

Grandes Alpes  
 www.route-grandes-alpes.com  
 www.grande-traversee-alpes.com  
 Mail : gta@grande-traversee-alpes.com  
 1 rue de la République - B.P. 227 - F-38019 Grenoble cedex  
**Grande Traversée des Alpes**  
 Contact :

De weg singt over bijna 700 km tussen het Meer van Genève en de Middellandse Zee. De route wordt goed aangegeven. De Offices de Tourisme Relais langs de Route des Grandes Alpes geven graag informatie over de prachtige Alpen.  
 Contact : gta@grande-traversee-alpes.com  
 1 rue de la République - B.P. 227 - F-38019 Grenoble cedex

La strada in pratica  
 Dal Lago Lemano al Mar Mediterraneo, la strada serpeggia su circa 700 km. Cartelli direzionali delimitano l'itinerario. Gli Enti del Turismo Relais della Grandi Alpi preparano aiutanti per scoperta delle stupende patrimonio delle Alpi.

Die route selbst  
 Vom Genfer See bis zum Mittelmeer schlingt sich die Straße in Serpentina über 700 km. Die Beschilderung auf der Strecke ist gut. Die Fernverkehrsburios auf der Strecke der Franz. Hochpässe geben Ihnen gerne Auskünfte über die Sehenswürdigkeiten in den französischen Alpen.

and cultural heritage.  
 Grandes Alpes can help you discover the Alps' wonderful, natural way. The Relay Tours Offices located all along the Route des From Lake Geneva to the Mediterranean sea, the Route meanders for almost 700 km (430 miles), and special road signs mark the

Along the way  
 Du lac Léman à la Méditerranée, la route serpente sur près de 700 km. Des panneaux directionnels jalonnent l'itinéraire. Les Offices de Tourisme Relais de la Route des Grandes Alpes sauront vous aider pour découvrir le formidable patrimoine des Alpes.

La route en pratique  
 Du lac Léman à la Méditerranée, la route serpente sur près de 700 km. Des panneaux directionnels jalonnent l'itinéraire. Les Offices de Tourisme Relais de la Route des Grandes Alpes sauront vous aider pour découvrir le formidable patrimoine des Alpes.

Etape 1: Thonon-les-Bains - Arèches-Beaufort

Etape 2: Arèches-Beaufort - Valloire

Etape 3: Valloire - Vignes

Etape 4: Vignes - Valberg

Etape 5: Valberg - Menton

Etape 6: Menton - Monaco

Etape 7: Monaco - Nizza

Etape 8: Nizza - Italie

# traverser les alpes par la route

## du Léman à la Méditerranée



**2009**

PRÉPAREZ VOTRE ITINÉRAIRE SUR  
 PRÉPAREZ VOTRE TRIP AT  
 www.route-grandes-alpes.com



## Une route de légende

Début du XX<sup>e</sup> siècle. L'heure est à l'innovation, on croit au progrès en général... et à la route, en particulier, qui ouvre les Alpes au grand tourisme.

- 1909 - Le Touring Club lance les travaux de la Route des Grandes Alpes.
- 1913 - La Compagnie Paris-Lyon-Méditerranée inaugure la traversée intégrale de la Route des Grandes Alpes, parcourue en cinq étapes d'une journée...
- 1914/18 - La première guerre mondiale porte un coup d'arrêt aux travaux.
- 1930 - Désormais Nice-Chamonix s'effectue en 1 jour 1/2.
- 1937 - Albert Lebrun, Président de la République inaugure la route du Col de l'Iseran, le plus haut passage routier d'Europe.
- 1970 - Ouverture de la route du Cornet de Roselend.
- 1995 - La Route relie Thonon à Menton à votre rythme !

### A legendary Route

We are at the start of the 20<sup>th</sup> century. Innovation is the order of the day. There is great faith in progress of all kinds... particularly for roads, opening the Alps to mass tourism.

- 1909 - The Touring Club de France initiates works on the Route des Grandes Alpes.
- 1913 - The Compagnie Paris-Lyon-Méditerranée organises the inaugural run along the Route des Grandes Alpes, in five one-day stages...
- 1914/18 - World War I brings work to a halt.
- 1930 - It now only takes a day and a half to drive from Nice to Chamonix.
- 1937 - Albert Lebrun, President of the Republic, inaugurates the Iseran pass, the highest road pass in Europe.
- 1970 - The Cornet de Roselend pass is opened.
- 1995 - The Route links Thonon to Menton at whatever pace you choose!



## La route à vélo

Il existe 16 cols principaux le long de la Route des Grandes Alpes dont certains classés hors catégorie (très difficile) comme le Galibier, l'Iseran, l'Izoard. Voici quelques conseils avant de partir :

- S'assurer d'un bon entraînement (2000 à 3000 km annuels)
- Etre équipé d'un matériel bien entretenu avec des développements adaptés
- Prévoir à boire et à manger en quantité suffisante
- Prendre un vêtement chaud ou un coupe-vent

Attention : l'itinéraire franchit à plusieurs reprises les 2000 mètres d'altitude. Il est bon de faire attention aux changements de température entre les fonds de vallée et les cols !

