

Bike

Jeu-concours
Gagnez
un VTT Lapierre
"femme"

LE MAGAZIN DU VÉLO OUT-TERRAIN

**Santa Cruz
Nomad**



Nouveautés

Match

5 marathons à 3000 €

Commencal Meta 4/Cube AMS Pro
GT ID-XC/Rocky Mountain Element
Specialized Stumpjumper 100

Pratique

■ **Choisir
son casque**

■ Préparer "les Crapauds"
■ Pilotage : savoir doubler



**Test
exclusif**

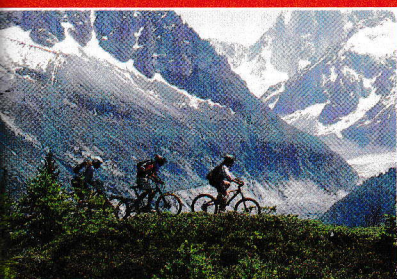
**Giant
Reign**

Spécial femmes

Leurs VTT à l'essai ■

Les équipements ■

Les rendez-vous féminins ■



Guide été

Raids, randos, compétitions :
tous les bons plans VTT !

L 18628 - 28 - F - 4,70 €

Édition
Larivière

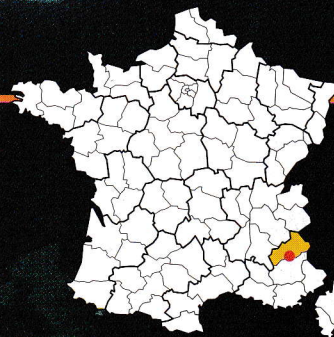
D E C O U V R I R

Hautes-Alpes : **L'Embrunais et** **la station des Orres**

Freeride ou cross-country ? Enduro ou vélo de montagne ? A Embrun, ils ont choisi : ils font du VTT tout simplement. Pourquoi ? Parce que cette vallée magnifique traversée par la Durance permet de tout faire dans la même journée. Du hors-piste pointu avec remonte-pente intégré à la plus pépère des balades balisées FFC. Un pa-ra-dis !

Orres pi

PAR JEAN-MARIE POUGET



stes

Ca commence à 45°. Non, pas la température ambiante, ni le degré d'alcool du pastis local. 45° de pente ! Celle d'un pierrier à chamois de quatre cents mètres de long coincé entre deux arêtes rocheuses acérées comme des couperets, le tout surplombant le lac de Serre-Ponçon de plusieurs centaines de mètres. Même si pour l'instant le soleil éclaire la scène, de gros nuages aussi noirs qu'un descendeur en soirée verrouillent le ciel des Hautes-Alpes. On voit la pluie s'abattre tout autour de nous, les rafales de vent balayent la pente par moment et j'ai du mal à déglutir. Ce qui me rassure, c'est que la neige ne s'abat pas en-dessous des mille cinq cents mètres d'altitude depuis quelques jours. On devrait éviter l'avalanche, c'est déjà ça. La limite est bien nette devant nos yeux où s'étend une myriade de sommets récemment replâtrés en cette fin avril déprimante. Avec le bleu particulier donné par les eaux de la Durance au barrage de Serre-Ponçon, le tableau est loin d'être moche.

ÇA SENT LE SAPIN !

Dans d'autres circonstances, on serait même tenté de dire que c'est bucolique à souhait toute cette montagne au printemps, les fleurettes, la chantilly sur les pentes... Sauf que là, Heidi s'est mise au freeride. Avec un gros vélo de vingt kilos et un casque intégral. Elle a suivi connement un brave garçon qui va la déniaiser



Derrière le lac de Serre-Ponçon aux eaux turquoise se dresse le parc des Ecrins. Un sacré terrain de jeu pour quelques bikers en goguette !

dans la pente. Sa première fois. Son premier pierrier...

