col du Lautaret et la vallée de la Guisane en descendant du col du Galibier.



La route ver le col du Lautaret en descendant du col du Galibier.



5 minutes avant d'arriver au sommet du col du Galibier ([photo Photo Breton vendredi 28 juin à 13h13](#)),