

Réserve

Bulletin d'inscription individuel

Nom : _____ Prénom : _____

Date de naissance : _____ Sexe : ☐ M ☐ F N° de licence FFCT : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

Tél. : _____ Mobile : _____ E-mail **(obligatoire)** : _____

Nom du club (en toute lettres) : _____

N° de club : _____ Ligue : _____ N° CoDep : _____

Fédérations et clubs étrangers : _____

Tandem : ☐ Handisport : ☐

Option choisie

BRA / BRA⁺ (1 jour) ☐

BAC / BAC⁺ (2 jours) ☐

Super BRA (1 jour) ☐

Super BAC (2 jours) ☐

Option Découverte ☐

Inscription	Licenciés FFCT	Autres	Total
BRA ou BAC	12 €	18 €	
Conjoint FFCT (photocopie de la licence obligatoire)	8 €	18 €	
BAC - Plateau repas - Dim. 12-07 - Col de la croix de fer (obligatoire)			11 €
BRA - Plateau repas - Dim. 12-07 - St-Michel-de-Maurienne (obligatoire)			11 €
BRA & BAC - Majoration si inscription après le 04/07	6 €	6 €	
BRA & BAC - Majoration si inscription sur place les 10-07, 11-07, 12-07	9 €	9 €	
Option Découverte - du Glandon et Croix de fer	8 €	10 €	
	TOTAL		€

Prestations facultatives	Nombre			
Vend. 10-07 - Chambre au lycée de Vizille ¹	16 € x	=		€
Sam. 11-07 - Chambre au lycée de Vizille ¹	16 € x	=		€
Dim. 12-07 - Chambre au lycée de Vizille ¹	16 € x	=		€
Sam. 11-07 - 1/2 pension à St Michel de M. collège ¹ ou Le Marintan ²	46 € x	=		€
1/2 pension à Valloire ou Valmainier 1500 ²	46 € x	=		€
Sam. 11-07 - Petit déjeuner à Vizille (permanence) de 6 h à 9 h	6 € x	=		€
Dim. 12-07 - Petit déjeuner à Vizille (permanence) de 2 h à 9 h	6 € x	=		€
Vend. 10-07 - Dîner à Vizille (permanence) de 19 h à 21 h	15 € x	=		€
Sam. 11-07 - Dîner à Vizille (permanence) de 18 h à 21 h	15 € x	=		€
Dim. 12-07 - Dîner à Vizille (permanence) de 17 h à 21 h	15 € x	=		€
Transport des bagages (voir détail page ci-contre)	7 € x	=		€
Maillot "Brevet cyclo-montagnard français " ☐ M ☐ L ☐ XL ☐ XXL	30 € x	=		€
	TOTAL			€

Règlement :

- Par chèque bancaire à l'ordre des Cyclotouristes grenoblois - BRA 2015
Étranger : mandat international ou Eurochèque libellés en euros.
- Par carte bancaire en ligne sur le site de la FFCT : www.ffct.org

PERSONNE À PRÉVENIR
EN CAS D'ACCIDENT :

À RETOURNER AVANT LE 04 JUILLET 2015

CYCLOTOURISTES GRENOBLOIS
BP 181 – 38004 Grenoble Cedex 1
Tel : 06 08 07 05 80
www.cyclotourisme-grenoble-ctg.fr

Pour tous renseignements, confirmation d'inscription, prestations, prière de joindre une enveloppe timbrée.

Je soussigné(e) déclare accepter dans son intégralité le règlement des Cyclomontagnardes.

Fait à : Le :
Signature



Jules Arnaud
▪ 06 73 10 70 89 – 04 76 09 46 42
▪ julesarnaud@wanadoo.fr



▪ **Vizille** : 04 76 68 15 16 46
www.sudgrenoblois-tourisme.com

▪ **Grenoble** : 04 76 54 34 36
www.isere-tourisme.com
www.cyclo-alpes.com

▪ **Hébergements dans la zone de neutralisation** (BAC nuit du samedi 11 juillet)
- La Grave - Villar d'Arène : 04 76 79 90 05
www.lagrave-lameije.com

- Valloire : 04 79 59 03 96
www.valloire.net

- Valmeinier : 04 79 59 53 69
www.valmeinier.com

- St Michel de Maurienne : 04 79 56 52 54
www.maurienne-galibier.com

▪ **Hébergements collectifs**
places limitées, consultez le site Internet : www.cyclotourisme-grenoble-ctg.fr/BRA2015
ou contactez l'organisation pour connaître les disponibilités .