Faut dire que le garçon est engageant : blond, les yeux bleus et très cool (mais pas du genre « ça farte ? » si tu vois ce que je veux dire, ami de Brice...). Mais surtout Sébastien Aubert est moniteur BE, labellisé MCF et parfois pilote FFC. Un type avec plein de références, quoi. Et surtout avec beaucoup de talent sur un vélo (il a fini deuxième de la DH marathon de Tahiti, voir Bike n°24). A tel point qu'il va de temps à autre se mesurer avec la pente. De la vraie, bien poilue aux pattes. Et aujourd'hui il a décidé d'emmener un benêt dans ses

cailloux de l'Embrunais, du côté d'Espinasses. « Ce pierrier, ça fait un moment qu'il me démange », lance-t-il à ses potes complices : Gilles, dit "Rilès" (lui aussi moniteur BE associé à Sébastien) et Rodolphe, boss de "Alpes 2 roues", LE bouclard spécialisé VTT à Embrun (voir encadré). C'est comme ça que je découvre que l'immense toboggan en cailloux qui nous attend est une sorte de première et pas seulement pour ma pomme. « Et tu crois que ça passe ? », je lui demande un peu blême. « Oui, no souçaï, à la jumelle on voit bien depuis le bas que le couloir est propre », me répond le blondinet. Bah, si ça se voit à

la jumelle... Alors Rilès (dit aussi le Boulet, mais j'sais pas encore pourquoi...) s'élance dans la pente depuis la crête en compagnie de Rodo. Ils plongent comme des fusées dans un grand bruit d'éboulis. Ça sent le sapin. Surtout quand j'aperçois Rodo qui décolle les bras ouverts, sauf qu'il a pas de parapente. Son Kona s'est planté et l'a désarçonné comme un Zorro qui aurait trop fait l'apéro avec le sergent Gracia (jeu de mots laid). Le gaillard se relève cinq mètres plus bas, nickel. Merci m'sieur Dainese ! Ça va être à moi, tout va bien, y'a pas de raisons... C'est vrai quoi, en bas les arbres sont minuscules, on a l'impression de se jeter du haut d'une Tour Eiffel en granit, sinon tout est normal. Ben, tu me crois ou pas, mais ça passe vachement bien, un pierrier. Je veux dire une fois que t'as compris qu'il faut pas bloquer le frein avant, pas trop de se raidir sur ses avant-bras et surtout garder le cul sur les tétines arrière (gaffe quand même à pas trop te laisser brosser les castagnettes par les crampons, sinon t'es bon pour te tartiner à la Biafine pendant quinze jours). Ça ressemble à de la poudreuse un peu lourde si je peux me permettre le parallèle avec le ski ou le snowboard. Mou mais porteur



Jusque-là, la balade est plutôt tranquille et reposante. Evidemment ça va pas durer : attachez vos casques et vos ceintures !



*On a l'impression de
se jeter du haut d'une
Tour Eiffel en granit !
Sinon, tout est normal...*

à une certaine vitesse. Oui, faut rouler assez vite. Mais sans se laisser dépasser par les événements. Un savant équilibre entre loi de la gravité, portance du sol et l'âge du capitaine que t'assimiles très vite sous peine de manger du calcaire jusqu'à indigestion totale. Grâce aux bons conseils de Sébastien je m'en sortirais avec les honneurs paraît-il. Du moins sans traumatisme facial malgré deux ou trois belles glissades sur le flanc lorsque la vitesse me surprenait. On peut donc rentrer s'envoyer une paire de demis, on l'a bien mérité.

ENDURISTE VS MARATHONIEN

Le lendemain, plus de nuages. Et plus de pierriers. Petits casques, petits vélos et les mollets au soleil. Vincent Ancelin du team Ayton-Giant nous a rejoint. Il étrenne le Trance, nouveau XC-marathon du géant taïwanais. A nous le belvédère, spot incontournable au-dessus de Savines-le-Lac avec vue sur l'intégralité du barrage. « *Le point de vue est magnifique, m'explique Gilles, et les chemins sont superbes.* » Effectivement, quand on arrive là-haut, la claque ! En bas, le turquoise du lac, au milieu les terres noires ponctuées de sapins alors que tout au-dessus nous fait face l'immaculé parc des Ecrins. C'est sans appel l'un des