Une carte de contrôle est disponible auprès de la Grande Traversée des Alpes. Elle renseigne sur les distances et profils. Validée en une ou plusieurs fois, elle gardera la mémoire d'un itinéraire sportif aux noms glorieux, et donne droit à un diplôme décerné par la G.T.A.

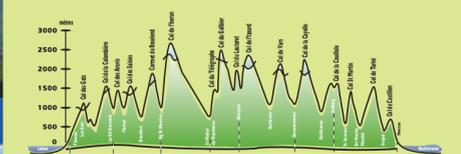
### The Route by bike

There are 16 major cols along the Route des Grandes Alpes, some of which are unclassified (very difficult), such as the Galibier, the Iseran and the Izoard. Here are a few tips before you set off:

- Make sure you have trained properly (2,000 to 3,000 km a year)
- Use a bike that has been well maintained and has suitable gears
- Take along enough to eat and drink
- Pack a warm coat or windproof jacket

Please note: the route climbs to above 2,000 metres at several points. You should be aware of the temperature changes between valley bottoms and cols!

A route card with information about distances and gradients is available from La Grande Traversée des Alpes. You can have it stamped one or more times as a souvenir of this demanding route featuring some famous names, and you can use it to obtain your diploma awarded by the G.T.A.



LA ROUTE DES GRANDES ALPES  
 CARTE DE CONTRÔLE  
 Diplôme



## Cyclo, motard, automobiliste : découvrez les hébergements Route des Grandes Alpes adaptés à votre pratique !

### LES BONNES ADRESSES DE LA ROUTE DES GRANDES ALPES / PLACES TO STAY

Nom	type	labellisation	adresse	CP	commune	téléphone	🚗	🚲	🏠	📞	Etape
A l'ombre des Marronniers	hôtel restaurant	***	17 place de Crête	74200	THONON-LES-BAINS	04 50 71 26 18	NC	0	B		Etape 1
L'Arc-en-Ciel	hôtel restaurant	***	18 place de Crête	74200	THONON-LES-BAINS	04 50 71 90 63	86	0	C		Etape 1
La Bergerie	hôtel	***	101 Route du Téléphérique	74110	MORZINE	04 50 79 13 69	77	0	C		Etape 1
Chalet l'Envala	chambres et table d'hôte	🌿🍷	594 route des Cornuts	74260	LES GETS	04 50 75 89 15	12	36	C		Etape 1
Hôtel Alpina	hôtel restaurant	**	55 impasse de la Grange Neuve	74260	LES GETS	04 50 75 80 22	100	36	C		Etape 1
Hôtel Bel'Alpe	hôtel restaurant	**	Chef Lieu	74260	LES GETS	04 50 79 74 11	90	36	C		Etape 1
Hôtel Alpages	hôtel	***	176 Route de la Truche BP 40	74260	LES GETS	04 50 75 80 88	65	36	C		Etape 1
Le Nagano	hôtel	***	333 Rue du Centre	74260	LES GETS	04 50 79 71 46	92	36	D		Etape 1
L'Abelle 1834	chambres et table d'hôte	CLÉ ACANES	Les Frasses	74950	LE REPOSOIR	04 50 98 63 08	12	67	B		Etape 1
Hôtel La Croix Saint Maurice	hôtel restaurant	🌿🍷	Place de l'Eglise BP 42	74450	LE GRAND BORNAND	04 50 02 20 05	34	85	C		Etape 1
Hôtel le Vermont	hôtel	**	Le Pont de Suize	74450	LE GRAND-BORNAND	04 50 02 36 22	50	85	C		Etape 1
Hôtel les Ecuireuls	hôtel	**	Le Villard	74450	LE GRAND BORNAND	04 50 02 20 11	47	85	C à D		Etape 1
La Pointe Percée	hôtel	**	Place du Marché	74450	LE GRAND BORNAND	04 50 02 20 02	62	85	B		Etape 1
Hôtel La Montagne	hôtel restaurant	***	Route de la Piscine	74220	LA CLUSAZ	04 50 63 38 38	55	90	C		Etape 1
Les Chalets de la Serraz	hôtel restaurant	***	3862 Route du col des Aravis	74220	LA CLUSAZ	04 50 02 48 29	30/35	90	D		Etape 1
Le Coeur de Marie	maison d'hôte	🌿🍷	Les Gilières	73590	FLUMET	04 79 31 38 84	14	109	C		Etape 1
Chalet Hôtel L'Eau Vive	hôtel restaurant	🌿🍷	Place de l'Eglise	73590	ST NICOLAS LA CHAPELLE	04 79 31 60 46	30	110	B		Etape 1
Chalet la Source	gîte d'étape	🌿🍷	Chef lieu	73590	ST NICOLAS LA CHAPELLE	04 79 31 62 40	58	110	B		Etape 1
