



VTT LIBERTE 2021

## VERCORS : PANORAMIQUE DU VERCORS, VTT ET BIEN-ETRE

**Circuit VTT en étoile, liberté et bien-être  
Avec hébergement en gîte de charme  
6 jours, 5 nuits, 5 journées de VTT ou séjour à la carte**

Le principe de ce séjour en étoile : allier le plaisir sportif des itinéraires à VTT et la découverte d'une région qui vaut le coup d'œil ! Tout ça, en totale **liberté**, puisque vous roulez entre amis (voire en « solo » si vous en avez fait le choix).

**Votre camp de base** pour la semaine se situe à Méaudre, bourgade champêtre au cœur du Parc Naturel du Vercors. C'est depuis son charmant gîte à l'ambiance douillette que vous partirez à l'assaut des plus beaux *singletracks* du plateau des 4 Montagnes, en rayonnant d'Autrans à Corrençon, en passant par Lans en Vercors et Villard de Lans.

**Votre mission, si vous l'acceptez** : en prendre plein la vue (et les jambes) ! Pour vous y aider, nous vous avons concocté un programme idéal et varié, à l'image du territoire "Vertaco". Sur ce promontoire calcaire érigé comme une forteresse au dessus de Grenoble, vous poserez les roues sur de savants mélanges de pistes roulantes, de trails sur crêtes jalonnées de racines, de sentiers sinueux voire en épingles ! Qu'elle se déroule à **VTT classique ou avec assistance électrique**, votre aventure à 2 roues aura de multiples décors de fond : douces montagnes vertes, falaises abruptes, forêts profondes et alpages. Bref, des itinéraires inédits et ludiques, « cool » pour certains, présentant quelques « coups de cul » pour d'autres !

**Vos « petits luxes »** pendant le séjour :

- Chaque jour, vous choisissez entre 2 niveaux de parcours,
- Sur les sentiers, vous profitez pleinement des sensations grâce à l'appui des traces GPS que nous vous fournissons,

**ARCANSON - 2195 route de la Croix Perrin - Les Gaillardes  
38112 AUTRANS-MEAUDRE EN VERCORS - FRANCE**  
Tel : (33) 04 76 95 23 51 E-Mail : [contact@arcanson.com](mailto:contact@arcanson.com)  
[www.arcanson.com](http://www.arcanson.com)

- Chaque soir, vous vous détendez les muscles dans l'espace « bien-être » du gîte (spa naturel), et vous restaurez aux couleurs locales de notre table d'hôtes,
- Dès que votre monture vous le réclame, vous avez la possibilité de la bichonner grâce à notre station d'entretien (gonflage, lavage).

**Prêts ? (Gonflez et) Partez ! ☺**

# PROGRAMME

## **Jour 01 :**

Accueil à **Méaudre** en fin d'après-midi, installation au gîte de charme et dîner.  
Possibilité d'arriver en matinée et d'utiliser la bagagerie du gîte pour profiter pleinement de ce jour.

## **Jours 02 à 06 :**

Pour la suite, vous composez, **à la réservation**, vous-mêmes votre séjour en fonction de la durée et de vos envies parmi les parcours (voir les itinéraires A à E).

Vous débutez chaque journée par un bon petit-déjeuner montagnard composé de tartines de pain de campagne et confitures artisanales biologiques, miel de pays, fromage de la ferme et autres douceurs locales.

Après avoir révisé votre VTT, en selle pour une aventure en plein air comme on les aime. Vous filez sur les sentiers, mais n'oubliez pas de ralentir de temps à autre pour profiter des points de vue.

La journée se termine tout en douceur au soleil couchant, les pieds en éventail : vous profitez du grand jardin ou faites une pause dans l'espace détente.

Pour finir, vos efforts sont récompensés par un savoureux dîner, de quoi recharger les batteries pour le lendemain !

## **Itinéraire A : Plein Nord !**

Une boucle de mise en jambes par le chemin des lauzes de la plaine d'Autrans jusqu'à Gève, site nordique varié qui, à VTT, devient un fabuleux terrain de jeux ! Pour les plus impatientes, vous rejoindrez un peu plus haut la prairie de Nave et enchaînez les *singles* techniques. Ce sera tout de suite un parcours rythmé. Itinéraires au départ du gîte.

Dénivelée : + 670 m

Longueur : 32 km

Horaire : 4 h

ou

Dénivelée : + 1 400 m

Longueur : 42 km

Horaire : 5 h

## **Itinéraire B : Les Crêtes de la Molière**

On prend de l'altitude pour rejoindre les crêtes de la Molière et son alpage animé par 300 génisses. Le rythme varie au gré de l'itinéraire, entre sentiers roulants et singles tracks en forêt. Une fois au sommet, vous êtes récompensés par un panorama époustouflant sur la chaîne des Alpes. Tendez l'oreille, les marottes sifflent pour vous accueillir ! Itinéraires au départ du gîte.

Dénivelée : + 915 m

Longueur : 31 km

Horaire : 4 h

ou

Dénivelée : + 1 200 m

Longueur : 41 km

Horaire : 5 h

## **Itinéraire C : Val de Lans**

Changement de vallée pour le Val de Lans et ses petits hameaux. Détour par le Bec de l'Aigle surplombant les gorges du Bruyant. Puis cap vers Corrençon pour rejoindre face à la grande Réserve naturelle des Hauts Plateaux, le belvédère de Château Julien. Itinéraires au départ du gîte.

Dénivelée : + 740 m

Longueur : 28 km

Horaire : 4 h

ou

Dénivelée : + 1 800 m

Longueur : 60 km

Horaire : 5 à 6 h

### **Itinéraire D : Au coeur des Coulmes**

Approche avec votre véhicule pour une journée en boucle.

C'est aujourd'hui, le tour des Coulmes offrant un nouveau décor au milieu des vastes forêts de hêtres.