plus magnifiques panoramas que j'ai pu admirer depuis longtemps. Et v'là qu'un marcheur en moule-b... vert fluo vient nous faire la causette. « *Et les suspensions, ça pompe pas trop ? Et ça là, ça sert à quoi ? Et ils valent pas trop cher ?...* » Alors que je poireaute

toujours pour immortaliser la carte postale, son clébard se met à aboyer en voyant Rilès fringué du maillot bleu MCF. « *Il aime pas l'uniforme ?* », demande Rilès le plaisantin au quidam encore tout suant. Qui répond : « *ça m'étonnerait, je suis gendarme.* » Voilà,

je comprends mieux son deuxième surnom, le Boulet... Surtout après les crevaisons survenues la veille alors qu'on rentrait de notre expé' sur les faces nord du "Ghaypadomp" et du "Nidrussthin". Chacun ses malheurs. N'empêche, un paratonnerre à merde, c'est toujours pratique quand tu randonnes en bande. Sauf que cette fois-ci il marchera pas quand Rodolphe abordera un peu trop vite une passerelle en bois bien mouillée. On est cinquante mètres en dessous le belvédère, sur un superbe single qui plonge dans la vallée et mon gars Rodolphe se couche lamentablement sur les planches humides abordées en plein freinage. Et se prend la roue avant de Rilès dans le dos parce que forcément il le collait d'un peu trop près. Hilarité générale du reste de la troupe. Bon, heureusement y'a pas mort d'homme. Juste un p'tit coup à sa fierté, mais la suite de la descente est par moment saignante entre les locaux et les visiteurs. Et malgré ses tout juste 100 mm de débattement, le descendeur Ancelin ne fait pas dans la dentelle

Pédaler dans l'Embrunnais

Nos itinéraires : autour du lac, le choix est vaste depuis les larges chemins de la vallée jusqu'aux singles techniques de la haute et moyenne montagne. On a testé à peu près tout, sauf en altitude à cause de la neige. Les immanquables se situent depuis les Orres en passant vers le belvédère et la Draye. En face, on recommande les épingles du "tourniquet", un chemin balisé du parcours FFC au départ de Serres, mais aussi quelques spots de terres noires "north shorisés" en pirate par les djeunz d'Embrun. De beaux parcours dans la station plus le bike park.

Avec qui randonner : avec Horizons Tout-Terrain, l'école VTT d'Embrun-Les Orres. Un local en ville près de la Durance et l'été une réception au local FFS en plein cœur de la station. Quatre moniteurs BE dont Sébastien Aubert et Gilles Roulet, plus quelques sessions enduro avec Vincent Ancelin en

juillet-août. HTT propose de la descente, du free-ride, des raids XC, des passages de "rocket" (étoiles VTT) pour les minots, des cours particuliers, des couchers de soleil en VTT et surtout une bonne ambiance garantie 100 % Alpes du sud, le tout du 15 juin au 15 septembre. Ça coûte par exemple de 245 € (3 jours d'enduro avec Vince Ancelin à 480 € (freeride tour de 5 jours)...

Infos : 06 83 25 50 26 et www.vtt-hautes-alpes.com

Sites balisés : site FFC-VTT de l'Embrunnais-Savinois : 530 km de balisage, de vert à noir.

Un club : Aure VTT, 06 81 09 55 92

Une épreuve : la "South Track" aux Orres les 27 et 28 août dans le cadre des Enduro Series (liaisons et spéciales chronos avec price money)

Spécialiste VTT : « Alpes 2 roues » à Embrun (04 92 43 11 10). Le magasin jouxte le local de Horizons Tout-Terrain. De la pièce, du service et un max d'accessoires si on a besoin de quoi que ce soit. En plus, Rodolphe le boss roule méchamment bien.

