











CONSIGNES PARTICULIERES

Le vélo tout terrain comme on veut ! Mais pour votre sécurité :

-  Informez - vous des conditions météorologiques avant de partir.
-  Prenez connaissance à l'avance des difficultés et de la distance du circuit choisit.
-  Informez les autres personnes de votre itinéraire et ne partez jamais seul.
-  Vérifiez l'état de votre V.T.T et prévoyez :
 - ◆ le nécessaire de réparation,
 - ◆ la trousse de premiers secours,
 - ◆ le ravitaillement.
-  Portez un casque.
-  Empruntez les sentiers balisés, respectez la nature et les propriétés privées.
-  Sur la route, respectez le code de la route.
-  Gardez vos détritius , refermez les barrières , soyez discrets.
-  Restez courtois avec les autres usagers.
-  Ne surestimez pas vos capacités, restez maître de votre vitesse.



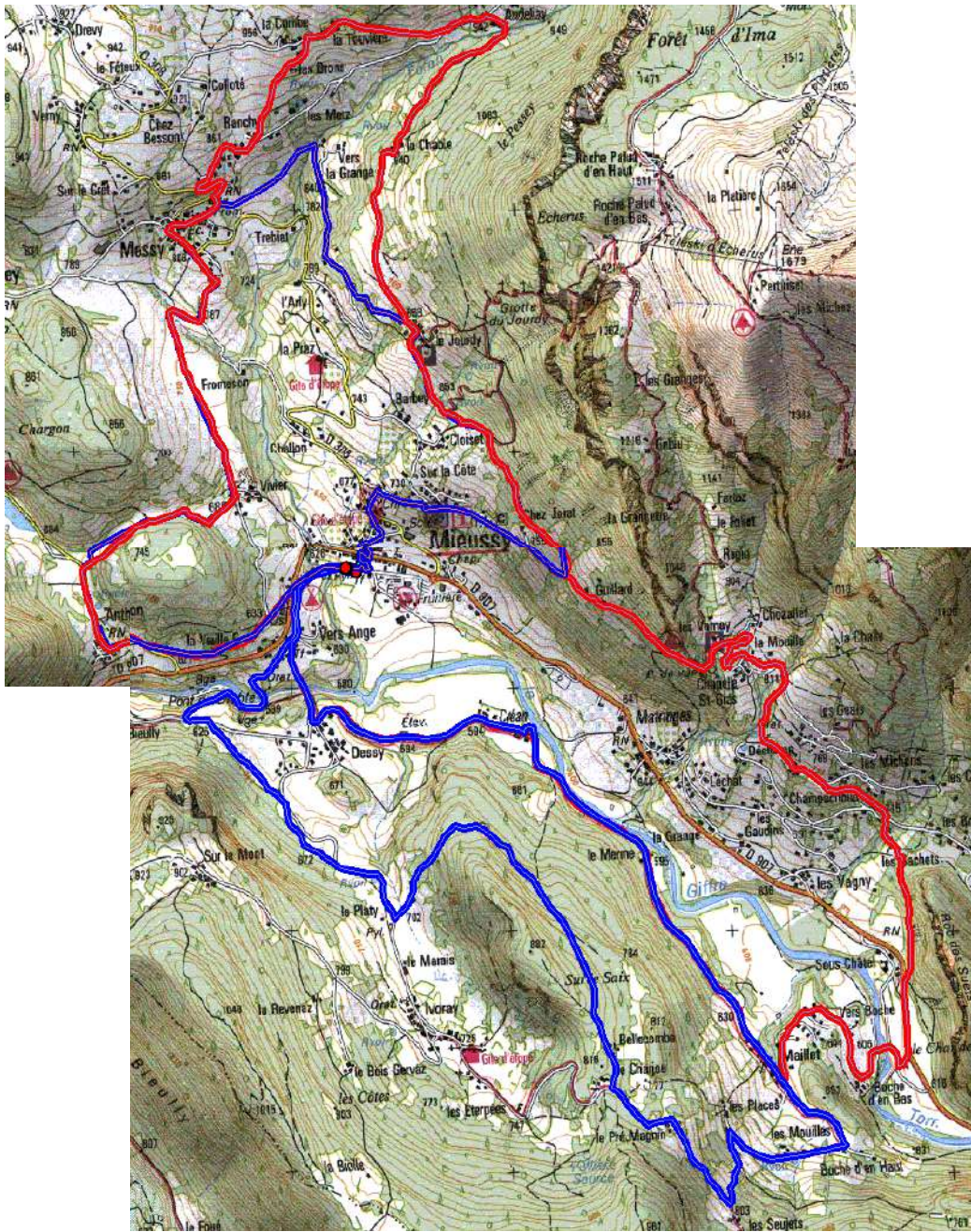
**Praz de Lys
Sommand**
TANINGES • MIEUSSY

