



Guide des activités

Valbonnais — Beaumont — Matheysine



Surprenant par Nature !



Bienvenue en

Valbonnais,



Une mosaïque de paysages, de l'eau, des randonnées, des sensations, des découvertes... 360° d'humanité et de simplicité !

Dans les Alpes françaises, à moins d'une heure de route de Gap ou de Grenoble, entre les massifs des Ecrins, du Dévoluy et du Vercors, le Valmontheys déroule une surprenante **mosaïque de paysages**, faite de lacs glaciaires ou de barrages, de vastes plateaux agricoles, de gorges étroites et de forêts profondes, de vallées encaissées et de sommets majestueux.

Englobant les régions géologiques de la Matheysine, du Valbonnais et du Beaumont, le Valmontheys s'étage, d'Est en Ouest, de 362 m d'altitude à la surface du lac de Monteynard à 3.564 m d'altitude au sommet de l'Olan, au cœur des Ecrins, matérialisant la transition entre les Préalpes calcaires et les Alpes cristallines.

Entre ces deux extrêmes, **mille et une expériences** vous attendent : sports nautiques, baignade et *farniente* sur ou au bord des lacs, escalade, via ferrata, alpinisme, parapente, pêche ou sports d'eau vive sur les torrents, saut à l'élastique, parc-aventure, mais aussi sports d'hiver et, bien sûr, les **randonnées** sous toutes leurs formes !

Resté à l'écart des grands aménagements urbains, industriels ou touristiques, à peine marqué par une exploitation minière qui en fit jadis la fortune et la réputation, notre territoire demeure préservé et authentique.

Dans ce pays de moyenne altitude où la haute-montagne n'est jamais loin, en partie couvert par le Parc National des Ecrins, on vit toute l'année au rythme de la nature, des récoltes et des saisons... Et l'on vous accueille "comme à la maison", avec **simplicité et convivialité**.



DRÔME

Beaumont et Matheysine !



La montagne les pieds dans l'eau

Voile, planche, ski nautique, kite-surf



Sur le grand lac de Laffrey : cours, stages et régates durant tout l'été. Location de planches à voile, dériveurs, catamarans, ...

Plage d'herbe, snack-bar, wc, douches, ...

Club nautique de Cholonge :

+33 (0)4.76.83.08.35 ou www.cncholonge.fr



Sur le lac de Monteynard : voile, planche à voile, kite-surf, ski nautique, wakeboard ou canoë !

Le Monteynard :

+33(0)4.76.30.63.43 ou www.lac-monteynard.com

Môle de Treffort : +33 (0)4.76.34.14.48



Plages et jeux d'eau au bord des lacs



Plan d'eau de Valbonnais : en bordure du Parc national, espace récréatif convivial et reposant, camping et restauration : www.plandeau.net ou +33 (0)4.76.30.21.28

Lacs de Matheysine : nombreuses possibilités de loisirs et de restauration au bord des lacs de Laffrey, de Petichet ou de Pierre-Châtel : +33 (0)4.76.30.72.75

Lac de Monteynard : la plage de Mayres-Savel et son camping offrent une base de loisirs et de détente agréable face aux majestueuses falaises du Vercors et du Mont-Aiguille : +33(0)4.76.81.14.79 ou www.camping-savel.com

Base nautique du lac du Sautet : plage et structures aquatiques gonflables dans la zone de baignade surveillée, location de bateaux-pédaliers ou petits bateaux électriques, canoë-kayaks, restauration et camping :