Les Cyclotouristes Grenoblois
BP 181 – 38004 Grenoble cedex 1
▪ 06 08 07 05 80
▪ www.cyclotourisme-grenoble-ctg.org



Gymnase du parc du château de
Avenue Aristide Briand – 38220 Vizille

Accueil :
Vendredi : 16 h à 20 h
Samedi : 6 h à 11 h et de 14 h à 20 h
Dimanche : 2 h à 9 h et de 13 h à 22 h



BAC / BAC + / SUPER BAC
▪ Samedi 11 juillet : vers vos lieux d'hébergements à : La Grave , Villar d'Arène, Valloire, Valmeinier, St-Michel-de-Maurienne, St-Julien-Montdenis.
▪ Dimanche 12 juillet : retour des bagages.



Fédération française de cyclotourisme
12, rue Louis Bertrand - CS 80045
94207 Ivry-sur-Seine
01 56 20 88 88 - info@ffct.org
www.ffct.org - www.veloenfrance.fr



Massif des Alpes



Vizille (38)

FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
CYCLOTOURISME



CYCLOMONTAGNARDE
« B.R.A »

11 et 12 juillet 2015

En 2015,
PRENEZ DE LA HAUTEUR !

PLUSIEURS OPTIONS :
DU DÉBUTANT
AU PLUS SPORTIF !



Le Lac suspendu

Pour cette 48^e édition , Vizille sera à nouveau la ville d’accueil du BRA et vous offrira la fraîcheur de son parc du château et ses 100 hectares de jardins et étangs .

Cols de Sarenne, du Lautaret, du Galibier, du Télégraphe, du Mollard, col de la Croix de Fer...à vous de choisir votre menu selon votre appétit !

Après le lac du Chambon, La Grave et Villar d’Arène, entrées du Parc national des Écrins et hauts lieux de l’alpinisme vous inviteront à une pause et peut-être à découvrir le téléphérique des glaciers de la Meije ou le col des Portes (alt. 1850 m) belvédère sur la Meije (donnant accès au village du Chazelet.

Au col du Lautaret, ne manquez pas le détour (200 m) par son jardin alpin avec plus de 2 000 plantes de toutes les montagnes du monde.

Le col du Galibier culminant à 2 645 m sera escaladé par son versant haut-alpin, présentant des pentes moins sévères que le versant savoyard (ce qui est également vrai pour le col de la Croix de Fer qui sera gravi par la vallée de l’Arvan).

Vous aurez ensuite la liberté d’admirer les aiguilles d’Arves, depuis le col du Mollard que vous aborderez par les lacets de Gévoudaz (berceau du célèbre couteau Opinel) ou par la route des trois tunnels (D 926).

Enfin avant le col de la Croix de Fer, vous passerez à Saint-Sorlin d’Arves où vous pourrez prendre des forces en dégustant sans modération le fromage de Beaufort produit ici même !

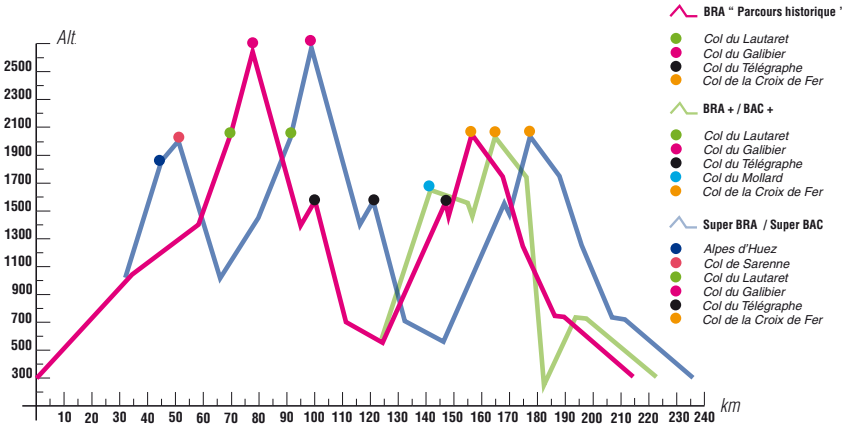
Le retour par la vallée de l’Eau d’Olle et le barrage de Grand Maison ne sera plus qu’une formalité avant de revoir Vizille et recevoir votre récompense .

Faire son premier BRA ou le refaire pour la énième fois, partir au clair de lune et à la lampe électrique, ou au petit jour, c’est **Braver, Réussir, Admirer** pour vivre une aventure sur mesure .