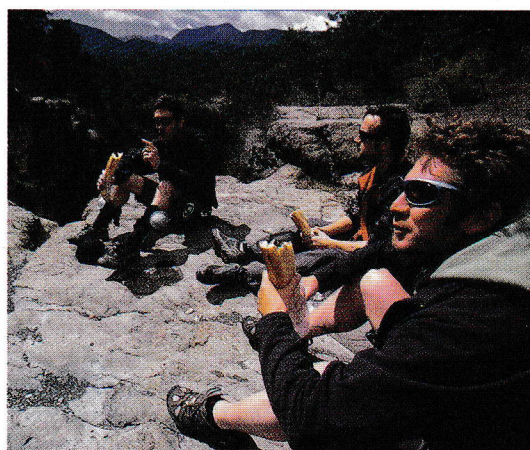
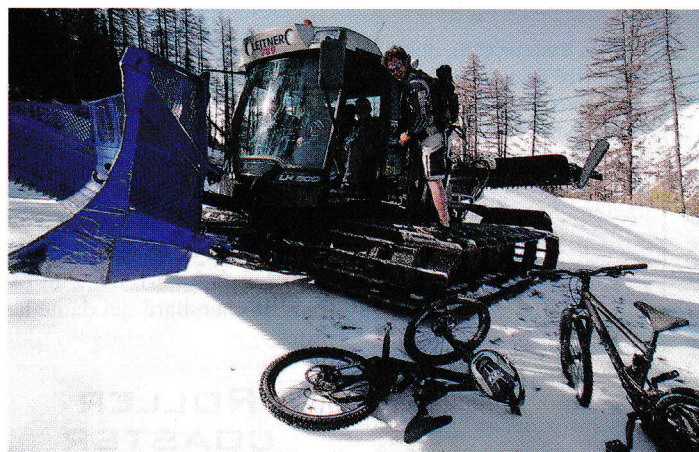




**On se laisse
descendre à travers
bois façon Eurodisney,
sur le "roller coaster" !**

sous les sapins de l'Embrunais. Mais c'est dans l'après-midi qu'il nous gratifiera d'un truc exceptionnel. Cette fois-ci, Vincent a troqué le Trance contre le Reign, un enduro "léger" avec 150 mm de débattement. C'est pas tellement dans les épingles magnifiques où nous emmène Gilles, juste en-dessous les falaises enneigées du Morgon (un deux mille mètres et plus), qu'un tel débattement se justifie. Mais quand un peu plus tard on rejoint un chemin roulant et qu'on aperçoit un enduriste en moto faisant le descendeur-marathonien. Qui se jette comme un sourd à la poursuite de la Yamaha 450 WR-F. Avec ses cuisses forcément entraînées et son bike sévèrement suspendu, il mettra pas longtemps à rattraper l'encasqué pourtant pas timide au guidon du gros 4T. Je vous laisse imaginer notre sourire à l'arrière...

Pour finir cette découverte d'une région entièrement taillée pour le VTT, Sébastien Aubert tient à me montrer le "Bike Park" des Orres. Bon, y'a encore un peu de neige



En raison des chutes de neiges printanières tardives, c'est en dameuse que l'on a pu accéder aux modules du bike-park en altitude !

Un bon casse-dalle au grand air des Hautes-Alpes, ça vaut tous les restau' du monde ! Et question panorama, on est servi.

Les vélos de la rando



Kona Stinky '05

Un solide freeride canadien, simple, efficace et surtout du genre incassable. Lourd, il n'est pas prévu pour pédaler en montée. Mais dans la caillasse et les sauts, il vaut son petit pesant d'or. Un vélo de montagne pour randonneurs très engagés !

Poids : 16 kg

Prix : 2 199 €



Scott High Octane 1 '05

Un pur DH, costaud et moderne. Joli en plus avec ses flammings noirs en surimpression brillantes. De grosses suspensions, un poil de carbone, des freins de F1, c'est une bête à chrono qui se défend bien dans la pente. Un peu lourd à pousser en session freeride...

Poids : 18,8 kg

Prix : 4 200 €



Lapierre Evo II Ultimate SC '05

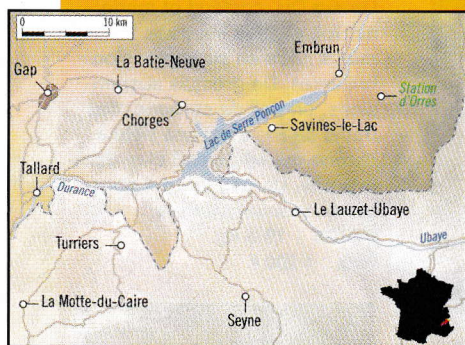
Un XC marathon bien suspendu, capable de remonter les pentes alpines sans y laisser sa peau (moins de 11 kg ! et l'anti-pompage) et tout aussi capable de folâtrer dans les singles descendant pas trop méchants. Un vélo de pur sportif (c'est celui de Peraud) au tarif élevé et à la finition superbe.