+33 (0)4.76.30.02.01 ou www.comcom-paysdecorps.com



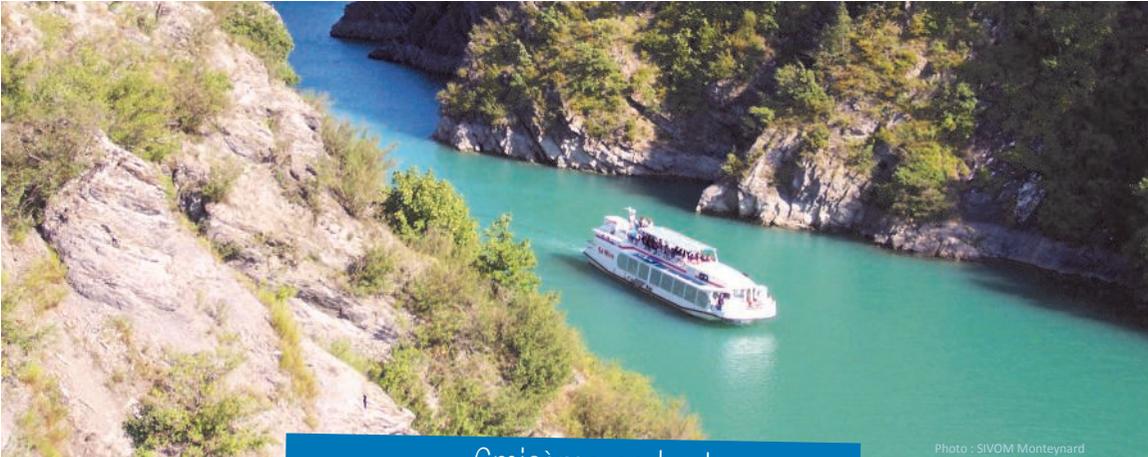


Photo : SIVOM Monteynard

Croisières en bateau



Photo : C. Druart

Sur le lac de Monteynard : croisières-promenades ou dînatoires en journée comme en soirée à bord de « La Mira ».

+33 (0)4.76.34.14.56

<http://www.sud-dauphine.com/lamira/>

Sur le lac du Sautet : promenade silencieuse à bord du bateau électro-solaire « La Souloise » dans les méandres inaccessibles du lac du Sautet.

+33 (0)4.76.30.02.01

www.comcom-paysdecorps.com

Pêche

Nombreux sites de pêche sur les lacs ou les rivières du Valmontheys (truites, carpes, ombles chevaliers, brochets, ...). Permis de pêche journaliers, en vente dans les offices du tourisme.

www.aappma-lamure.fr

À l'Alpe du Grand Serre, pêche au kilo, sans permis, avec l'association « la Gouille à Truites ». Activité encadrée par un guide de pêche professionnel diplômé. Matériel fourni.

+33 (0)4.76.72.13.09 ou
www.alpedugrandserre.info

Eaux vives

En Valbonnais, descentes encadrées de la Bonne en rafting, hydrospeed, hot-dog ou kayak.

+33 (0)4.76.30.25.26 — www.ot-valbonnais.fr

À l'Alpe du Grand Serre, initiation au canyoning possible dans le canyon de la Cascade avec le Bureau des guides de La Mure.

+33 (0)4.76.81.14.56 — www.altalika.fr

Frissons et sensations pour petits et grands

Tyrolienne géante

125m de haut et 100 m de long !

Tyrolienne géante tendue au-dessus des gorges du Drac. Superbes panoramas sur le barrage et le lac du Sautet ; sensations garanties !!!

Belvédère du Sautet : +33 (0)6.86.03.65.04
www.comcom-paysdecorps.com



Parcours aventure

Parc-aventure unique en son genre tracé entre les branches et les troncs d'arbres, le lac et la rivière qui s'en écoule. 6 parcours de niveaux croissants + 1 parcours de tyroliennes géantes au-dessus du lac ! **Parcours enfants en ligne de vie continue accessible dès 4 ans !**

Air Park Laffrey

+33 (0)4.38.72.92.17 — www.air-park.fr



Saut à l'Élastique

103 m de haut : le plus haut site d'Europe ! Tentez le grand saut depuis le pont de Ponsonnas, premier centre européen de saut en élastique, à deux pas de La Mure !

Vertige Aventures : +33 (0)4.76.47.42.80 — www.vertigeaventures.com

Escalade/ Alpinisme

7 sites-écoles du 3 au 8a sur gneiss, calcaire et schiste, en dalles, murs à réglettes, couennes, fissures, ...