Tenter le BAC quel que soit son âge et avoir du temps pour deux journées de rencontres et découvertes, faire tenir à son corps ce que son esprit a promis, s’entraider tout au long du parcours, profiter de l’instant présent sans se soucier du lendemain... **depuis 1936 l’histoire du BRA s’écrit grâce à vous !**

215 km ► BRA (1 jour) BAC (2 jours) ► 4 300 m

Lieu	Km		Alt.	Dénivelé	Observations
Vizille		0,0	300		DÉPART
Bourg d'Oisans	32		720		
Lac du Chambon	13	45	1 044		
La Grave	14	59	1 400		Ravitaillement
Col du Lautaret	11	70	2 058		
Col du Galibier	8	78	2 645	2 390	Ravitaillement - BRA
Valloire	17	95	1 400		
Col du Télégraphe	5	100	1 570	2 560	
St-Michel-de-Maurienne	11	111	700		Repas - BRA
St-Jean-de-Maurienne	14	125	550		
St-Jean-d'Arves-la tour	22	147	550		
St-Sorlin-d'Arves	2	149	1 480	4 190	
Col de la Croix de Fer	8	157	2 070		Repas BAC Ravitaillement BRA
Lac de Grand Maison	11	168	1 730	4 230	
Le Rivier d'Allemont	7	175	1 254	4 300	
Allemont	11	186	722		
Rochetaillée	4	190	711		
Vizille	25	215	300	4 300	ARRIVÉE



223 km ► BRA⁺ (1 jour) / BAC⁺ (2 jours)

Dénivelé : 4 670 m

Parcours identique à celui du BRA avec l’ascension **du col du Mollard** (1 640 m) par les lacets de Gévoudaz (d110) au départ de Saint-Jean-de-Maurienne.

BAC⁺ : samedi 11 et dimanche 12 juillet

BRA⁺ : dimanche 12 juillet



236 km ► SUPER BRA (1 jour) / SUPER BAC (2 jours)

Dénivelé : 5 260 m

Parcours identique à celui du BRA avec ascension du **col de Sarenne par les 21 virages de l’Alpe d’Huez**.

SUPER BAC : samedi 11 et dimanche 12 juillet

SUPER BRA : dimanche 12 juillet - Départ de nuit à 2 h 45.

Soyez fous ! 244 km et 5 630 m d’élévation en rajoutant le col du Mollard...



Des descentes à vous couper le souffle !

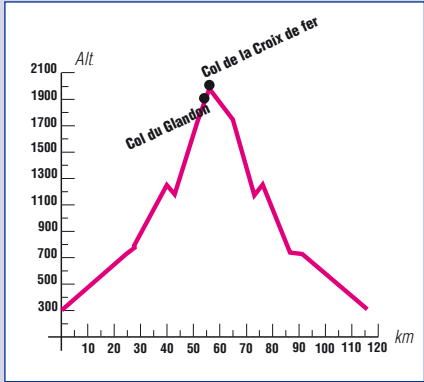
MAIS AUSSI...

116 km ► Option Découverte

Entre Belledonne et Grandes Rousses...

« Le col de la Croix de Fer »

Ce parcours Découverte vous guidera entre Isère et Savoie, à la rencontre de la haute montagne... lac du vernay, lac de Grandmaison, pâturage du col du Glandon et de la Croix de fer, rien que du bonheur !



Horaires des contrôles	Samedi		Dimanche	
	Départ		Départ	Arrivée
Option Touriste - BAC - 2 jours	6 h 30 à 11h			20 h
Option Randonneur - Super BRA - 1 jour			2 h 45	21 h 30
Option Randonneur - BRA - 1 jour			3 h - 4 h - 5 h 30	21 h 30
Option Découverte			6 h 30 à 9 h	19 h
Sur les parcours	Ouverture	Fermeture	Ouverture	Fermeture
Alpes d’Huez - Super BAC	9 h 30	14 h		
La Grave - BAC & Super BAC	10 h 30	16 h 30		
Alpes d’Huez - Super BRA			5 h 30	7 h
La Grave - BRA toutes options			6 h	9 h
Col du Galibier			7 h 30	11 h 30
St-Michel-de-Maurienne	Plateau repas - BRA		9 h	14 h
Col du Mollard - BRA + - BAC + - Super BRA - Super BAC (facultatif)			9 h	16 h
Col de la Croix de fer	Plateau repas - BAC		11 h	18 h
Col de la Croix de fer - Option Découverte			11 h	17 h
Col de la Croix de fer - BRA - BRA + - Super BRA			11 h	19 h
Le Rivier d’Allemont - Option Découverte			9 h	11 h
Parc du château de Vizille			13 h	21 h 30

Contrôles du gilet de sécurité et de l’éclairage au départ. Ils sont obligatoires dans les tunnels !