

Les Bottières par Les Léchères et le Frégnay

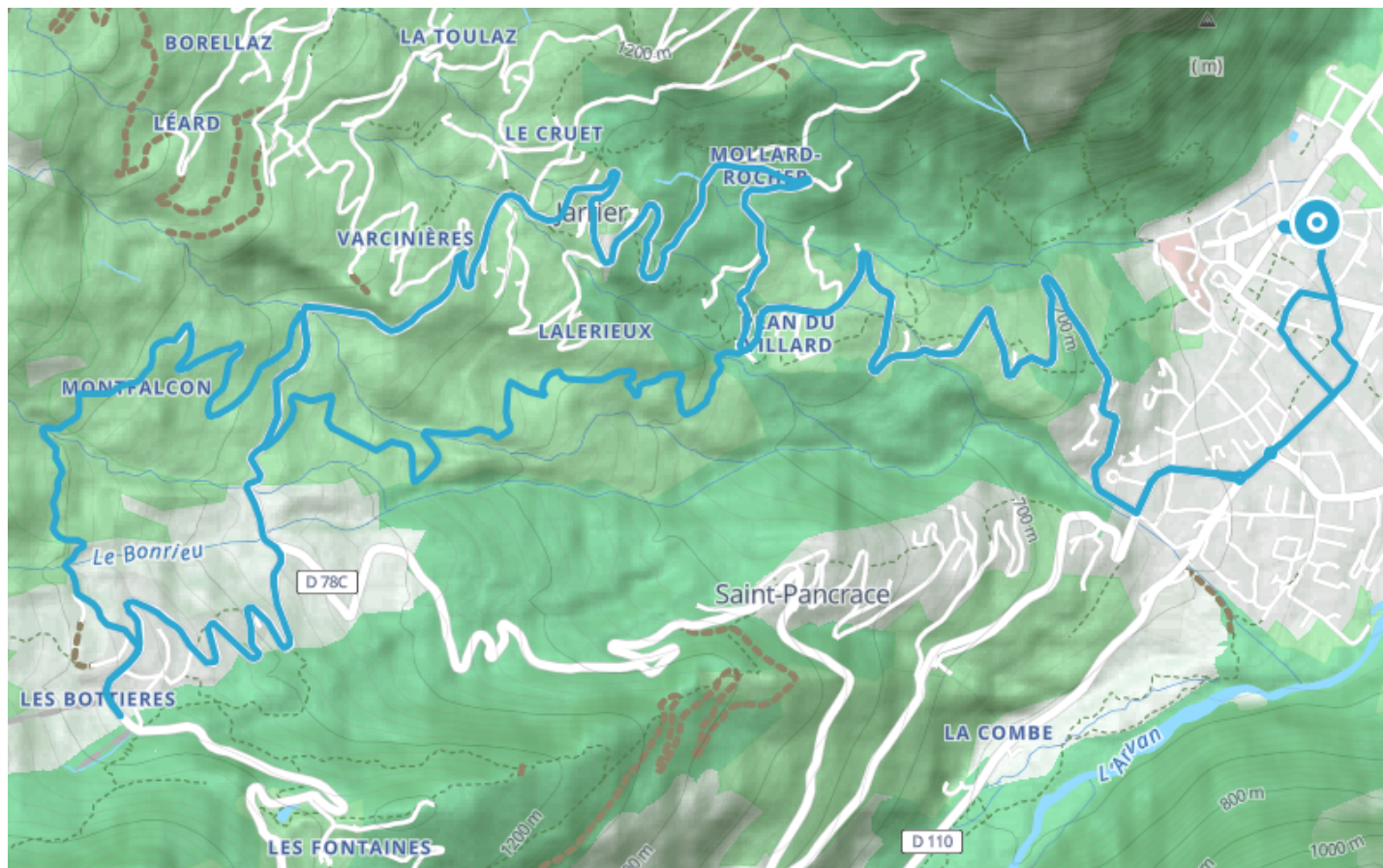
● Facile

🚲 Gravel

🕒 4 h

↔ 23.0 km

📍 **Départ** Rue Florimond Girard
73300, Saint-Jean-de-Maurienne



Descriptif

Cet itinéraire se compose de 55% de passages sur route et 45% de portions Gravel. Sur votre route vous pourrez admirer le Grand Coin mais aussi la Croix des têtes (plus haute falaise calcaire de France).