Grandes voies d'escalade rocheuse dans les parois de l'Obiou, de la Tour Chamoissière ou de l'Oreille du Loup, alpinisme classique dans les vallées du Valbonnais ou sur le mythique sommet de l'Olan, au départ du refuge de Font Turbat. + d'INFOS sur www.valmonthey.com

Via Ferrata

Le Grand Bec : 2 parcours avec vues magnifiques sur les sommets : **AD±** (550 m de long et 200 m de dénivelé, 4h) et **D±** (750 m de long et 330 m de dénivelé, 5h à 6h30).

La Cascade : via d'initiation, avec de nombreuses échappatoires, idéale pour les jeunes enfants ! **PD** (240 m de dénivelé, 500 m de long, 2h à 2h45).

Office du tourisme de l'Alpe du Grand Serre
+33 (0)4.76.72.13.09 ou www.alpedugrandserre.info

Les Gorges du Drac : deux itinéraires : **PD±** (1300 m de long et 160 m de dénivelé) et **AD** (1400 m de long et 180 m de dénivelé).

Via du Belvédère du Sautet : deux petits parcours d'initiation, très ludiques : **E** (10 m de haut et 50 m de long, 10 à 15 min.) et **PD** (15 m de haut, 100 m de long, 20 à 30 min.). Encadrement professionnel pour les enfants le jeudi de 9h à 12h.

Belvédère du Sautet : + 33 (0)6.86.03.65.04 ou www.comcom-paysdecorps.com



Parapente

Baptêmes en parapente biplace, **stages** d'initiation et de perfectionnement sur les sites du Valmontheys et du Trièves avec l'école de parapente Aéro-sat.

AERO-SAT : +33 (0)6.70.08.67.59 — www.aero-sat.com

Passerelles himalayennes

Entre ciel et eau, les vertigineuses passerelles himalayennes du lac de Monteynard sont uniques en Europe ! Vous enjamberez les gorges du Drac et de l'Ebron par un itinéraire forestier dépaysant, spectaculaire et contrasté...

Idée balade : le tour du lac de Monteynard à pied ou VTT : traversée du lac le matin avec le bateau « La Mira » (réservation au +33(0)4.76.34.14.56) et retour par le circuit balisé : 12,5 km, 4h30 environ. Accessible aux vététistes confirmés.

+33 (0)4.76.30.63.43 ou www.lac-monteynard.com



Petites explorations pour grandes découvertes

Le Parc National des Ecrins

Fleuron de la protection de la nature, des paysages et des patrimoines culturels, il offre une diversité de découvertes pour les alpinistes, les randonneurs, les promeneurs dans les vallées de la Roizonne, de la Bonne et de la Malsanne. Le centre d'accueil d'Entraigues, ouvert tout l'été et sur rendez-vous hors saison, vous renseigne et présente des expositions et des conférences :

+33 (0)4.76.30.20.61

www.ecrins-parcnational.fr



La Route Napoléon

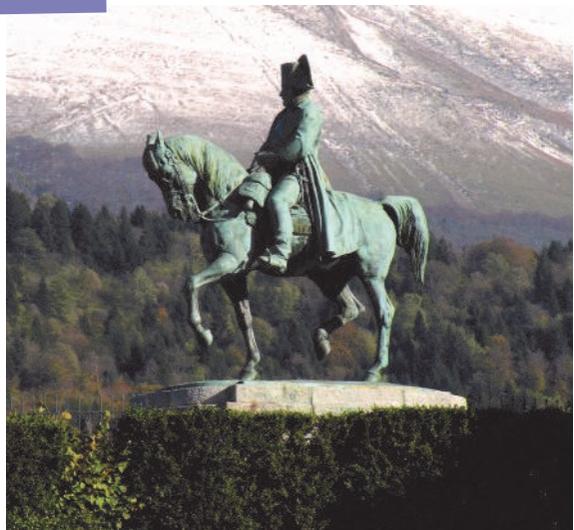
Lors de son retour de l'île d'Elbe, Napoléon Bonaparte choisit d'emprunter la route alpine de Digne, Sisteron et Gap, puis Corps et La Mure pour remonter discrètement vers Paris. Cette portion de la RN 85, désormais connue sous le nom de *Route Napoléon*, demeure marquée par de nombreux souvenirs : sur les bords du lac de Laffrey, la **Prairie de la Rencontre** est aujourd'hui dominée par une imposante statue équestre à l'effigie de l'Empereur.