Dénivelée : + 1 300 m, - 1 300 m

Longueur : 38 km

Horaire : 5 h

### **Itinéraire E : Les Hauts Plateaux**

Approche avec votre véhicule pour une journée en boucle.

**1** : Une traversée de la Combe Libouse dans une ambiance sauvage, puis un retour roulant par la forêt de la Trompe et descente sablonneuse du Bois des Scies sur les alpages de Font d'Urle où se côtoient les chevaux et les génisses devant un panorama inoubliable sur « La Grande Réserve Naturelle ».

Dénivelée : + 870 m

Longueur : 42 km

Horaire : 4 h

**2** : Étape au cœur de la Réserve, pour fleureter avec le Grand Veymont et les vautours le long des crêtes de la Bute Sapiau. Plus loin, surplombant la route du Col du Rousset, passage mythique de la voie romaine.

Une étape à faible kilométrage mais très sportive.

Dénivelée : + 1 150 m

Longueur : 35 km

Horaire : 5 h 30

### **Fin du séjour : Le dernier jour après la sortie en VTT**

**Remarque : Pour ce séjour, il est nécessaire d'avoir son propre véhicule pour se rendre aux points de départ des itinéraires VTT.**

Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué pour des raisons météorologiques ou de modification de l'état du terrain (éboulements, sentiers dégradés, etc.). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

### **2 Formules de séjours au choix :**

#### **· Pack intégrale :**

*Séjour de 6 jours / 5 nuits / 5 étapes VTT*

*Accueil J1 à Méaudre en fin de journée*

*Dispersion le J6 à Méaudre après la sortie en VTT*

#### **· Formule à la carte :**

*Vous choisissez la durée de votre séjour (minimum 3 jours / 2 nuits / 2 parcours VTT)*

Code : TL01VRF

# ESPACE BIEN-ÊTRE & SOINS INDIVIDUELS

## L'ESPACE « BIEN-ÊTRE » (EN ACCÈS LIBRE)

### **LE SAUNA PANORAMIQUE :**

Le Sauna tout le monde connaît. Oui, mais un sauna d'extérieur, en *Red Cedar* du Canada et en forme de tonneau offrant une vue panoramique, original non ? Un vrai moment de quiétude, si proche de la nature...

Et vous n'avez qu'un pas à faire vers la douche froide selon la pure tradition scandinave ! Excellent pour la circulation !

Bienfaits : Ce sont les gens des pays du Nord qui ont mis au point cette technique de régénération des fonctions sudatoires. En effet, dans les pays froids, le corps cherche à économiser ses dépenses en calories, c'est pourquoi la sudation est limitée au minimum.

Le sauna (bain de chaleur sèche ou peu humide) permet une réouverture des capillaires d'où une meilleure élimination des toxines. Il active la circulation sanguine à travers tout le corps, ce qui entraîne une tonification générale.

### **LE BAIN STØRVATT**

Le Størvatt (prononcez "Chtourvatt"), authentique spa en *Red Cedar* chauffé au feu de bois, est lui aussi en plein air. Appelé également « bain nordique », il sera le bienvenu pour vous relaxer après la balade du jour.

Bienfaits : Le spa réduit le stress, stimule la circulation sanguine, détend et calme les douleurs musculaires sans oublier le plaisir que cela procure. Outre son aspect apaisant, c'est un merveilleux endroit de convivialité auprès d'un feu de bois grésillant en plein air...

### **LE NID**

Ou petite alcôve de détente. Le temps d'une conversation, cette petite alcôve est la transition idéale entre le sauna et le Størvatt.

Bienfaits : Les Romains comme les Scandinaves, se rendaient aux thermes, bien sûr pour les soins complets du corps, mais aussi pour le lien social qu'ils permettaient.

# FICHE PRATIQUE

## **ACCUEIL**

**Le jour 01 entre 17 h et 19 h au Gîte Arcanson, au hameau des Gaillardes, 2195 route de la Croix Perrin, à Méaudre.** Le Gîte est à 2 km du village.

**Si vous arrivez en retard ou en cas de problème de dernière minute :**  
appelez le **04 76 95 23 51**.

## **Accès voiture :**

Coordonnées GPS du gîte Arcanson : 5° 32' 42" Est / 45° 08' 45" Nord  
Méaudre se situe à 1 000 m d'altitude.

\* **En venant du Nord** via Grenoble : prendre la sortie n°14 "St Egrève Le Fontanil, Sassenage" de l'autoroute A48. Au rond-point prendre à droite et traverser le barrage sur l'Isère. Suivez alors la direction de Sassenage, Villard de Lans. Au rond-point de Sassenage, commence alors la montée sur le plateau par la D531. À Lans en Vercors, prendre à droite direction Autrans par la D106. Passer le col de la Croix Perrin et redescendre. Au pied du col, prendre à gauche direction Méaudre. Le gîte Arcanson est à 1 km sur votre droite.

\* **En venant du Sud** via Valence : prendre l'autoroute A49 pour Grenoble. Prendre la sortie n°8 « Aire Royans-Vercors, Villard de Lans ». Puis suivre Villard de Lans (D 531) par les gorges de la Bourne. Aux Jarrands, continuer votre route à gauche par la D106 pour Méaudre. Traverser le village en direction de Grenoble. Faire 2 km, le gîte Arcanson est alors sur votre gauche, au hameau Les Gaillardes.

Attention cet itinéraire est dévié à certaines périodes de l'année. Nous vous conseillons de rejoindre alors Grenoble par l'A49 et de suivre ensuite le descriptif "en venant du Nord".

Info Routes au 08 92 69 19 77 ou [www.itinisere.fr](http://www.itinisere.fr)

## **Accès Train + Bus :**

**ATTENTION : pour ce séjour, il est nécessaire de disposer d'un véhicule pour vous rendre au départ des itinéraires VTT. Ce mode d'accès est donc possible uniquement si au moins une personne vient en voiture.**

Train ou TGV jusqu'à **Grenoble** puis bus jusqu'à **Méaudre**.

