

ETAPE 5 : 152,2 KM

ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ



WWW.ALPES-ISERE-TOUR.COM



LE CHEYLAS (CC LE GRÉSIVAUDAN)



MIRIBEL LES ECHELLES (CC COEUR DE CHARTREUSE)

27 MAI > 31 MAI 2026

PARCOURS	RESTANT	ALTITUDE	ROUTE	ITINÉRAIRE		38 KM/H	36 KM/H	34 KM/H
0,0	3,7	245	VC	LE CHEYLAS	départ fictif	11:30	11:30	11:30
0,1	3,6	245	RD523	+ carr. à feux rue du Stade / RD523		11:30	11:30	11:30
2,0	1,7	245	"	lieu dit la Gare au Cheylas		11:34	11:34	11:34
2,5	1,2	250	RD166	+ carr. RD523 / RD166		11:35	11:35	11:35
2,9	0,8	250	"	passage à niveau	PN	11:35	11:35	11:35
3,7	0,0	245	"	sortie lieu dit la Gare au Cheylas		11:37	11:37	11:37
0,0	152,2	250	RD166	LE CHEYLAS	départ réel	11:37	11:37	11:37
0,7	151,5	255	VC	LA BUISSIÈRE		11:38	11:38	11:38
1,1	151,1	265	VC	+ carr. RD166 / RD1090 / rue Humbert Pilat		11:39	11:39	11:39
1,4	150,8	250	RD590a	+ carr. rue Humbert Pilat / RD590a (rue des Granges)		11:39	11:39	11:39
4,4	147,8	330	"	BARRAUX		11:44	11:44	11:45
7,7	144,5	305	"	CHAPAREILLAN		11:49	11:50	11:50
8,0	144,2	295	"	+ RP RD590a / RD285c		11:50	11:50	11:51
8,3	143,9	290	RD285	+ carr. RD590a place de la Mairie / RD285 rue St Roch		11:50	11:51	11:52
8,4	143,8	290	"	+ carr. rue St Roch / chemin de Sablé		11:50	11:51	11:52
11,0	141,2	445	"	lieu dit la Palud à Chapareillan		11:54	11:55	11:56
11,8	140,4	510	RD285a	+ carr. RD285 / RD285a		11:56	11:57	11:58
17,2	135,0	1005	"	département de la Savoie		12:04	12:06	12:07
18,5	133,7	1130	RD285a	col du Granier 10 km à 8,5%	MG cat 1	12:06	12:08	12:10
18,5	133,7	1130	RD912	+ carr. RD285a / RD912		12:06	12:08	12:10
22,9	129,3	860	"	ENTREMONT LE VIEUX		12:13	12:15	12:17
23,3	128,9	840	"	+ carr. RD912 / RD45	1er passage	12:14	12:16	12:18
23,5	128,7	835	"	+ carr. RD912 / route des Rigauds	1er passage	12:14	12:16	12:18
27,5	124,7	655	"	SAINT PIERRE D'ENTREMONT Savoie		12:20	12:23	12:25
28,3	123,9	650	"	SAINT PIERRE D'ENTREMONT Isère		12:22	12:24	12:27
28,3	123,9	650	RD512	département de l'Isère		12:22	12:24	12:27
28,4	123,8	650	"	+ carr. RD512 / RD520c		12:22	12:24	12:27
28,7	123,5	650	RD512	Zone de ravitaillement, après Place des Chartreux jusque km 29,7	ravitaillement	12:22	12:25	12:28
28,8	123,4	665	RD102b	+ carr. RD512 / RD102b		12:22	12:25	12:28
30,9	121,3	867	RD102b	LE VILLARD		12:26	12:28	12:31
34,8	117,4	1070	RD102b	côte de la station du Planolet 6 km à 7%	MG cat 2	12:32	12:35	12:38
34,8	117,4	1070	RD512	+ carr. RD102b / RD512		12:32	12:35	12:38
40,5	111,7	760	VC	+ carr. RD512 / route du Petit Chenevey		12:41	12:44	12:48
42,3	109,9	765	"	département de la Savoie		12:44	12:47	12:52
42,3	109,9	765	RD45c	+ carr. route du Petit Chenevey / RD45c		12:44	12:47	12:52
43,5	108,7	715	VC	+ carr. RD45c / route des Lanches		12:46	12:49	12:54
43,5	108,7	715	VC	Zone bidons, début côte des Clarets jusque 500m du sommet	bidons	12:46	12:49	12:54
47,7	104,5	1030	VC	côte des Clarets 4,1 km à 8%	MG cat 2	12:52	12:56	13:01
49,0	103,2	1030	"	descente des Rigauds rapide et étroite sur 2km	danger	12:54	12:59	13:03
50,9	101,3	840	"	ENTREMONT LE VIEUX		12:57	13:02	13:07
51,0	101,2	840	RD912	+ carr. route des Rigauds / RD912	2ème passage	12:57	13:02	13:07
51,1	101,1	840	RD45	+ carr. RD912 / RD45	2ème passage	12:58	13:02	13:07
56,4	95,8	1205	RD45	côte de la station du Désert d'Entremonts 5,2 km à 7,5%	MG cat 2	13:06	13:11	13:16
69,7	82,5	655	"	SAINT JEAN DE COUZ		13:27	13:33	13:40
70,2	82,0	630	RD1006	+ col de Couz carr. RD45 / RD1006		13:28	13:34	13:41
71,0	81,2	615	"	+ radar fixe 80km/h maximum	radar	13:29	13:35	13:42
73,4	78,8	540	"	+ tunnel des Echelles, 300m, éclairé, hauteur maximum 4m	tunnel	13:33	13:39	13:46
74,6	77,6	485	VC	+ carr. RD1006 / route du Beauvoir		13:35	13:41	13:49
74,6	77,6	490	VC	Zone bidons début de côte de l'Ecolu, jusque 500m du sommet	bidons	13:35	13:41	13:49
78,1	74,1	745	VC	côte de l'Ecolu 3,6 km à 7,8%	MG cat 2	13:40	13:47	13:55
78,1	74,1	745	"	+ carr. route du Beauvoir / route de Bande		13:40	13:47	13:55
79,9	72,3	580	"	+ carr. route de Bande / route de la Mollière		13:43	13:50	13:58
80,7	71,5	545	RD921	+ carr. route de la Mollière / RD921		13:44	13:51	13:59
81,9	70,3	535	RD921	LA BAUCHE	sprint	13:46	13:53	14:01
90,3	61,9	395	"	lieu dit le Gué des Planches à la Bridoire		13:59	14:07	14:16
90,4	61,8	390	RD921b	+ carr. RD921 / RD921b		14:00	14:08	14:16
90,9	61,3	375	"	passage à niveau	PN	14:00	14:08	14:17
91,0	61,2	375	RD921e	+ carr. RD921b / RD921e		14:01	14:09	14:17
92,0	60,2	325	"	LA BRIDOIRE		14:02	14:10	14:19
93,1	59,1	270	RD203	+ carr. RD921e / RD921 / RD203		14:04	14:12	14:21
94,1	58,1	285	RD203	Zone de ravitaillement, La Bridoire à St Béron, jusque km 95,1	ravitaillement	14:05	14:14	14:23
95,4	56,8	315	"	SAINT BERON		14:08	14:16	14:25
95,6	56,6	315	"	passage à niveau	PN	14:08	14:16	14:26
96,2	56,0	320	"	+ carr. RD203 / RD1006		14:09	14:17	14:27