La corniche du Drac

Petite route pittoresque reliant Saint-Georges-de-Commiers à Prunières le long du lac de Monteynard, plusieurs centaines de mètres en contrebas ! Magnifique panorama sur les falaises du Vercors et le Mont-Aiguille. Possibilité de poursuivre vers Corps et le lac du Sautet via La Mure et la Route Napoléon.

Itinéraire réalisable à vélos. Plus d'infos sur www.cyclo-alpes.com

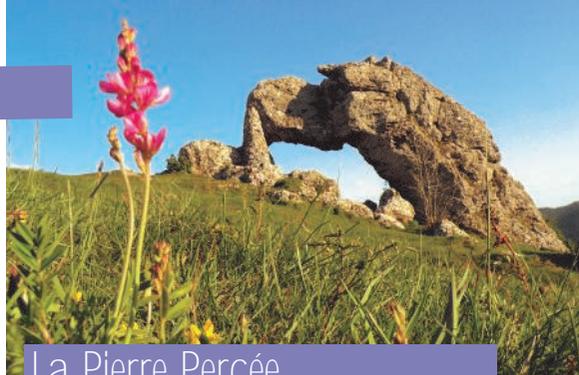


Notre-Dame de La Salette

Deuxième lieu de pèlerinage en France après Lourdes, le sanctuaire de Notre-Dame de La Salette a été érigé à partir de la fin du XIX^{ème} siècle sur l'alpage où deux enfants du Pays avaient vu apparaître la Vierge Marie, à près de 1800 m d'altitude. Le site est le point de départ de nombreuses randonnées et offre un somptueux panorama sur le pays de Corps et le Dévoluy. Pour la quiétude et la grandeur des lieux, il constitue une **halte incontournable** en Valmontheys !

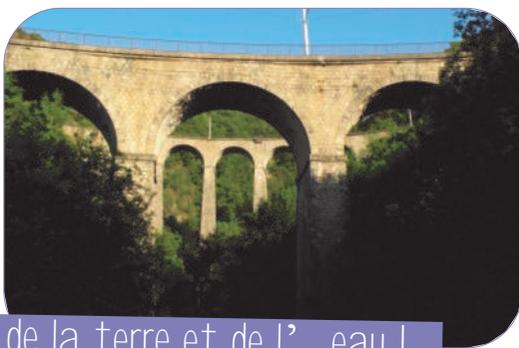
Hébergement et restauration possibles.

+33 (0)4.76.30.00.11 — www.lasalette.cef.fr



La Pierre Percée

L'une des Sept Merveilles du Dauphiné accessible en 1h de marche ! Au sommet de la colline des Crêts, arche naturelle en pierre émergeant de l'alpage, la Pierre Percée offre un magnifique panorama sur toute la Matheysine et le vallon des Mottes. Départ de La Motte-d'Aveillans ou de Pierre-Châtel.



Lire le paysage : une énergie venue de la terre et de l'eau !

Profondément rural, le Valmontheys se caractérise par des villages traditionnels où le « petit patrimoine » est omniprésent (fours, lavoirs, fontaines, calvaires, chapelles, moulins, ...). N'hésitez pas à vous promenez : que vous soyez à pied, à vélo, à cheval ou en voiture, celui-ci vous sautera aux yeux !

En contrebas des alpages, des aménagements industriels fondus dans le paysage témoignent de manière monumentale de la capacité de l'homme à exploiter les diverses ressources de la montagne : **charbonnages** de Matheysine et **chemin de fer de la Mure**, ouvrages d'art historiques en pierres maçonnées en Matheysine, encore, ou à l'entrée du Valbonnais — ne manquez pas les **viaducs** de Lulla, de la Roizonne et de la Bonne ! —, **barrages** de Monteynard et du Sautet...