Le Caprice Des Neiges	hôtel restaurant	***	Les Reys	73590	CREST-VOLAND	04 79 31 62 95	42	112	C		Etape 1
Hôtel le Tetras	hôtel restaurant	**	Les Frasses Rte du Col des Saisies	73590	NOTRE DAME DE BELLECOMBE	04 79 31 61 70	74	113	C		Etape 1
La Griyotire	hôtel restaurant	***	50 Route de la Tonnaz	74120	PRAZ SUR ARLY	04 50 21 86 36	55	114	D		Etape 1
Le Calgary	hôtel restaurant	***	73 rue des Periots	73620	LES SAISIES	04 79 38 98 38	116	118	C		Etape 1
La Ferme du Chozaal	hôtel restaurant	***	Le Chozaal	73620	HAUTELUCE	04 79 38 18 18	31	125	D		Etape 1
Chambre d'hôte du Stozza	chambres d'hôte	CLÉ ACANES	Le Chozaal	73620	HAUTELUCE	04 79 38 83 08	9	125	B		Etape 1
Hôtel du Grand-Mont	hôtel restaurant	🌿🍷	Place de l'Eglise	73270	BEAUFORT/DORON	04 79 38 33 36	50	134	C		Etape 1
Le Christiania	hôtel restaurant	***	Route du Grand Mont Arèches	73270	ARECHES - BEAUFORT	04 79 38 10 58	50	138	B		Etape 1
Refuge du Plan de la Lai	refuge	🏠	Le Platon Route de Roselend	73270	BEAUFORT	04 79 89 07 78	19	150	B		Etape 1
Auberge refuge de la Nova	auberge et refuge	🌿🍷	Les Chapieux	73700	BOURG ST-MAURICE	04 79 89 07 15	70	175	B		Etape 1
Hôtel L'Autantic	hôtel	***	69 route d'Hauterville	73700	BOURG ST-MAURICE	04 79 07 01 70	58	175	C		Etape 1
Auberge du Val Joli	hôtel restaurant	🌿🍷	2 rue des Pierres Blanches	73700	SEZ	04 79 23 42 47	128	180	C		Etape 1
Hôtel Belvédère	hôtel restaurant	***	Route du Col du Petit St Bernard	73700	SEZ	04 79 06 83 00	62	180	C		Etape 1
La Ferme d'Angèle	maison d'hôte & gîte de séjour	🌿🍷	Le Noyeray	73700	SEZ	04 79 41 05 71	24	180	C à D		Etape 1
Le Monal	hôtel	***	Chef lieu	73640	STE FOY TARENTAISE	04 79 06 90 07	58	190	D		Etape 1
Les Carlines	chambres et table d'hôte	🌿🍷	Pré Bérard	73210	LA COTE D'AIME	04 79 55 52 07	15	196	B		Etape 1
Le Chalet du Lac	hôtel restaurant	**	Villaret du Nial	73320	TIGNES	04 79 06 25 47	36	210	C		Etape 1
Chalet Colinn	chambres et table d'hôte	🌿🍷	Le Franchet de Tignes BP125	73151	VAL D'ISERE	04 79 06 26 99	13	215	D		Etape 1
La Bailetta/ Le Relais du Ski	hôtel restaurant	***	Avenue du Prariand BP 63	73152	VAL D'ISERE	04 79 06 02 06	100	215	C		Etape 1
Le Mont Iseran	hôtel restaurant	***	Place de la mairie	73480	BESSANS	04 79 05 95 97	42	250	C		Etape 1
Auberge Do-Ré	hôtel restaurant	non classé	28, rue du Mont-Cenis	73480	LANSLEBOURG - VALCENIS	04 79 05 90 30	15	257	B		Etape 1
Relais des 2 Cols	hôtel restaurant	***	66 rue du Mont Cenis	73480	LANSLEBOURG	04 79 05 92 83	75	257	B à C		Etape 1
La Grange	chambres d'hôte	🌿🍷	3 Rue du Scheuil	73500	TERMIGNON	04 79 20 53 34	8	263	C		Etape 1
Le Chalet du lys	chambres et table d'hôte	🌿🍷	Lieu dit Le Lièvre	73500	TERMIGNON	04 79 20 18 25	14	263	C		Etape 1
Le Relais de la Diligence	chambres et table d'hôte	🌿🍷	Le Relais de la Diligence Les Gilières	73500	BRAMANS	04 79 20 30 99	17	270	B		Etape 1
Chalet Hôtel Les Glaciers	hôtel restaurant	***	Place St Colomban	73500	BRAMANS	04 79 05 22 32	49	270	B		Etape 1
Ché Carline	chambres et table d'hôte	🌿🍷	Villarodin le Bourget 88 rue Saint Antoine	73500	VILLARODIN	04 79 20 49 32	15	278	B		Etape 1
Gîte du Fort Marie-Christine	gîte d'étape	🌿🍷	Fort Marie Christine	73500	AUSSOIS	04 79 20 36 44	64	280	B		Etape 1
Hôtel du Soleil	hôtel	***	15, rue de l'Eglise	73500	AUSSOIS	04 79 20 32 42	50	280	C à D		Etape 1
Christiania Hôtel	hôtel restaurant	***	Rue de Tigny	73450	VALLOIRE	04 79 59 00 67	60	310	C		Etape 1
Le Relais du Galibier	hôtel restaurant	***	Les Verneys	73450	VALLOIRE	04 79 59 00 45	52	310	C		Etape 1