## **DISPERSION**

### **Le dernier jour après la sortie en VTT.**

Vous libérez votre chambre après le petit-déjeuner. Vous avez tout de même la possibilité de prendre une douche au retour de la sortie VTT.

**Retour voiture :** Coordonnée N 45°08'45<sup>2</sup> et E 005°32'43<sup>2</sup>  
Itinéraire inverse de celui de l'aller

### **Hébergement après la randonnée**

Si vous désirez prolonger votre séjour dans le Vercors, merci de réserver à l'avance (voir OPTIONS).

## NIVEAU

### Niveau physique (en fonction de la formule) :

Niveau : 2 / 5

Moyen : Le sport, vous aimez, le VTT aussi et vous faites de 2 à 4 sorties mensuelles. À travers ce circuit, vous êtes capable d'enchaîner plusieurs sorties ? 30 à 40 km/j dénivelée + cumulée : 600 à 900 m.

Niveau : 3 / 5

Sportif : Le VTT, c'est votre sport. Vous avez une bonne forme physique et un entraînement régulier. Vous êtes capable d'enchaîner plusieurs sorties et avez le goût de l'effort ? 40 à 50 km/j dénivelée + cumulée : 900 à 1 300 m.

### Niveau technique (en fonction de la formule) :

Niveau technique : 2 / 4

Pas de connaissance spécifique en VTT.

Pratique sur chemin et terrain roulant.

Lecture de carte et pratique de boussole nécessaires

Niveau : 3 / 4

On parle maintenant de pilotage. Vous savez optimiser l'adhérence et placer vos roues pour une conduite efficace, aborder les pentes raides et les forts changements de rythme, maîtriser parfaitement le freinage, franchir la plupart des obstacles. Pratique sur sentiers étroits, caillouteux, avec des obstacles.

### VTT à assistance électrique.

Les parcours ici proposés peuvent être faits à e-VTT. Le niveau physique variera donc en fonction du degré d'assistance choisi. Le niveau technique reste bien sûr équivalent.

## HEBERGEMENT

Vous serez accueilli(e) au sein du Gîte-hôtel Arcanson (3 épis) établi dans une Maison de Pays coquette et conviviale du petit village de Méaudre.

En fonction de la constitution de votre groupe, vous serez logés en chambre de 2 ou 3.

Toutes les chambres disposent d'une salle d'eau (douche + wc). Les draps et serviettes de toilette sont fournis.

### Repas :

Grâce aux talents de notre chef, vous serez choyé(e) et aurez l'occasion de passer une semaine riche en goûts !

Particulièrement attachés à la qualité de la restauration que nous vous proposons, nous aimons vous concocter des menus sains au rythme des saisons et aux couleurs de la région. Vous découvrirez nos produits du terroir sous toutes leurs formes et des plus frais, en témoignent les viandes et fromages tout droit venus des fermes voisines. Une grande partie des produits sélectionnés répondent aux labels de nourriture biologique : confitures, miel, céréales, viandes, tisanes... Nos menus sont également étudiés pour faciliter la digestion, accompagnés chaque soir d'infusion « maison » dont les parfums seront à deviner !

*Petit-déjeuner : servi sous forme de buffet sucré-salé*

*Dîner : entrée, plat et dessert (cuisine « maison », servie au plat ou à l'assiette)*

### Pique-niques (en option : 55 € / pers. pour 5 jours) :

Notre chef se fait aussi un plaisir de vous élaborer des panier-repas complets. Vous apprécierez ses délicieuses salades, ses sandwichs aux saveurs du terroir, sans oublier fromage et dessert. Pour plus de tranquillité nous vous conseillons de les commander à la réservation.

Code : TL01VRF

## **TRANSFERTS INTERNES**

Pour ce séjour, il est nécessaire d'avoir son propre véhicule pour se rendre aux points de départ des itinéraires VTT. Transferts possibles pour certains itinéraires en option.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Rien à porter, excepté vos affaires de la journée.

## **GROUPE**

À partir de 1 personne sans supplément.

## **DOSSIER DE RANDONNEE**

Dans les 21 jours précédents votre départ et après réception du solde, nous vous adressons votre carnet de route (1 par groupe). Celui-ci comporte le topoguide, la feuille de route et les fonds de cartes IGN tracés ou carto-guide (suivant parcours). Sur demande, nous pouvons aussi vous fournir la trace GPS.

Nous consulter si vous souhaitez des dossiers et cartes supplémentaires : + 80 € le dossier.

*Si votre inscription intervient à moins de 15 jours du départ, votre carnet de route vous sera remis sur place.*

## **Vos randonnées VTT sur votre mobile !**

Quelques jours avant le départ, Arcanson vous envoie les informations pour télécharger l'application sur votre smartphone. Vous aurez alors accès au tracé de votre itinéraire (fond de carte Openmap) et pourrez découvrir les points d'intérêts sur le parcours. Avec la géolocalisation en temps réel et les directions à suivre, son utilisation est simple et ludique ! Une fois le parcours téléchargé, cette application fonctionne en mode avion. Selon son autonomie, nous vous conseillons de prendre une petite batterie externe. Pour une utilisation optimale, vous devez être équipé d'un smartphone de génération récente et le système d'exploitation doit être à jour.

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

- 1 petit sac à dos pour la journée ou camel-back suffisamment contenant.
- éventuellement un sursac (pour le protéger de la pluie) + 1 sac plastique solide (permettant de protéger l'intérieur).
- des vêtements de rechange pour le soir.
- 1 vêtement CHAUD pour le soir (type veste polaire...).
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- 1 maillot de bain.
- 1 paire de lunettes de soleil.
- 1 couteau de poche (type Opinel), une cuillère et une boîte plastique alimentaire (si vous choisissez de commander les pique-niques).
- des vivres de course (barres de céréales, fruits secs...).
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance reçu lors de votre inscription si vous avez souscrit cette assurance ou celui de votre assurance personnelle.
- nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyage).
- votre gel hydro-alcoolique de poche et lingettes désinfectantes.
- boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 drap de bain pour l'Espace bien-être.