Visites de fermes et d' alpages

GAEC des Miards : production laitière à St-Laurent-en-Beaumont. Visite de la salle de traite, de la laiterie, du troupeau, ... +33 (0)4.76.30.44.63



Bergerie de La Pierre Percée : à La Motte-d'Aveillans. Elevage de brebis en agriculture bio. Yaourts, fromages, viande d'agneau. +33 (0)4.76.30.67.37

GAEC de Sainte-Luce : à Ste Luce. Production laitière en agriculture bio, fromages, pain artisanal cuit au feu de bois. +33 (0)4.76.30.16.04



GAEC du Malissol : à Nantes-en-Rattier. Elevage de brebis et chèvres. Viandes d'agneau, chevreau, chèvres. +33 (0)6.82.52.15.54

Alpage du Sénépi : pour les groupes constitués, sur réservation, visite commentée du plus grand alpage organisé de France : +33 (0)4.76.81.04.82



Musée de la Mine Image

Musée souterrain aménagé au cœur d'un ouvrage minier véritable, la Mine Image est vivante ! Visite commentée par d'anciens mineurs au long de 250 m de galeries. Nombreuses scénographies accessibles aux enfants !

+33 (0)4.76.30.68.74
www.mine-image.com

Musée matheysin

Au cœur de la vieille ville de La Mure, dans un bâtiment historique, revivez l'histoire de la Matheysine à travers diverses collections (archéologie, ethnologie, archives documentaires, ...) ! Nombreux témoignages humains sur la vie, les techniques, les coutumes et l'histoire locales. + 33 (0)4.76.30.98.15

www.matheysine.com/musee-matheysin

Maison du patrimoine

Dans une maison traditionnelle du pays de Corps, redécouvrez les objets de la vie quotidienne d'antan, les machines agricoles de nos grands-pères dans l'étable reconstituée ou encore l'école ancienne avec tableau noir et encriers ! Une salle est dédiée aux pèlerins canadiens de la catastrophe aérienne de l'Obiou.

+33 (0)4.76.30.02.47 — www.appo.comcom-paysdecorps.com

De la balade aux grandes randonnées

Randonnées pédestres

Entre les sommets herbeux et arrondis de la Matheysine ou du Beaumont et les raides faces rocheuses des vallées du Valbonnais, les pays du Valmontheys permettent des itinéraires variés et surprenants accessibles à tous les niveaux. Que vous soyez débutant, en famille ou randonneur accompli, le **Guide des randonnées en Valmontheys** * vous permettra de découvrir nos montagnes au travers différentes thématiques : les sommets et les belvédères, les lacs et les torrents, les forêts, le patrimoine, les refuges, l'itinérance, ...

* Téléchargez-le sur www.valmontheys.com ou demandez-le dans les offices du tourisme.



VTT

Photo : Ch. Stagnetto

Nombreuses possibilités de sorties VTT pour tous niveaux sur itinéraires balisés. Stages et sorties encadrées avec l'école de VTT de la Matheysine ou le Bureau des guides et accompagnateurs de La Mure.

Plus d'informations dans le « Guide de randonnées en Valmontheys ».

Randonnées équestres ou avec ânes

Randonnez avec un âne qui porte de vos bagages, de quelques heures à plusieurs jours dans les vallées du Valbonnais ou dans le Parc National des Ecrins. Idéal en itinérance avec des enfants !

Lou Pa de l'Aze : +33 (0)6.09.27.05.76 ou www.loupadelaze.com

En Matheysine, cours, stages et randonnées accompagnées sur poneys et chevaux avec le **centre équestre « La Clé des Champs »**.

+33 (0)6.71.31.94.88 — www.lacledes-champs.fr

Pour les cavaliers confirmés propriétaires de leur monture, possibilité de réaliser des boucles de plusieurs jours sur des circuits balisés spécialement conçus pour la randonnée équestre : à découvrir sur www.valmontheys.com !



www.valmontheys.com

Pour tout connaître de l'offre touristique en
Valbonnais, Beaumont et Matheysine !



www.valmontheys.tv

Pour découvrir et suivre l'actualité du territoire en images !

www.facebook.com/valmontheys

Pour ne rien manquer des bons plans, événements, et animations en
Valbonnais, Beaumont et Matheysine !

Une édition du
Pôle touristique des cantons de Corps, La Mure et Valbonnais