Poids : 10,9 kg

Prix : 4 500 €

Le domaine VTT des Orres n'est pas qu'un truc de doux-dingues shootés à l'adrénaline. On peut aussi s'amuser plus sagement sur les verts pâturages...

Hautes-Alpes Pratique



Où : à Embrun (05), quittez la N96 pour grimper à droite vers la station des Orres. On est à 30 km à l'est de Gap, la préfecture, tout au bout du barrage de Serre-Ponçon.

Quand : les chemins de la vallée sont praticables toute l'année, contrairement aux singles montagnards enneigés en hiver. Idem, si l'on ne fait que

descendre, les remontées mécaniques de la station ne sont ouvertes qu'en juillet-août. Mais pour le coup d'œil, il faut attendre septembre-octobre pour profiter du jaune d'or des mélèzes omniprésents.

Comment : on se rend à Embrun par la N96 depuis Gap ou Briançon. A moins de 2 heures de Marseille, ou trois de Lyon.

A faire : d'abord profiter du soleil qui inonde les Alpes du sud pas loin de 300 jours par an. Ensuite randonner à pied dans le Parc des Ecrins (un must). En hiver, ski, raquettes, snowpark aux Orres. En été, baignade, voile et kyte-surf dans le lac de Serre-Ponçon.

A ne pas faire : rouler dans les terres noires quand il vient de pleuvoir. Ça colle et ça détruit ces magnifiques reliefs naturels. Oublier son nécessaire de réparation et son coupe-vent en montagne. Faire du hors-piste quand on ne connaît pas l'endroit.

Hébergement : pas mal de possibilités tout autour du lac, région touristique oblige. Idem à la station des Orres.

Cartographie : IGN Top 25 n° 3437 ET et 3438 ET (9,80 €/carte)

Contacts utiles : Office du tourisme d'Embrun, 04 92 43 72 72 et station des Orres, www.lesorres.com (tarif remontées : 23 €/j, 97 € pour 5 jours)

Météo locale : 08 92 68 02 suivi du 05

On ride au raz des mélèzes sur des singles tapissés d'épines...

et les remontées sont fermées. Mais le Séb' a le bras long et nous voilà en train de grimper les pentes assis à l'arrière d'un ra-track, le chenillard qui dame les pistes.

ROLLER COASTER

Plus efficace qu'un 4x4 quoiqu'un poil moins confortable (surtout quand t'es installé derrière l'énorme diesel de trois ou quatre cents chevaux qui crache ses poumons au gas-oil...), le machin nous grimpe jusqu'au départ des passerelles et autres modules installés depuis l'an passé dans la station. Dans la mélasse, on se laisse descendre à travers bois, passant d'un pont de deux mètres de haut à une "tiny" pas plus large que le cerveau d'un dopé, du "roller coaster" façon Eurodisney jusqu'au "big air" et autre "wall

ride" en folie. Tout n'est pas praticable à cause de la neige, mais Séb' m'impressionne d'aisance sur ces bouts de bois casse-gueule. Déjà que j'irais pas en temps normal, alors rouler là-dessus avec les pneus gelés... Et ça se termine une heure plus tard sur la digue qui longe le lac de Serre-Ponçon et le délimite du plan d'eau familial d'Embrun. Piste large et plate labellisée FFC que l'on savoure après plusieurs kilomètres de ride intense au ras des mélèzes et des hêtres sur des singles d'un autre monde tapissés d'aiguilles de pins. Je me pince tellement c'est bon. Et dire que l'été n'est même pas encore arrivé ! ●

Remerciements :

Mille bisex à Bénédicte pour l'accueil (bonne chance pour Aubert Junior). Coup de paluche amical à Monsieur Seb', Gilles, Rodo et Vince. Changez rien les gars !