- papier toilette.
- crème solaire + écran labial.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- appareil-photo, jumelles (facultatif).
- si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

### **Pharmacie personnelle**

- vos médicaments habituels.
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- pastilles contre le mal de gorge.
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- vitamine C.
- 1 pince à épiler.
- 1 tire-tiques.
- Stérilium gel (utile pour se laver/désinfecter les mains).

### **SPÉCIFIQUE VÉLO**

- 1 tenue de VTT adaptée : cuissard, tee-shirts respirant (manches longues, manches courtes suivant la saison),
- 1 pantalon confortable pour le vélo,
- des chaussures adaptées pour le vélo,
- 1 coupe-vent ou Gore-Tex,
- des gants de vélo, voire gants complets suivant la saison,
- 1 **casque VTT (obligatoire)**,
- 1 bidon ou 2, le mieux étant les poches d'eau dorsales (type Camel Back),
- des garde-boue peuvent être utiles,
- 2 chambres à air, rayons de rechange...
- une patte de dérailleur dite « patte fusible »,
- nécessaire de réparation (petit matériel) qui vous prendrez soin de mettre dans une caisse à part.

Attention : il convient d'être autonome pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un raid comme celui-ci (crevaisons, réparation...) Si vous avez des freins à disque ou un VTT sophistiqué, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat.

### **LOCATION VTT :**

**Non compris dans le prix du séjour.**

**Plusieurs loueurs à proximité à contacter directement, tarifs variables selon durée & gamme choisie :**

- A Méaudre : Cycles et Co, tél. : 04 76 95 20 44
- A Villard de Lans :
  - Altiplano, tél. : 04 76 46 15 81
  - Velectrip, tel. : 07 76 16 84 27

## DATES ET PRIX

### Formule Pack Intégrale :

6 jours / 5 nuits / 5 journées de VTT

Accueil J1 à Méaudre en fin de journée. Dispersion le J6 à Méaudre après l'étape .

**Période de départs :** aux dates de votre convenance entre le 12 mai et le 3 octobre 2021, en fonction des disponibilités, merci de nous donner une date de départ avec + ou – 1 jour de latitude.

DATES aux dates de votre convenance et en fonction des disponibilités	PRIX par personne Groupe de 2 personnes (en chambre de 2)	PRIX par personne Groupe de 3 personnes et + (hébergement en chambre collective de 2, 3 ou 4 selon la composition de votre groupe)
<b>Du 12/05 au 02/07/2021</b>	<b>610 €</b>	<b>590 €</b>
<b>Du 03/07 au 22/08/2021</b>	<b>630 €</b>	<b>610 €</b>
<b>Du 23/08 au 03/10/2021</b>	<b>590 €</b>	<b>570 €</b>

### Parcours à la carte :

Choisissez la durée de votre séjour (minimum 3 jours / 2 nuits)

Devis sur mesure selon vos souhaits.

### **OPTIONS**

> Chambre single : + 140 € / pers. (sur la base du tarif de la chambre à 2)

> Pique-nique 5 jours : + 55 / pers.

### **Hébergement avant ou après le séjour :**

Vous souhaitez arriver la veille ou prolonger votre séjour dans le Vercors, réservez à l'avance, nous vous offrons l'accès à l'espace bien-être !

- ½ pension en chambre de 2 : 77 € / pers.
- ½ pension en chambre individuelle : 98 € / pers.

Par téléphone : 04 76 95 23 51, ou sur le web : [www.arcanson.com](http://www.arcanson.com)

### **> Transfert à Rencurel pour l'itinéraire D : Au coeur des Coulmes**

#### **Environ 25 min de trajet.**

Pour 1 à 4 personnes en semaine : 55 €, dimanche ou jour férié : 70 €

Pour 5 à 6 personnes en semaine : 65 €, dimanche ou jour férié : 85 €

Pour 7 à 8 personnes en semaine : 85 €, dimanche ou jour férié : 95 €

Prix retour (si vous ne revenez pas en VTT) : tarif identique (donc à multiplier par 2)

### **MODIFICATION DE RÉSERVATION : ATTENTION !**

Une fois la réservation effectuée, toute modification (type de chambre, date de départ, nombre de personnes, type de prestation...) entraînera des frais de dossier (60 €).

Code : TL01VRF

## **LE PRIX COMPREND**

- l'hébergement en gîte 3 épis
- la demi-pension
- la tisane après le repas
- l'accès libre à l'espace bien-être en illimité
- le carnet de route et les fonds de cartes IGN tracés
- la taxe de séjour
- la coordination du circuit

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- le matériel
- les pique-niques
- les boissons
- les options
- les transferts aux points de départ des itinéraires VTT
- les assurances multirisques (annulation, assistance rapatriement interruption de séjour)
- les frais d'inscription
- le transport de votre domicile à l'hébergement

# POUR EN SAVOIR PLUS

## **BIBLIOGRAPHIE :**

- Le Parc Naturel régional du Vercors a édité divers ouvrages sur la région, dont :
  - Un magnifique recueil de photos sur la réserve des Hauts Plateaux, intitulé "Vercors d'en haut", commenté par Daniel Pennac, éditions Milan.
  - Une riche collection sur des thèmes aussi variés que les routes du Vercors, la vie monastique, les ours, les contes et légendes du pays...
  - Un " livre des enfants ", avec dessins, photos pour mieux faire comprendre à nos enfants la richesse du Vercors (sa formation géologique, la faune, la flore, l'architecture...). Titre de cet ouvrage : " Dis, raconte-moi le Vercors ".
- Pour une approche plus générale du Vercors, consultez le guide de François Ribard « À la découverte du Vercors » éditions Glénat.
- Enfin, l'association d'Histoire locale de Lans en Vercors a édité, à ce jour, 4 numéros des *Cahiers du Peuil*, dans une collection intitulée " Jadis, au pays des Quatre Montagnes " : vous y découvrirez la vie et les anecdotes d'un passé qui n'est pas si loin dans le temps...