Départ : Saint-Jean-de-Maurienne, parking gratuit «Place du Champ de Foire». Du parking, suivre la vallée de l'Arvan. Au rond-point «Opinel» prendre à droite «Vallée de l'Arvan», puis juste avant le pont Bonrieux tourner sur votre droite direction «Jarrier».

Cet itinéraire secondaire permet de ne pas avoir beaucoup de circulation. Vous prenez assez vite de la hauteur sur la vallée qui se dessine devant vous.

Vous distinguez bien la ville de Saint-Jean-de-Maurienne et son agglomération en contrebas. La vue sur les montagnes aux alentours permet également de se sentir plongé dans un environnement montagnard aux portes de la vallée.

Vous pouvez distinguer assez vite sur votre droite la Chapelle Bonne Nouvelle construite à flanc de montagne. L'ascension sur le goudron est plaisante car la pente est peu soutenue.

Passer quelques hameaux puis tourner à gauche direction «Les Léchères» (point 870m altitude). Encore une zone de goudron (100m) puis vous arrivez au bout de la route avec une grange sur la gauche.

Vous commencez la partie gravel à cet endroit sur une piste avec un bon revêtement lisse entre terre et herbe pour la première partie. Quelques endroits avec des petits passages soutenus mais courts.

Dans l'ensemble la pente est peu soutenue, avec des alternances entre parties dégagées et parties en forêt, le tout dans une belle ambiance bucolique. Ce premier tronçon peut être très humide et glissant par temps de pluie, ce qui peut augmenter la difficulté de l'itinéraire.

Au premier croisement, prendre à droite (en montée). Au deuxième croisement (altitude 1.018m) prendre à gauche (Sud, en montée).

Sur la partie haute de cet itinéraire, vous pourrez, sur votre droite, observer la chapelle Saint-Roch reconnaissable à ses façades parées de son enduit rose caractéristique.

Lorsque vous rejoignez la route, prendre à droite (Nord, en arrière) pour revenir sur vos pas sur 300m puis prendre la piste sur votre gauche direction «Montfalcon».

La deuxième partie après la jonction est très lisse avec un peu plus de gravier mais très roulante. Pente moyenne. Vous passez d'abord par le hameau du Frégny avec quelques chalets.

Lorsque vous arrivez au niveau du hameau de «Montfalcon», il y a présence d'un four à pain typique et quelques habitations. Au prochain croisement, prendre à gauche (Sud).

Cette dernière partie est une piste à flanc de montagne ponctuée de petites descentes et de petites remontées qui vous amènera sur une route goudronnée. De là, descendre sur votre gauche et prendre à droite pour aller au pied de la station.

Pour le retour, revenez sur vos pas et descendez en direction de Jarrier (à gauche au premier croisement) puis Saint-Jean-de-Maurienne.

Si vous souhaitez faire une boucle, du pied de la station poursuivre en direction de l'Office de tourisme (sud) et continuer vers la D78D (sud-est). La route monte à nouveau. Vous pourrez en profiter pour admirer les Aiguilles d'Arves sur le chemin.

Après avoir passé le hameau de l'Alpettaz, vous pouvez observer le Pic de l'Étendard en face de vous. Une fois arrivé au croisement de la D78, prendre à gauche direction Saint-Jean-de-Maurienne et retourner au point de départ. Compter 3km et moins de 100m de dénivelé supplémentaires jusqu'au croisement.



Retrouvez ce parcours et bien d'autres
sur l'application mobile **Loopi - balades & GPS**

