

# ALEC - Sorties du mercredi et sorties club - Février-Mars 2015

**Me. 25 Février : St Jean de Chépy *Dénivelé : 170m* – Pays Voironnais *Dénivelé : 400m***

**Parcours 65 kms** : Echirolles - Piste cyclable Fontaine - St Quentin - St Jean de Chépy - Moirans  
Piste cyclable – Echirolles [ID open runner 4356155](#)

**Parcours 82 kms** : Echirolles - Piste cyclable Fontaine - St Quentin - St Jean de Chépy – Tullins  
Renage - Rives - Réaumont - St Cassien - Moirans - Piste cyclable – Echirolles [ID open runner 4356205](#)

**Me. 04 Mars : Bosses Grenobloises à la carte**

***Dénivelé : 1290m***

**Parcours 84 kms** : Echirolles – Claix- Varcès – piste le long de la Gresse – Vif - St Georges - D529 sur 1 km - à gauche - D63B - Champ sur Drac (haut) - N85 - entrée de Vizille – à gauche D5 sur 100m à droite – rte du circuit des Ecureuils jusqu'à la rte des Frettes – à gauche retour sur rte d'Uriage – D524 rond-point entrée Uriage – à droite – D111 – Belmont – à gauche – Le Bouloud – St Martin d'Uriage à gauche – Uriage – à gauche – D524 – à gauche – D5E – avant Brié à droite dir.les Métraux – rte de Souveyron – rte du Cavin – chemin des Bourrins – à gauche Angonnes - Tavernolles – D112 à gauche ch.de l'Egagere – La Croix – à droite église de Haute-Jarrie – descente sur Champ – D529 sur 1 km – D63B – ch.du Boutey – à droite – retour sur la bosse de St Georges – D529 à droite dir. Champ à gauche- retour sur Pt de Claix – Disturgil – Champagnier – Echirolles [ID open runner 4208614](#)

**Me. 11 Mars : Coublevie *Dénivelé : 310m* – Chirens *Dénivelé : 550m***

**Parcours 70 kms** : Echirolles - Piste cyclable Fontaine - Les Iles de Moirans - Moirans - St Jean de Moirans - Coublevie - La Buisse - Centralp - Piste cyclable – Echirolles [ID open runner 4356274](#)

**Parcours 95 kms** : Echirolles - Piste cyclable Fontaine - Les Iles de Moirans - Moirans - St Jean de Moirans - Coublevie - St Etienne de Crossey - Chirens - La Ravignouse - St Blaise du Buis Réaumont - St Cassien - Moirans - Piste cyclable – Echirolles [ID open runner 4356434](#)

**Sa. 14 Mars : Grésivaudan - Chapelle Blanche**

***Dénivelé : 914m***

**Parcours 90 kms** : Echirolles - Gières - Goncelin - Pontcharra - Barraux - Le Touvet – Crolles St Nazaire les Eymes - Le Versoud - Gières - Echirolles

**Parcours 110 kms** : idem 90 km jusqu'à Pontcharra - Les Molettes - La Chapelle Blanche - Détrier Allevard - Goncelin - Gières - Echirolles [ID open runner 4439374](#)

**Me. 18 Mars : LES ECUREUILS 60 km *Dénivelé : 760m* 90 km *Dénivelé : 1500m***

**Parcours 60 kms** : Echirolles - Claix - Varcès - Plaine de Reymure - St G. de Commiers - Champ Jarrie - Vizille - Les Travers - Vaulnaveys - La Gorge - Belmont - Uriage - Brié - Champagnier Echirolles [ID open runner 4360703](#)

**Parcours 90 kms** : Echirolles - Claix - Varcès - Plaine de Reymure - Vif - Montée du Genevray Sinard - Mageline - St M. de la Cluze - Vif - St G. de Commiers - Champ - Jarrie - Vizille - Les Travers Vaulnaveys - La Gorge - Belmont - Uriage - Brié - Champagnier – Echirolles [ID open runner 4360667](#)

**Me. 25 Mars : Tullins – La Forteresse – Tullins**

***Dénivelé : 1081m***

**Parcours 103 km** : Echirolles – Piste cyclable Fontaine – Veurey – St Quentin – Tullins – Cras – Vatillieu – rte de la Combe – Quincieu – col Lachard – La Forteresse – D73B – Le Chambard – D73B rte Parménie – col de Parménie – Tullins – piste cyclable – Veurey – Fontaine - Echirolles [ID open runner 4336487](#)

**Voir informations complémentaires sur le site de l'ALEC : <http://alecyclo.free.fr>**