**CARTOGRAPHIE :** IGN Top 25, 3235 OT, 3236 OT.

## **ADRESSES UTILES :**

- Sites Internet :  
[www.pnr-vercors.fr](http://www.pnr-vercors.fr)  
[www.vertacoo.com](http://www.vertacoo.com)  
[www.planete-vercors.com](http://www.planete-vercors.com)  
[www.vercors.com](http://www.vercors.com)
- Parc du Vercors, à Lans en Vercors : tel 04 76 94 38 29.

## **INFORMATIONS SUR LE VERCORS :**

**Le Vercors en 5 mots-clés : convivialité, nature, sport, détente, patrimoine !**

Le nom « Vercors » viendrait du nom d'un peuple celte installé dans la région : les Vertacomiorii.

Les habitants du Vercors sont donc les **Vertacomioriens** !

Ce n'est qu'au début du XXème siècle que les géographes grenoblois définissent l'entité Vercors comme étant un massif montagneux.

## **Relief et Climat**

Le Vercors est une entité rocheuse délimitée par 3 rivières : au nord et à l'ouest l'Isère, à l'est le Drac et au sud la Drôme. Le Vercors, massif situé sur deux départements, l'Isère et la Drôme, est composé de sept pays :

- Les Quatre Montagnes au nord-est,
- Le Royans isérois au nord-ouest,
- La Gervanne au sud-ouest,
- Le Royans drômois entre Gervanne et Royans isérois,
- Le Vercors central,
- Le Diois au sud,
- Le Trièves au sud-est.

De par sa situation géographique, le Vercors subit l'influence de différents climats. Au nord, des hivers rudes et des étés doux. Au sud, l'influence méditerranéenne adoucit les hivers et rend les étés chauds et secs.

Le paysage se compose de vastes plateaux entrecoupés de gorges profondes ou de crêtes. Ces plateaux sont à une altitude moyenne de 1 000 mètres. Les sommets les plus hauts sont sur le flanc est du massif. On y trouve la Grande Moucherolle (2 284 m), le Grand Veymont (2 341 m) ou encore le célèbre mont Aiguille (2 086 m).

Un Parc Naturel régional a été créé en 1970 et couvre une surface de 186 000 hectares. Le Tétrás-Lyre et la tulipe sauvage en sont les emblèmes. Au cœur du Parc, sur les Hauts Plateaux, s'étend la plus grande réserve naturelle de France qui couvre 16 600 hectares.

## **Géologie**

Le Vercors est un massif calcaire constitué de sédiments qui se sont empilés pendant l'ère secondaire (-150 à -65 millions d'années). Par la suite, la tectonique des plaques a donné naissance aux Alpes. Les roches du Vercors se sont déplacées vers l'ouest. Mais, les volcans d'Auvergne, plus anciens, ont formé un barrage. C'est pourquoi le déplacement s'est accompagné d'un plissement des roches et donne au massif sa structure en tôle ondulée : anticlinaux pour les plis en voûte et synclinaux pour les plis en creux.

Depuis ses origines, le massif subit les érosions chimiques, dissolution du calcaire par l'eau et mécanique par le gel-dégel. La dissolution est visible en certains endroits, car il se forme sur les dalles de calcaire des fissures, appelées Lapiaz, qui peuvent avoir plusieurs dizaines de centimètres de profondeur à plusieurs mètres.

L'eau a ainsi façonné au fil du temps des gorges profondes, des cirques majestueux, des gouffres et des grottes parmi les plus célèbres en Europe (gouffre Berger, grottes de Choranche).

Ainsi vous découvrirez des paysages des plus divers tels que falaises, prairies herbeuses, sentiers en sous-bois, cascades rafraîchissantes ou panorama à 360°.

## **Tourisme**

Le tourisme a commencé à se développer avec la station climatique de Villard de Lans. Les malades, atteints de tuberculose, venaient y séjourner et se mettre au soleil et au grand air sur les larges balcons des hôtels. Les remontées mécaniques apparaissent dès 1931. Après la Deuxième Guerre mondiale, nombre de mutations vont changer la vie des habitants et des touristes : achèvement de l'électrification, ouverture de nouvelles routes. Les Jeux Olympiques de 1968 de Grenoble donnent encore un élan de médiatisation avec celles du saut à ski à Saint-Nizier-du-Moucherotte et les épreuves de ski de fond à Autrans. C'est dans ce cadre que s'est développée la traditionnelle Traversée du Vercors, course de ski de fond - inspirée de la Vasaloppett en Suède - plus de 50 km et 2 000 mètres de dénivelées positives. De nombreuses modifications ont été apportées depuis 1968. Des variantes ont également été créées : la Vercorette pour les enfants et les 100 km du Vercors.

## **Architecture**

Toute l'architecture du Vercors n'est pas identique. Elle varie en fonction de l'altitude et du climat. On retrouve tout de même certaines particularités propres au Vercors. Ainsi les maisons regroupent l'habitation et le bâtiment agricole sous le même toit. Les murs sont fait en pierre - du calcaire - et les ouvertures sont petites et orientées au sud. Le bois est très peu utilisé (malgré les ressources locales) en raison des risques d'incendie.