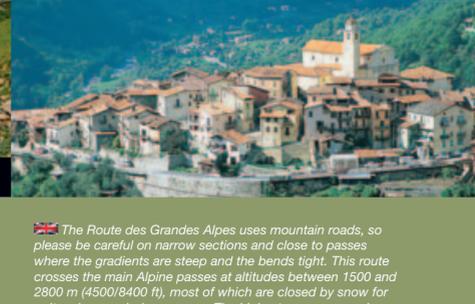


## Conseil pratique / Useful advice

La Route des Grandes Alpes emprunte des routes de montagne, soyez donc vigilant dans les sections étroites ainsi qu'à l'approche des cols où l'on trouve de fortes rampes et des virages à faible rayon. Cet itinéraire franchit les principaux cols alpins entre 1500 et 2800 mètres d'altitude, pour la plupart fermés une partie de l'année, en raison de l'enneigement. Les cols les plus élevés ne sont ouverts qu'à partir du début du mois de juin, jusqu'à la mi-octobre. Profitez de la fin du printemps ou du début de l'automne pour découvrir ces paysages magnifiques !

Renseignez-vous sur l'ouverture des cols auprès des offices de tourisme relais.

**Bonne route !**



The Route des Grandes Alpes uses mountain roads, so please be careful on narrow sections and close to passes where the gradients are steep and the bends tight. This route crosses the main Alpine passes at altitudes between 1500 and 2800 m (4500/8400 ft), most of which are closed by snow for quite a long period every year. The highest passes are only open from early June to mid October, so take advantage of late spring or early autumn to discover the magnificent scenery.

You can check that the passes are open by contacting the relay tourist offices.

**Have a nice trip!**

Nom	type	labellisation	adresse	CP	commune	téléphone	🚗	🚲	🏠	📞	Etape
Auberge du Choucas	hôtel restaurant	***	Rue Fruitière	05220	MONETIER LES BAINS	04 92 24 42 73	40	330	D		Etape 3
Gîte le Flourou	gîte d'étape et de séjour	🌿🍷	31 rue Bonbourget	05220	MONETIER LES BAINS	04 92 24 41 13	37	330	B		Etape 3
Gîte Le Moulin	gîte d'étape et de séjour	🌿🍷	31 rue Bonbourget	05220	MONETIER LES BAINS	04 92 24 41 13	20	330	B		Etape 3
Hôtel Alliey & Spa	hôtel restaurant	**	Route de Grenoble Serre Chevalier	05220	MONETIER LES BAINS	04 92 24 40 02	62	330	D		Etape 3
Hôtel Bonnabel - Les Glaciers	hôtel restaurant	****	Col du Lautaret	05220	MONETIER LES BAINS	04 92 24 42 21	68	330	D		Etape 3
Auberge Edelweiss	hôtel restaurant	🌿🍷	Grand Chemin Le village	05320	LA GRAVE - LA MEJUE	04 76 79 90 93	70	335	C		Etape 3
Le Durancéau	gîte d'étape	🌿🍷	La Vachette	05100	VAL DES PRES	04 92 21 19 57	36	370	A à B		Etape 3
Auberge l'Arpelin	maison d'hôte	🌿🍷	Le Laus	05100	CERVIERES	04 92 21 17 48	32	375	B		Etape 3
Chalet Viso	maison d'hôte	🌿🍷	La Chalp	05350	ARVIEUX	04 92 46 85 77	29	412	B		Etape 3
La Borne Ensoieillé	hôtel restaurant	🌿🍷	La Chalp	05350	ARVIEUX	04 92 46 72 89	49	412	C		Etape 3
Le Calimat Fleuri	hôtel restaurant	🌿🍷	La Longeagne	05600	GUILLESTRE	04 92 45 07 62	90	430	C		Etape 3
La Maison du Guil	maison d'hôte	🌿🍷	La Font	05600	EYGLIERS	04 92 50 16 20	10				

# traverser les alpes par la route



## Documentation / documentation

### La carte IGN

Toutes les Alpes sur la carte. Disponible en librairie, auprès de la Route des Grandes Alpes et des Offices de Tourisme Relais - 6,40 € TTC (hors frais de port).

### Le guide de la Route des Grandes Alpes

(Éditions Gallimard - français) est disponible en librairie, auprès de la Route des Grandes Alpes et des Offices de Tourisme Relais - 19,52 € TTC (hors frais de port).