Circuits VTT



Boucle de Flérier
Boucle de Marcellly
Boucle du Mont Mailly
Boucle Messy-Jourdy

Renseignements Praz de Lys Sommand Tourisme
+33(0)4 50 34 25 05 / +33(0)4 50 43 02 72
www.prazdelys-sommand.com



Boucle de Flérier

Le circuit proposé ici permet de découvrir le village de Flérier.
Empruntant des chemins plats et quelques tronçons de route goudronnée,
il vous permettra de découvrir un petit hameau à l'architecture traditionnelle
et sa chapelle au style gothique du 13ème siècle.



DEBUTANT		
Distance	Dénivelé +	Durée
4,7 km	36 m	0h30



*

Point de départ :
Pas-serelle en

face de la mairie de Taninges
(Avenue des Thézières)

* Descriptif :

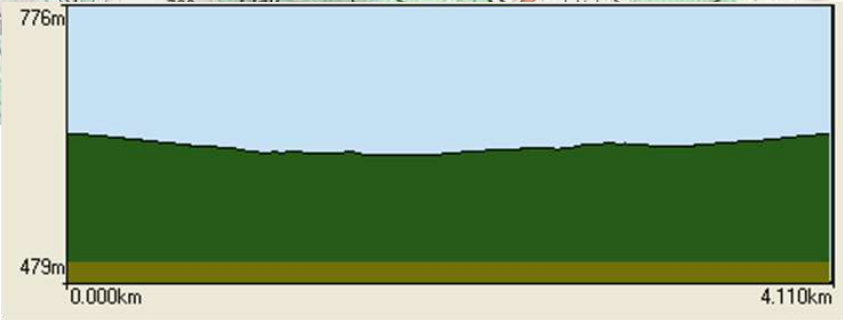
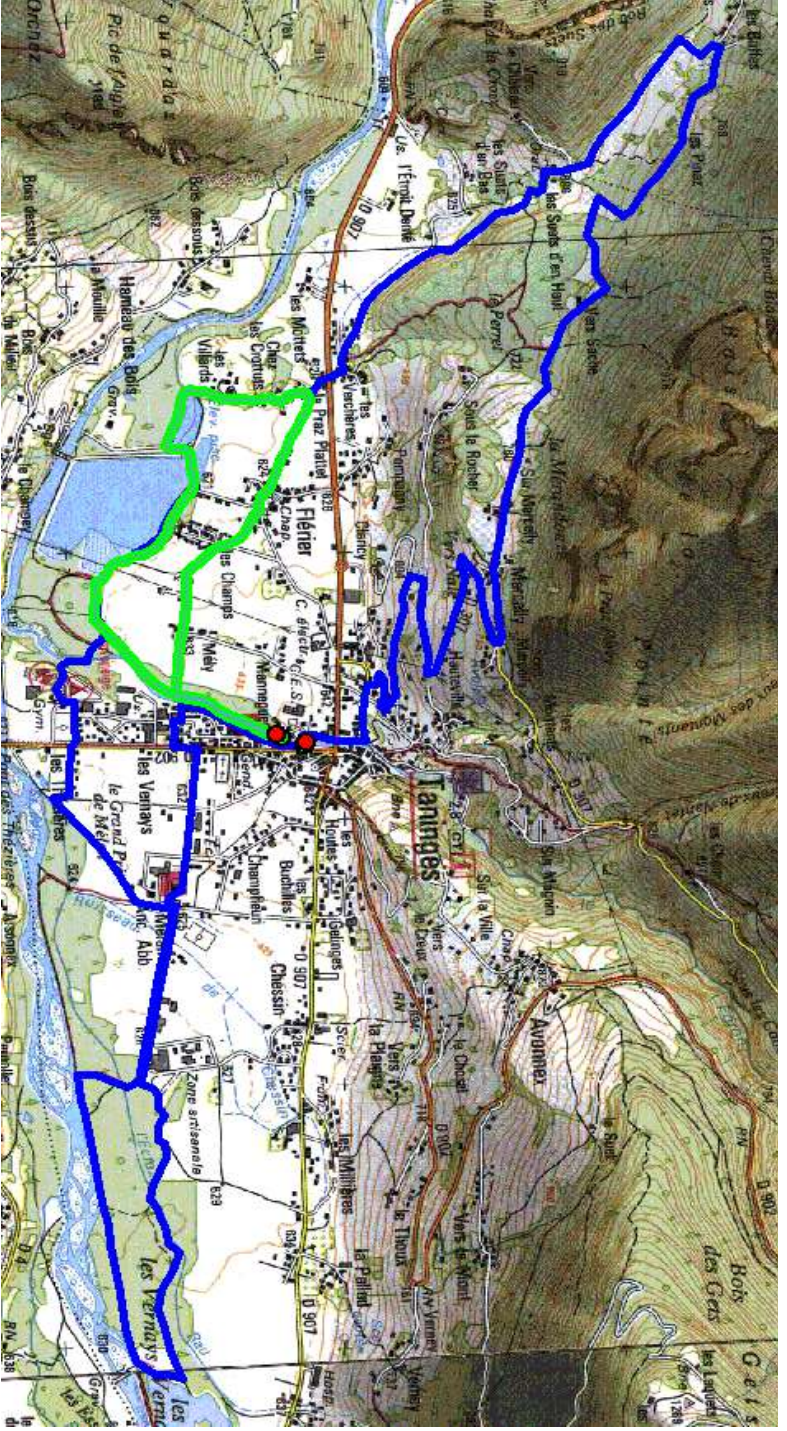
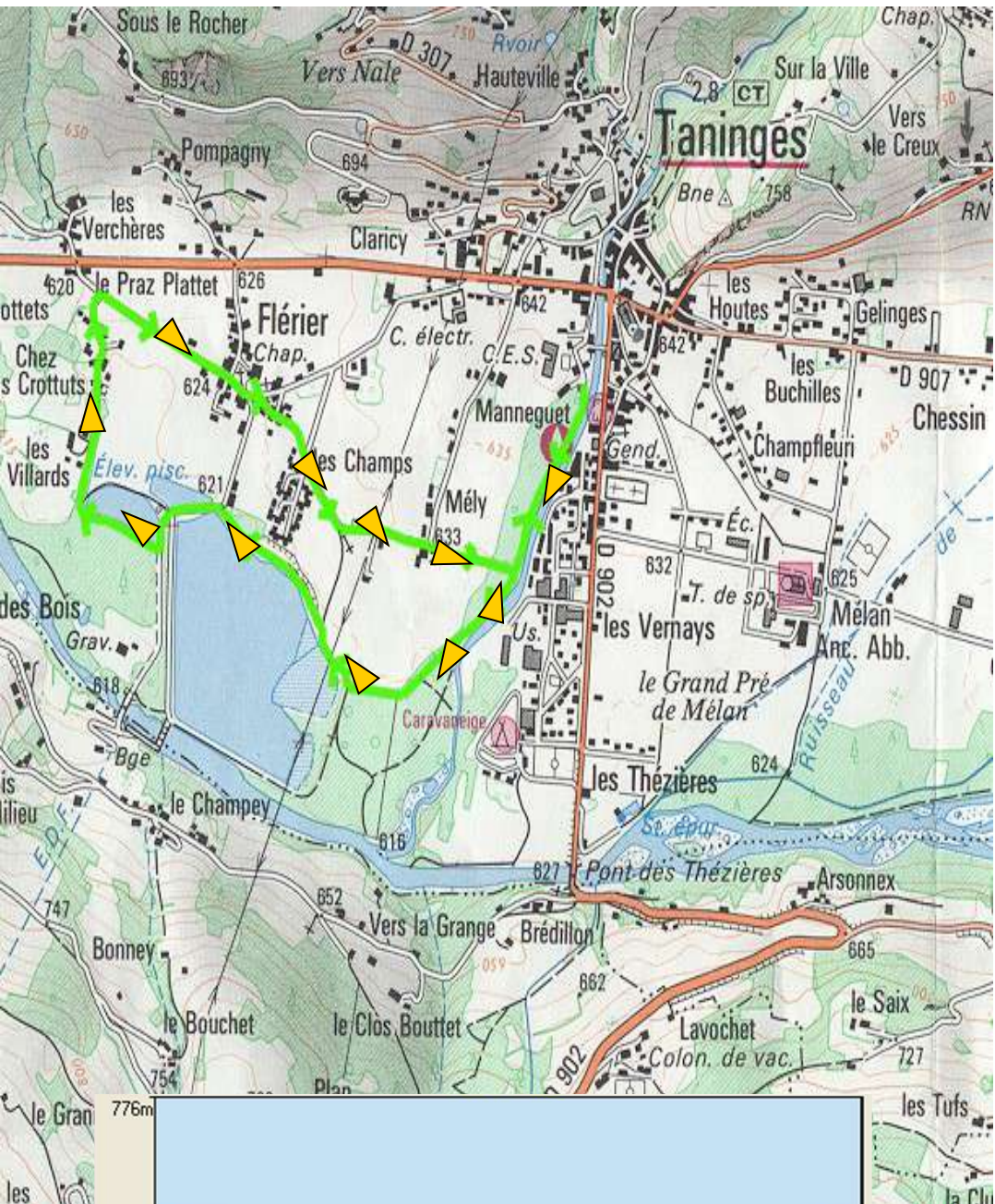
Emprunter la passerelle, avant de rejoindre juste à gauche le départ du sentier, en longeant le torrent (le Foron). Pénétrer alors en sous-bois à la découverte des lutins (sculptures en bois), puis à hauteur de la **seconde passerelle**, continuer tout droit jusqu'au croisement où vous prendrez à droite et poursuivre dans cette direction pour arriver au **lac de Flérier** (lac de barrage). Longer ce lac afin de regagner la route, prendre ensuite à gauche puis au bout de quelques mètres, tourner à droite et continuer dans cette même direction sur le chemin longeant la pisciculture. Tourner ensuite à droite, monter le petit raidillon avant de longer la ferme pour rejoindre la route. Au carrefour, prendre à droite et continuer à pédaler sur cette route pour arriver au **cœur du village** d'où vous pourrez contempler la chapelle, le four à pain (encore utilisé pour la fête du pain au 15 Août) et le lavoir. Ensuite, pour terminer la boucle, il vous faudra emprunter la route située à droite de ce lavoir. Avancer toujours tout droit sur cette route pour regagner la forêt. A l'entrée du sous-bois, tourner tout de suite à gauche, puis continuer toujours tout droit en passant par les bords du Foron pour retrouver le point de départ à proximité de la mairie.