Le plus caractéristique de ces habitations vertacomicoiriennes se situe au niveau de la toiture. Celle-ci, à deux pans, a des pentes très raides. Anciennement le chaume était utilisé. Pour la protéger du vent, on faisait dépasser les pignons au-dessus de la toiture. C'est cette forme si particulière nommée « sauts de moineaux » que l'on reconnaît l'architecture du Vercors. Les pignons en forme d'escaliers étaient recouverts de lauzes pour les protéger et éviter les infiltrations d'eau. Le chaume a, par la suite, été remplacé par de l'ardoise puis par de la tôle ou des plaques en fibrociment. Certaines toitures ont également été recouvertes de lames de bois, en épicea de 70 cm de long appelées essendoles. Celles-ci sont superposées en trois couches successives sur la toiture.

## **Agriculture**

La tradition du Vercors a longtemps été l'agriculture. La terre n'étant pas très fertile pour la culture, les Vertacomoricoriens se sont plutôt tournés vers l'élevage, bovin au nord et ovin au sud. Les techniques se perdent peu à peu. C'est pourquoi dans les années 1990 des jeunes agriculteurs du pays des Quatre Montagnes relancent la race bovine du pays, « la Villarde » et en même temps un fromage reconnu AOC le Bleu de Vercors - Sassenage. C'est un fromage à base de lait de vache, pour une consommation optimale, il est affiné pendant 4 semaines. Il a une pâte non cuite et il est d'une saveur très douce.

La transhumance des moutons de Provence vers les alpages s'est aussi perdue. Elle se fait de nos jours en camion. Mais, tous les ans, depuis 1991, on célèbre la Fête de la transhumance ovine à Die. Pendant quatre jours, les villages revivent au rythme du passage des bergers et de leurs troupeaux qui serpentent à travers les drailles, chemins bordés de part et d'autre de lauzes posées verticalement.

## **Sylviculture**

Parallèlement, on a également travaillé le bois. Mais comme il n'était pas possible de le transporter, vu le faible réseau routier et la densité de la forêt, on l'a exploité par « charbonnage » car il est plus facile à transporter du charbon que des bûches. C'est un travail dur et laborieux. Le charbon est fait à partir de la lente combustion du hêtre. Ainsi des buttes de bûches de bois étaient faites, 8 à 10 mètres de diamètre et 3 à 4 mètres de haut. Celles-ci sont ensuite recouvertes de terre (une sorte de couvercle pour éviter le tirage). Il fallait abattre les arbres, les couper, construire la butte. La combustion d'une butte et de ses 30 tonnes de bois mettait deux à trois semaines ; un homme surveillait en permanence la combustion en perçant notamment des trous dans la carapace en terre. Les hommes vivaient donc en permanence sur les chantiers, dans des huttes en bois fabriquées par leurs soins.

Les plus beaux troncs servaient de mât pour les navires. Ils étaient lancés du haut des falaises par des chemins spécifiques jusqu'à l'Isère, puis assemblés et transportés en radeau jusqu'à Marseille. Ces troncs étaient réquisitionnés par le roi.

Actuellement le bois est devenu une très bonne source de revenus pour les communes.

## **Population**

Au XIX<sup>ème</sup> siècle, la poussée démographique se poursuit. Le travail n'est plus suffisant pour faire vivre tout le monde. C'est en 1851 que le Vercors compte le plus fort taux de population. Il s'en suit un exode vers les villes et l'industrie. Les charbonniers italiens viennent habiter le Vercors pour trouver du travail, celui qui a été délaissé par la population locale.

Au début du XX<sup>ème</sup> siècle, des Suisses sont embauchés sur le massif. Ils apportèrent certainement des idées pour développer l'agriculture en mettant en place des coopératives laitières ou fruitières. Les agriculteurs sont particulièrement fiers de leur vache locale : « la Villard de Lans » ou « Villarde », vache robuste qui servait d'animal de trait et donnait du lait riche en crème et une viande excellente pour les bouchers.

## **Saveurs du Vercors**

Nous commençons notre tour des saveurs par le sud du Vercors :

C'est dans le Diois que s'élabore l'effervescente Clairette de Die à partir de cépage de muscat. Ce n'est pas du champagne, ni du crémant, c'est plus sucré : goûtez, vous nous en donnerez des nouvelles !

C'est aussi dans cette région ovine du sud que l'on peut savourer le picodon, fromage de chèvre à consommer très frais et fondant dans la bouche ou plus fait, avec un caractère très fort.

Remontez un peu et, entre Gervanne et Royans, vous trouverez la caillette, faite de gras et maigre de porc additionnés de fines herbes. Si votre plaisir n'est pas encore atteint, peut-être goûterez-vous aux ravioles du Royans, petit ravioli fourré au persil et au fromage.

Le Saint-Marcellin est quant à lui, comme le Bleu du Vercors Sassenage, un fromage à pâte molle au lait de vache.

De nombreuses recettes fromagères découlent du Bleu de Sassenage : dont la Vercoulaine, la fameuse raclette au Bleu du Vercors et la Tartibleue, la tartiflette au Bleu du Vercors.

### **Résistance : le maquis du Vercors**

Pendant la [Seconde Guerre mondiale](#), le [maquis](#) du Vercors fut une importante base de la [Résistance](#) française réfugiée dans le [massif du Vercors](#), véritable forteresse naturelle.

Rappel : 6 juin 1944, les Alliés prennent d'assaut les plages de Normandie et percent le mur de l'Atlantique. Dans le Vercors, où sont établis plusieurs camps de maquisards, le débarquement est le signal de la mobilisation contre l'occupant allemand. Les résistants, de plus en plus nombreux, rêvent maintenant de lutte ouverte.

Refuge et refus : À partir de 1940 le Vercors, situé en zone libre, est un lieu de refuge en particulier pour les victimes des mesures de discriminations politiques ou raciales du gouvernement de Vichy.

Avec l'occupation de la zone sud en novembre 1942, la montagne du Vercors devient également site de résistance pour ceux qui refusent l'idée d'une France soumise. Les réfractaires au STO, le Service de Travail Obligatoire qui envoie les jeunes Français travailler en Allemagne, viennent grossir les rangs des maquis.