PARCOURS	RESTANT	ALTITUDE	ROUTE	ITINÉRAIRE		38 KM/H	36 KM/H	34 KM/H
97,4	54,8	280	RD82a	département de l'Isère		14:11	14:19	14:29
98,3	53,9	300	RD82k	+ carr. RD82 a / RD82 / RD82k		14:12	14:21	14:30
100,1	52,1	365	"	VOISSANT		14:15	14:24	14:34
105,2	47,0	715	RD82k	côte de Voissant 6,9 km à 6%	MG cat 2	14:23	14:32	14:43
108,1	44,1	645	RD28	+ près Miribel les Echelles carr. RD82k / RD28		14:28	14:37	14:48
108,1	44,1	645	RD28	Zone bidons début du col des Mille Martyrs, jusque km 111,9	bidons	14:28	14:37	14:48
112,0	40,2	875	"	+ col des Mille Martyrs		14:34	14:44	14:55
114,5	37,7	740	VC	+ carr. RD28 / route du Mas du Mont		14:38	14:48	14:59
115,8	36,4	725	RD49c	+ près St Sixte à Merlas carr. route du Mas du Mont / RD49c		14:40	14:50	15:01
116,0	36,2	720	VC	+ carr. RD49c / route du Lac		14:40	14:50	15:02
116,2	36,0	740	"	+ carr. route du Lac / route du Grand Vivier		14:40	14:51	15:02
117,8	34,4	835	VC	col du Baracuchet 1,8 km à 6,5%	MG cat 4	14:43	14:53	15:05
121,5	30,7	610	"	Saint Aupre le Haut		14:49	14:59	15:11
123,1	29,1	525	"	+ carr. route du Grand Vivier / route du Colombier		14:51	15:02	15:14
124,0	28,2	460	RD49	+ près St Etienne de Crossey RP route du Colombier / RD49		14:53	15:04	15:16
130,8	21,4	580	RD28	+ près Miribel les Echelles carr. RD49 / RD28		15:03	15:15	15:28
135,0	17,2	400	"	lieu dit Villette à St Laurent du Pont		15:10	15:22	15:35
135,8	16,4	405	"	SAINT LAURENT DU PONT		15:11	15:23	15:37
137,0	15,2	415	RD520	+ carr. RD28 / RD520		15:13	15:25	15:39
138,7	13,5	405	RD102	+ RP RD520 / RD102		15:16	15:28	15:42
140,2	12,0	405	RD102	Aiguenoire (Distillerie de Chartreuse)	sprint	15:18	15:31	15:44
143,4	8,8	405	RD520c	+ carr. RD102 / RD520c		15:23	15:36	15:50
145,8	6,4	405	"	+ carr. RD520c / RD520		15:27	15:40	15:54
146,5	5,7	400	"	ENTRE DEUX GUIERS		15:28	15:41	15:55
146,8	5,4	390	RD28b	carr. RD520c / RD520d / RD28b		15:29	15:42	15:56
147,0	5,2	390	RD49	+ carr. RD520c / RD49 (rue de la Poste)		15:29	15:42	15:56
147,1	5,1	390	"	+ carr. à feux RD49 (rue de la Poste) / RD921 / RD102c		15:29	15:42	15:56
149,2	3,0	420	RD49	Zone de déstagement des déchets (200m)	zone verte	15:32	15:46	16:00
151,2	1,0	555	"	MIRIBEL LES ECHELLES		15:36	15:49	16:04
152,0	0,2	590	RD28	+ carr. RD49 / RD28		15:37	15:50	16:05
152,2	0,0	600	RD28	MIRIBEL LES ECHELLES	arrivée	15:37	15:51	16:05