An IGN map is available in bookshops or from the Route des Grandes Alpes or Relay Tourist Offices for 6,40 €.

The Guide of the Route des Grandes Alpes (in french only) is available in bookshops or from the Route des Grandes Alpes or Relay Tourist Offices for 19,52 €.

## Parcs et réserves / parks and reserves

	Parc National de la Vanoise +33(3) 4 79 62 30 54		Parc Naturel Régional du massif des Bauges +33(3) 4 79 54 86 40
	Parc National des Écrins +33(3) 4 92 40 20 10		Parc Naturel Régional du Queyras +33(3) 4 92 46 88 20
	Parc National du Mercantour +33(3) 4 93 16 78 88		Réserve géologique de Haute-Provence +33(3) 4 92 36 70 70

## Infos pratiques / practical information

	Km			
De Thonon-les-Bains au Grand Bornand	80	1 jour	3h	4h
Du Grand Bornand à Bourg-Saint-Maurice	92	1 jour	2,5h	3,5h
De Bourg-Saint-Maurice à Lanslebourg	78	1 jour	2,5 h	3h
De Lanslebourg à Briançon	110	1 jour	2,5h	3,5h
De Briançon à Barcelonnette	104	1 jour	3,5h	4h
De Barcelonnette à Valberg	77	1 jour	3h	3,5h
De Valberg à Saint-Martin-Vésubie	57	1 jour	2,5h	3h
De Saint-Martin-Vésubie à Menton	79	1 jour	2,5h	3h



## Sur la route en 5 épisodes

### ÉTAPE 1 Thonon-les-Bains à Arèches-Beaufort

Quatre cols de Thonon-les-Bains à Arèches-Beaufort 135 km et un dénivelé de 3 299 mètres, cette étape passe par Morzine, Les Gets, Taninges, Cluses, Le Grand-Bornand, La Clusaz, Flumet and Notre-Dame-de-Bellecombe.

Le col des Gets (1 170 m), le premier de la Route des Grandes Alpes...

La Colombière (1 613 m) et les Aravis (1 486 m)  
Le col de la Colombière permet le passage entre la vallée de l'Arve et le cœur du massif des Aravis. C'est le premier col important de la Route qui se poursuit vers La Clusaz pour passer le col des Aravis.

Les Saisies (1 633 m)  
Le col des Saisies offre un passage entre Flumet et Beaufort et favorise la continuité avec le Cornet de Roselend. Un choix judicieux qui permet de rester au cœur des massifs et des montagnes. Le Mont Blanc s'impose au détour de la route.

This section, 135 km long and with a combined elevation gain of 3 299 metres, goes through Morzine, Les Gets, Taninges, Cluses, Le Grand-Bornand, La Clusaz, Flumet and Notre-Dame-de-Bellecombe.

The Col des Gets (1 170 m), the first pass on the Grand Alpine Route...

Col de la Colombière (1 613 m) and Col des Aravis (1 486 m)  
The Col de la Colombière is the pass between the Vallée de l'Arve and the heart of the Aravis mountains. It is the first major pass on the route, which continues via La Clusaz on to the Col des Aravis.

Col des Saisies (1 633 m)  
The Col des Saisies offers a passage between Flumet and Beaufort and makes for a direct route to the Cornet de Roselend. A sensible choice in order to remain in the heart of the mountains. Mont Blanc dominates the landscape at many points along the route.

À voir sur la Route / Sights to see	
Gorges de la Dranse	Les Gorges - Le Pont du Diable
Grand-Bornand	La Maison du Patrimoine
La Clusaz	La station village et patrie de grands champions de ski Where great ski champions come from.
Hauteluçe	L'église et les chalets - The church and chalets
À goûter sur la Route / Food and drink	
Thonon	Le vin du château de Ripaille - Wine
Les Aravis	Le reblochon fermier - Cheese made in
Détoours sur la Route / Detours along the way	
Vai d'Abondance	Atmosphère pastorale typique - Typical pastoral atmosphere
Col de la Ramaz, Praz de Lys	Belvédère sur le massif du Mont Blanc A viewpoint of the Mont Blanc mountain
Col du Joly, Hauteluçe	Point de vue exceptionnel sur le Mont Blanc For an exceptional view of South face of Mont Blanc
Balades recommandées / Recommended hikes	
Thonon > La forêt de Ripaille > Le Grand Bornand > L'aiguille Verte du Chinnailon et le lac de Lessy > Beaufortain > Le barrage de la Girotte	



### ÉTAPE 2 Arèches-Beaufort à Valloire

Trois cols d'Arèches-Beaufort à Valloire 175 km et un dénivelé de 4 137 mètres, cette étape passe par Bourg-Saint-Maurice, Val-d'Isère, Bonneval et Val-Cenis.

Le Cornet de Roselend (1 968 m), présente un environnement parmi les plus verdoyants où l'eau est omniprésente. Le lac du barrage de Roselend est un des attraits majeurs de ce col particulièrement intéressant sur le versant Beaufortain.