Le Vercors, visible de très loin, depuis les portes de Lyon, ressemble à une forteresse naturelle de soixante kilomètres de long sur trente de large. Les résistants s'y sentent à l'abri de la répression qui sévit dans la région.

### Le « Plan Montagnards » :

Mais il manque un plan, une stratégie, à ces maquisards et à ces réfractaires qui savent le combat inéluctable.

En fait ce plan existe depuis mars 41. Il a jailli dans l'esprit de deux hommes fascinés par les falaises gigantesques du Vercors. Pierre Dalloz et son ami l'écrivain Jean Prévost ont l'idée de transformer le massif en "Cheval de Troie pour commandos aéroportés".

Cette idée prend corps en janvier 1943 : le Vercors interviendrait au moment d'un débarquement allié attendu en Provence et les troupes aéroportées iraient immédiatement porter le combat sur les arrières de l'ennemi. Le projet, accepté par Jean Moulin et le général Delestraint, devient le "Plan Montagnards". Il est approuvé par le général de Gaulle et les Alliés à Londres comme à Alger.

Ce Plan est mis en œuvre par Alain Le Ray puis par François Huet, chefs militaires du Vercors en liaison avec Eugène Chavant, chef civil du Maquis.

Les camps : Dès 1943, la Résistance s'organise dans le massif. Au cœur de forêts, une douzaine de camps existent. Début 1944, ils rassemblent 400 à 500 civils et militaires, souvent très jeunes, ravitaillés par une population généralement favorable, approvisionnés en armes et en médicaments par les parachutages alliés.

Le combat : Le 6 juin 1944, l'excitation est à son comble en France et dans le Vercors, l'ordre de Londres est le signal de l'action générale. Les entrées du massif sont verrouillées. On ne laisse "monter" que les volontaires qui affluent. Ils sont 4 000, début juillet, et ils proclament la République, faisant flotter le drapeau tricolore sur un territoire déclaré "libre".

Ce massif en armes est un défi à l'ennemi. À Grenoble, le général allemand Karl Pflaum décide d'en finir. Après quelques offensives destinées à mesurer la résistance effective du maquis, notamment à Saint Nizier les 13 et 15 juin 1944 et aux Ecouges le 21 juin 1944, il lance le 21 juillet 15 000 hommes de troupe à l'assaut du Vercors. L'attaque est générale, par les routes, par les "pas", ces cols escarpés que l'on ne franchit qu'à pied, et par les airs puisque sur Vassieux se posent les planeurs à croix noires de la Waffen SS là où auraient dû atterrir les alliés. Après une semaine d'un combat acharné mais inégal, le Vercors est à genoux. Plus de 600 résistants et une centaine d'Allemands sont tués.

Quant à la population, exposée à la sauvagerie des assaillants, elle paie un lourd tribut : 201 personnes meurent dans des conditions souvent atroces, 41 autres sont déportées, 573 maisons sont détruites.

Malgré la reconstruction de nombreux bourgs et hameaux après la guerre, le Vercors garde des traces indélébiles de cette période tragique. De nombreux mémoriaux, stèles, monuments jalonnent le paysage nous rappelant cette partie de notre histoire.

### **FAITES PARTIE DE LA COMMUNAUTÉ ARCANSON !**

En nous rejoignant sur les réseaux sociaux :





# INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

## **INSCRIPTION**

### **Quand réserver ?**

Le plus tôt possible, car ainsi vous êtes sûrs que votre inscription soit prise en compte et vous augmentez les chances de départ du séjour ou circuit en question.

En effet, un séjour est assuré lorsqu'il y a suffisamment d'inscrits pour que le départ soit confirmé. Conformément à la loi, nous prenons une décision définitive 20 jours avant le départ pour un séjour dont la durée dépasse six jours et décision 7 jours avant le départ pour un séjour de six jours ou moins. Si le séjour est annulé, nous vous en avisons immédiatement et vous proposons plusieurs solutions de remplacement. Si aucune ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

### **Comment réserver ?**

L'inscription est effective dès que nous recevons votre bulletin d'inscription signé accompagné d'un acompte de 35 % (à plus de 35 jours du départ) ou de la totalité du règlement (à moins de 35 jours du départ). Attention ! N'adressez jamais de règlement seul sans bulletin d'inscription.

Sur ce bulletin d'inscription doit figurer le nom, le prénom, la date de naissance et l'adresse de chaque participant (même s'il s'agit de la même famille).

Pour les voyages à l'étranger, renseignez aussi le n° de passeport, la date de validité et le nom de famille exact figurant sur le passeport, pour chacun des participants. Vous pouvez aussi nous joindre une photocopie de cette pièce d'identité.

Nous vous informons que la personne qui effectue l'inscription au nom et pour le compte des différents participants au séjour s'engage à transmettre à chaque participant les informations fournies par nos soins concernant le séjour.

Pour vous inscrire, 2 alternatives :

#### **Par internet :**

Rendez-vous sur notre site : [www.arcanson.com](http://www.arcanson.com). Choisissez le circuit et votre date de départ, puis cliquez sur le bouton "Réserver" à côté de cette date. Remplissez alors le formulaire qui s'affiche, et choisissez votre mode de règlement :

- Carte bancaire : paiement en ligne sécurisé (mode de règlement impératif pour toute inscription à moins de 15 jours du départ),
- Chèque français à l'ordre d'Arcanson : à nous envoyer par courrier,
- Virement (frais à votre charge) : coordonnées disponibles en fin de formulaire.

#### **Par courrier :**

Remplissez un bulletin d'inscription et retournez-le nous par courrier, accompagné de votre règlement. Vous n'avez pas ce bulletin ? Nous pouvons vous le faire parvenir sur simple demande.

Toute inscription sur papier libre suppose que vous acceptiez nos conditions de vente.

