

Itinérance en Pays Diois

The Fiche Technique of the séjour !

Le Diois offre de fabuleux enchainements de singles. Un peu comme dans les montagnes russes, les descentes s'enchainent et traversent les spots mythiques du Raid les Chemins du Soleil. Pas de Sagatte, Cirque d'Archiane, Soubreroche, autant de lieux exceptionnels que je vous propose de parcourir au gré de cette itinérance. Et après une bonne journée de VTT, quoi de mieux qu'un gîte authentique pour recharger les batteries avec une bonne bière locale !

Dates

Du 10 au 13 juin 2022

Programme

Jour 1 Matin

Transfert Annecy - Die

Jour 1 Après-midi

Boucle en huit autour de l'Abbaye de Valcroissant

23Km / 1124m D-/+

1^{ère} demi journée pour se mettre en jambe sur les singles du val de l'Abbaye de Valcroissant. Le pas de Sagatte à 2 tour de pédales offre une vue 360° sur la vallée de la Drome.

Une première boucle également pour découvrir les techniques de pilotage.

Jour 2

Col de l'Abbaye / Col d'Ayaste / Col de Gorodel / Bénévisse

35Km / 1700m D+ / 1360m D-

Une montée bien teigneuse pour commencer cette journée en direction du Col d'Ayaste qui sera largement remboursée par les 500m d'une descente joueuse et ludique en direction de St Roman. Ensuite douce remontée jusqu'au Col de Gorodel pour aller chercher les fameuses épingles de Menée. Plus de 40 épingles et pifpaf, nichées au milieu des pins, nous laisserons entrevoir le crique d'Archiane avant de rejoindre le gîte.

Jour 3

Bénévisse / Archiane / Serre Souche / Soubreroche / Pré Martal

37Km / 1600m D+ / 1730m D-

Un décor grandiose nous accompagnera tout au long de la journée. Avec au programme pas moins de 4 descentes... technico-ludiques ! Une belle journée de vélo qui nous amènera à la réconfortante ferme-auberge de Pré Martal.

Jour 4 Matin

Pré Martal / Col Pinet / Les Gallands / Chatillon-en-Diois

17Km / 740m D+ / 1030m D-

Le meilleur pour la fin ! Après le passage du col Pinet, un très beau single, bien sauvage nous attend avec le passage du tunnel de Gaude. Un passage bien aérien pour un single taillé dans la roche !

Jour 4 Après-midi

Transfert Chatillon-en-Diois - Annecy

Hébergement

Vous serez logé par chambre de 2 à 3 ou en dortoirs dans les différents gîtes. Une sélection de B&B tout confort doublé d'une table d'hôtes avec une cuisine maison à base de produits frais, locaux vous attend.

Tarif

4 jours / 3 nuits, du 10 au 13 Juin avec Sylvain Todeschini, moniteur/guide VTT Diplômé d'Etat, avec transport au départ d'Annecy 520€, sans transport 480€.

Le prix comprend :

La pension complète dès le premier jour, jusqu'au dernier repas du midi sur place, l'accompagnement et le moniteur/guide diplômé d'Etat, tous les transferts et navettes.

Le prix ne comprend pas :

Le matériel nécessaire à la pratique du VTT, les boissons, l'extra personnel et en général tout ce qui n'est pas mentionné dans « le prix comprend ».

Portage

Vos affaires pour la journée, le pique-nique du midi dans un sac à dos personnel. Le camion magique s'occupe du reste !

Niveau requis

Physique

Vous êtes une personne entretenant sa forme physique et pratiquant régulièrement le VTT au moins la moitié de l'année (une sortie par semaine minimum). PAR JOUR : Distance : 40 Km maxi / Dénivelé positif : 1700 m maximum / Dénivelé négatif : 1500 m.

Technique

Sentiers étroits comportant des cassures ou des obstacles ne pouvant être évités, avec des passages parfois pentus et des épingles. Il est impératif de savoir piloter avec précision et sûreté, maîtriser son freinage, savoir aborder des passages raides,

choisir une trajectoire idéale à vitesse très lente, franchir des petits obstacles, passer des épingles et bien connaître ses limites.

Équipement :

Liste non exhaustive des choses à avoir avec soi, afin de pouvoir pallier tout incident :

- Un VTT, au moins de « moyenne gamme », maximum 13,5 kg, afin de vous garantir un minimum de fiabilité. Important, pensez à faire ou faire faire une révision complète de votre VTT avant le départ !
- Casque, gants, lunettes, genouillères, veste de pluie et vêtements chauds
- Un outil « multi-Tools »
- Si vous avez des pneus à chambre à air : 2 chambres à air de rechange + une boîte de rustines + colle à rustines
- Si vous avez des pneus tubeless : du produit anti-crevaisson, une chambre à air petite valve [en sécurité]
- Si vous avez des freins à disque : 2 paires de plaquettes de rechange
- 1 câble de dérailleur arrière + 1 câble de frein arrière
- Du lubrifiant pour chaîne et dérailleur [burette / bombe]
- 1 pompe
- 1 patte de dérailleur fusible

Affaires personnelles : maillot de bain, affaires de toilette, change, petite pharmacie

Sécurité

Votre moniteur a l'entière responsabilité du groupe et de ce fait il prendra toutes les décisions nécessaires à l'évolution de celui-ci en toute sécurité : il peut modifier le parcours, ralentir ou accélérer le mouvement si besoin. Il possède une pharmacie de premiers secours. Mais au-delà de ces règles de conduite, notre objectif est que votre séjour soit le plus en adéquation avec vos attentes.

Assurance

Le moniteur est assuré en responsabilité civile professionnelle, mais vous devez être obligatoirement titulaire d'une responsabilité civile individuelle. Chaque participant doit également être assuré pour la recherche et secours en montagne.

Ambiances