Le col de l'Isèran (2 764 m) est le lien estival entre les deux hautes vallées savoyardes : la Tarentaise et la Maurienne. Ce col, à seule vocation touristique, est l'un des plus beaux des Alpes et surtout le plus haut col alpin. Entre Val-d'Isère et Bonneval, au cœur du Parc National de la Vanoise, sa route est une magnifique découverte.

Le col du Télégraphe (1 570 m). Depuis Saint-Michel-de-Maurienne, le col du télégraphe offre un beau panorama sur le massif de la Vanoise.

This section, 175 km long and with a combined elevation gain of 4 137 metres, goes through Bourg-Saint-Maurice, Val-d'Isère, Bonneval, and Val-Cenis.

The Cornet de Roselend (1 967 m) runs through a particularly green environment where water is omnipresent. The reservoir behind the Roselend dam is one of the major attractions of this area, which is particularly worth the visit on the Beaufort side of the pass.

The Col de l'Isèran (2 764 m) is the summertime link between the two high Savoyard valleys, the Tarentaise and the Maurienne. This pass, created specially for tourists and certainly one of the most beautiful in the Alps, is definitely the highest. Between Val-d'Isère and Bonneval, in the heart of the Vanoise National Park, this section is simply magnificent.

The Col du Télégraphe (1 570 m) with a beautiful panorama of the Vanoise mountains.

À voir sur la Route / Sights to see	
Beaufort	La coopérative de fabrication du Beaufort Beaufort cheese coop
Val d'Isère	Le panorama de la pointe Bellevarde accessible en téléphérique The panorama from the pointe Bellevarde (cablecar).
Bonneval-sur-Arc	Village classé parmi les «Plus beaux villages de France» A very typical village
À goûter sur la Route / Food and drink	
Savoie	Les Diots de Savoie - Local sausage
Vallée de Haute Maurienne	Les fromages et le bleu de Termignon - Local cheese
Détoours sur la Route / Detours along the way	
Arèches Beaufortain	Le col du Pré, pour rejoindre le lac de Roselend Alternate route to the Lac de Roselend
Val Cenis	Le col et lac du Mont-Cenis et leurs fortifications Col and lac du Mont-Cenis with fortifications
Balades recommandées / Recommended hikes	
Vallée des Chapieux > Le col de la Seigne Val d'Isère > Lac du Pys, Les Via Ferrata - Several via ferrata	

### ÉTAPE 3 Valloire à Vars

Trois cols de Valloire à Vars 115 km et un dénivelé de 3 310 mètres, cette étape passe par Monêtier-les-Bains, Briançon, Arvieux, Guillestre.

Le col du Galibier (2 677 m) est le passage mythique des Tour de France. Passage entre les Alpes du Nord et du Sud, le col du Galibier offre un spectacle grandiose sur les Alpes.

Le col du Lautaret (2 058 m), gardé ouvert en toute saison, est l'une des portes du Parc National des Ecrins. Sa route donne accès à de magnifiques vallées.

Le col de l'Isard (2 360 m) : au-delà de la fameuse "Casse Déserte" qui laisse supposer, à tort, que l'environnement de ce col n'est qu'austérité. Les forêts de mélèzes indiquent un environnement plus sec, prélude au climat méditerranéen.

Three mountain passes from Valloire to Vars, this section, 115 km long and with a combined elevation gain of 3 310 metres, goes through Monêtier-les-Bains, Briançon, Arvieux and Guillestre.

The Col du Galibier is the mythic way-point of many bicycle races such as the Tour de France. Marking the transition between the northern and southern Alps, the col du Galibier offers an awe-inspiring view of the Alps.

The Col du Lautaret (2 058 m), open all year round, is one of the entryways into the Ecrins National Park. The road leads to some magnificent valleys.

The Col de l'Isard (2 360 m) - rising the famous "Casse Déserte", whose name would have you believe (incorrectly) that the local environment is quite austere. The larchwood forests indicate a drier environment, prelude to the Mediterranean climate.

À voir sur la Route / Sights to see	
Valloire	Magnifique église baroque du XVII <sup>e</sup> siècle Magnificent baroque church from the 1600s
Col du Lautaret	Le jardin botanique alpin - The Alpine botanical garden
Guillestre/Mont-Dauphin	Les gorges du Guil, la cité fortifiée Gorges du Guil and the fortified city
À goûter sur la Route / Food and drink	
Briançon	Les bières artisanales de la brasserie des grands cols Special beer
Détoours sur la Route / Detours along the way	
La Grave	La face nord de la Meije - the north face of La Meije
Saint Véran/Queyras	Le village le plus haut d'Europe Typical and the highest village
Balades recommandées / Recommended hikes	
Valloire Galibier > Le lac des Cerces lacs au départ de Plan Lachatcol du Granon > Le Grand Aréa (belvédère à 360° - à 360° viewpoint) col d'Isard / Brunissard > Le lac de Souliers	



### ÉTAPE 4 Vars à Valberg

110 km et un dénivelé de 2 286 mètres, cette étape passe par Jausiers, Barcelonnette, Entraunes et Guillaumes.