### **Confirmation de réservation :**

À réception de votre fiche d'inscription et du règlement, nous traitons votre réservation. Celle-ci vous sera confirmée par courrier électronique ou postal après vérification de l'encaissement du prix réglé et de la disponibilité des prestations à votre date de départ. Si le séjour souscrit est complet et/ou indisponible, nous vous rembourserons l'intégralité des sommes versées.

Attendez cette confirmation pour acheter vos titres de transport.

Pour les séjours accompagnés, si vous venez en train, attendez que le séjour soit assuré pour prendre votre billet, puisque certains billets ne sont pas remboursables et/ou pas échangeables.

### **ANNULATION**

#### **De notre part :**

ARCANSON se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour. Cette décision vous sera communiquée au plus tard :

- 20 jours avant le début du séjour dans le cas de séjours dont la durée dépasse six jours ;
  - 7 jours avant le début du séjour dans le cas de séjours dont la durée est de deux à six jours ;
- Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

#### **De votre part :**

Lorsque vous annulez et quel qu'en soit la raison, il est nécessaire de prévenir Arcanson, et votre assureur, le plus rapidement possible par téléphone et e-mail ou lettre.

L'annulation du séjour ne dispense pas du paiement intégral du prix du séjour ; toute procédure de remboursement par l'assurance ne peut être entamée qu'à cette condition.

Le montant des frais d'annulation sont les suivants (la **date prise en compte est celle à laquelle ARCANSON a pris connaissance du désistement**) :

- À 31 jours du départ et plus : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 60 € par personne.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 7 jours : 75 % du montant du séjour.
- À 6 jours du départ et moins : la totalité du montant du séjour.

Le calcul des frais d'annulation est fonction du jour d'annulation et non de l'heure.

Ces retenues seront remboursées par l'assurance - si vous en avez souscrit une – en cas d'annulation justifiée, déduction faite des frais forfaitaires, des frais d'inscription/dossier et du montant des assurances.

Les 10% du montant du séjour ou la somme forfaitaire de 60 € / pers. retenus en cas d'annulation à plus de 31 jours du départ ne sont pas couverts par l'assurance.

*NB : Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non respect des consignes de sécurité.*

## ASSURANCE

Conformément à la réglementation de notre profession, ARCANSON est assuré en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle.

En outre, nous vous conseillons d'opter pour une couverture :

**ASSURANCE ANNULATION** et/ou **ASSISTANCE RAPATRIEMENT ET INTERRUPTION DE SEJOUR ET D'ACTIVITES**. Cette(ces) prestation(s) supplémentaire(s) vous sera(seront) facturée(s) séparément. Ces contrats sont souscrits auprès d'**ASSURINCO**, spécialiste de l'assurance tourisme et loisirs.

Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France, dans un autre pays de l'Union Européenne, ou en Suisse.

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

- **Assurance Annulation** (2 % du montant du séjour).
- **Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour** (2,5 % du montant du séjour).
- **Assurance Multirisque - Annulation, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension COVID** (4.3 % du montant du séjour).

### Assurance Annulation :

La garantie de l'assuré prend effet dès son inscription et cesse lors de son départ. Les événements garantis sont :

- Maladie, accident ou décès
- La mutation professionnelle, la suppression ou la modification des dates de congés payés du fait de l'employeur
- Vol des papiers d'identité
- ...

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation.

Dans le cas d'une cause dénommée : une franchise de 30 € / pers. est déduite par l'assureur. Pour toute autre cause justifiée une franchise de 10 % s'applique avec un minimum de 50 € / pers. et de 150 € / dossier.

Dans les cas de mutation professionnelle, de la suppression ou modification des dates de congés payés par votre employeur, de vol de vos papiers d'identité dans les 4 jours précédant votre départ, une franchise de 100 € / personne est applicable.

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger. Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

**Extension COVID** : uniquement disponible dans la formule multirisque à 4.3%

- Annulation pour cause de COVID déclarée dans le mois précédent le départ (ou pour tout autre épidémie).

## **Assistance Rapatriement, Interruption d'Activité et de Séjour :**

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les évènements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès d'**Assurinco** sont :

- les frais de recherche et secours en montagne jusqu'à un plafond de 10 000 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger jusqu'à 75 000 €,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger jusqu'à un plafond de 10 000 €,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 5 000 €,
- un chauffeur de remplacement sous certaines conditions,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € / événement
- l'interruption d'activités jusqu'à 100 € / jour / maximum 3 jours.
- ...

**Extension COVID** : uniquement disponible dans la formule multirisque à 4.3%

- Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits)
- Soutien psychologique suite à mise en quarantaine
- Frais médicaux sur place
- Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €)
- Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le livret : "**Assurance Annulation / Assistance Rapatriement et Interruption de séjour et d'activités / Contrat n°4637**" - joint à votre dossier. Il est disponible sur simple demande.

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assistant si ses prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Vous devez au minimum être couvert pour l'« **Assistance Rapatriement** ». Si vous ne souscrivez pas à notre couverture, vous devez nous fournir une attestation d'assistance rapatriement et nous signer une décharge. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus. Vérifiez également que vous possédez une garantie frais de recherche et secours avec un plafond suffisamment élevé.

ARCANSON - 2195 route de la Croix Perrin - Les Gaillardes  
38112 AUTRANS-MEAUDRE EN VERCORS - FRANCE

Tel : (33) 04 76 95 23 51

E-Mail : [contact@arcanson.com](mailto:contact@arcanson.com) Web : [www.arcanson.com](http://www.arcanson.com)

Gîte de France (3 épis) - Agence de voyage IM.038.10.0015. Sarl au capital de 10 000€.

RCS de Grenoble B 384571808

Garant : Groupama Assurance-Crédit : 132, rue des 3 Fontanot 92 000 Nanterre

RCP : MMA, 38 av. Victor Hugo 26000 Valence