Le col de Vars (2 111 m) sert de liaison entre Guillestre, dans la vallée du Guil, et les Gleysolles, près de Jausiers, dans la haute vallée de l'Ubaye.

Le Col de la Cayolle (2 327 m) avec les cols de Vars, de Larche, de la Bonette et d'Allos, le col de la Cayolle permet de s'éloigner de la vallée de l'Ubaye. La montée vers le col de la Cayolle, dans la zone interne du Parc National du Mercantour, est un véritable spectacle. La route descend dans le Val d'Entraunes en suivant le Var.

Two mountain passes from Vars to Valberg, this section, 110 km long and with a combined elevation gain of 2 286 metres, goes through Jausiers, Barcelonnette, Entraunes and Guillaumes.

The Col de Vars (2 111 m) serves as a liaison between Guillestre, in the Vallée du Guil, and Les Gleysolles, near Jausiers, in the upper part of the Vallée de l'Ubaye.

The Col de la Cayolle (2 327 m) similar to the Col de Vars, Col de Larche, Col de la Bonette and the Col d'Allos, the Col de La Cayolle takes the visitor out of the Vallée de l'Ubaye. The climb up to the Col de la Cayolle, in the central zone of the Mercantour National Park, is magnificent.

The road then descends in the Val d'Entraunes along the Var river.

À voir sur la Route / Sights to see	
Tournoux / Ubaye	Fort titanesque - Gigantic Fort
Barcelonnette	Les villas des "mexicains", The "Mexican" houses
Col de la Cayolle	Les ouvrages d'art datant de 1910 Civil work dating from 1910
À goûter sur la Route / Food and drink	
Vallée de l'Ubaye	Les raviolles fourrées aux pommes de terres ou au chou, les confitures aux baies sauvages de cynorhodons d'églatier Raviolis filled with potatoes or cabbage, jams, including those made from wild dog rose berries
Détoours sur la Route / Detours along the way	
Vallée des Maurins	Les villages de Fouillouse et Maljasset
Daluis et du Cians	Les gorges
Balades recommandées / Recommended hikes	
Le col de Vars > La tête de Paneyron Col de la Cayolle > Le col de la Petite-Cayolle et les lacs des Garrets	

### ÉTAPE 5 Valberg à Menton

130 km et un dénivelé de 2 490 mètres, cette étape passe par Saint-Sauveur-sur-Tinée, Saint-Martin-Vésubie et Sospel. Des cols d'altitude traçant leurs routes dans une nature exubérante pour mener jusqu'aux sommets des montagnes dont elles s'affranchissent au prix d'un parcours parfois tortueux. La Route des Grandes Alpes se jette enfin dans la pente. Des glaciers à la mer, ce n'était pas un rêve...

La Croix de Valberg (1 700 m) et La Couillole (1 678 m).

Le col Saint Martin (1 604 m) : entre Tinée et Vésubie, la route joue à sautemoulin, passant d'une vallée à une autre par le col de Saint-Martin.

Le col du Turini (1 607 m), à ce col les Alpes ont perdu la partie, laissant derrière elles une forêt remarquable par la variété et la qualité de ses essences.

Four mountain passes from Valberg to Menton. This section, 130 km long and with a combined elevation gain of 2 490 metres, goes through Saint-Sauveur-sur-Tinée, Saint-Martin-Vésubie and Sospel. Although these passes are not among the highest, the often twisting roads, in an exuberant setting, lead up to the mountain summits. The Route des Grandes Alpes runs down the final slope. From the glaciers to the sea, it was not just a dream...

The Col de la Croix de Valberg (1 700 m) and the col de la Couillole (1 678 m).

The Col de Saint Martin (1 604 m) between the Tinée and Vésubie valleys, the road plays leap-frog, jumping from one to another via the Col de Saint-Martin.

The col de Turini (1 607 m) at this pass, the Alps come to an end, leaving behind a remarkable forest due to the variety and quality of species.

À voir sur la Route / Sights to see	
Saint-Dalmas-Valdeblone	Eglise édifiée en l'an 1000 - Church built in the year 1000
Saint-Martin-Vésubie	Le village et ses gargouilles The village with its alleys and gargoyles
Sospel	Cathédrale Saint-Michel et le vieux pont sur la Bévéra The Cathédrale Saint-Michel and its old bridge on the Bévéra river
À goûter sur la Route / Food and drink	
Sospel	Le fromage frais le Cachaille. Huile d'olive Cheese - Olive oil
Détoours sur la Route / Detours along the way	
Saint-Martin-Vésubie	Le vallon de la Madone de Fenestre
Col de Turini	La route et les forts de l'Authion The road and the Forts de l'Authion
Balades recommandées / Recommended hikes	
Col de la Couillole > Le Mont Brussière Madone de Fenestre > Les lacs de Praïs Sospel > Sentier botanique - The botanical trail	



Haute-Savoie		
	Thonon les Bains +33 (0)4 50 71 55 55 Centrale de réservation +33 (0)4 50 26 59 29	www.thononsalbains.com
	Morzine +33 (0)4 50 74 72 72 Centrale de réservation +33 (0)4 50 79 11 57	www.morzine-avoriaz.com
	Les Gets +33 (0)4 50 75 80 80 Centrale de réservation +33 (0)4 50 75 80 51	www.lesgets.com
	Taninges +33 (0)4 50 34 25 05	www.prazdelys-sommand.com
	Le Grand Bornand +33 (0)4 50 02 78 00 Centrale de réservation +33 (0)4 50 02 78 06	www.legrandbornand.com
	La Clusaz +33 (0)4 50 32 65 00	www.laclusaz.com
	Annecy +33 (0)4 50 45 00 33	www.annecyavis.com
	Chamonix +33 (0)4 50 53 00 24 Centrale de réservation +33 (0)4 50 53 23 33	www.chamonix.com
Savoie		
	Flumet +33 (0)4 79 31 61 08 Centrale de réservation +33 (0)4 79 31 06 82	www.flumet-montblanc.com
	Notre Dame de Bellecombe +33 (0)4 79 31 61 40 Centrale de réservation +33 (0)4 79 31 84 84	www.notredamedebellecombe.com
le Beaufortain		
	Beaufortain +33 (0)4 79 38 38 62	www.lebeaufortain.com
	Arèches-Beaufort +33 (0)4 79 38 15 33 Centrale de réservation +33 (0)4 79 38 12 90	www.arches-beaufort.com
	Les Saisies +33 (0)4 79 38 90 30 Centrale de réservation +33 (0)4 79 38 93 89	www.lessaisies.com
	Albertville +33 (0)4 79 32 04 22	www.albertville.com
	Bourg St Maurice +33 (0)4 79 07 12 57 Centrale de réservation +33 (0)4 79 07 68 00	www.lesarcs.com
	Val d'Isère +33 (0)4 79 06 06 60 Centrale de réservation +33 (0)4 79 06 18 90	www.valdisere.com
	Haute Maurienne Vanoise	www.hautemaurienne.com
	Bonneval sur Arc +33 (0)4 79 05 95 95	www.bonneval-sur-arc.com
	Bessans +33 (0)4 79 05 96 52	www.bessans.com
	Val Cenis +33 (0)4 79 05 23 66	www.valcenis.com
	3 petits villages +33 (0)4 79 20 51 67 Bramans Val d'Ambin, Sollières-Sardières, Termignon la Vanoise	www.3petitsvillages.com
	Valloire-Galibier +33 (0)4 79 59 03 96 Centrale de réservation +33 (0)4 79 59 00 22	www.valloire.net
	Terra Modana +33 (0)4 79 05 28 58	www.terramodana.com
	Chambéry +33 (0)4 79 33 42 47	www.chambery-tourisme.com
Isère		
	Grenoble (+33)4 76 42 41 41 Centrale de réservation +33 (0)4 56 52 38 38	www.grenoble-isere-tourisme.com
	Le Bourg d'Oisans +33 (0)4 76 80 03 25	www.bourgdoisans.com
Hautes-Alpes		
	Serre Chevalier +33 (0)4 92 24 98 98	www.serre-chevalier.com
	Briançon +33 (0)4 92 21 08 50 Centrale de réservation +33 (0)4 92 21 01 01	www.briancon.com
	Guillestre +33 (0)4 92 45 04 37	www.pays-du-guillestrois.com
	Vars +33 (0)4 92 46 51 31 Centrale de réservation +33 (0)4 92 45 09 46	www.vars.com
	Gap +33 (0)4 92 52 56 56 Centrale de réservation +33 (0)4 92 49 92 50	www.gap-tourisme.fr
Alpes de Haute-Provence		
	Vallée de l'Ubaye +33 (0)4 92 81 04 04	www.ubaye.com
	Barcelonnette +33 (0)4 92 81 04 71	www.barcelonnette.com
	Digne les Bains +33 (0)4 92 36 62 62	www.ot-dignelesbains.fr
Alpes Maritimes		
	Valberg +33 (0)4 93 23 24 25 Centrale de réservation +33 (0)4 93 23 24 32	www.valberg.com
	La Colmière Valdeblore +33 (0)4 93 23 25 90	www.colmiere.com
	St Martin Vésubie +33 (0)4 93 03 21 28	www.saintmartinvesubie.fr
	Sospel +33 (0)4 93 04 15 80	www.sospel-tourisme.com
	Menton +33 (0)4 92 41 76 76	www.menton.fr

Légende / Key	
	Ibnéraire principal / Main route
	Variante / Variant
	Office de Tourisme / Tourist office
	Ville principale / Main town
	Col / Pass
	Limite de Parc National / Boundary of National Parks