La Chapelle de Flérier :

De cette première église paroissiale il ne subsiste aujourd'hui que le chœur. Devenue trop petite et trop éloignée du bourg de Taninges, elle fut transformée en chapelle. De style gothique, on retrouve dans son architecture les mêmes lignes qu'à la Chartreuse de Mélan.





3 – Boucle de Marcelly

Le circuit proposé ici permet de découvrir la Chartreuse de Mélan, le lac de Flérier ainsi que de très agréables chemins forestiers !

AMATEUR		
Distance	Dénivelé +	Durée
12 km	310 m	1h15

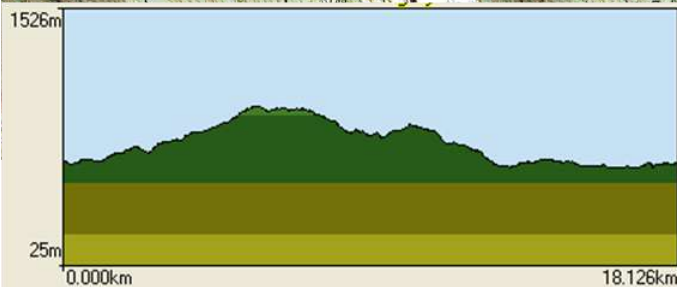


Point de départ : En de la mairie de Ta-

face
ninges (Avenue des Thézières)

Descriptif :

Rouler le long du torrent (le Foron) jusqu'à hauteur de l'entreprise **Peguet** puis à gauche regagner l'avenue de Mélan où vous pourrez découvrir la **Chartreuse de Mélan** et son parc de sculptures monumentales. Passer ensuite sous le porche et emprunter la route goudronnée qui traverse la **zone industrielle**. Continuer tout droit en forêt pour rejoindre le sentier des bords du Giffre. Une petite halte au lac des Vernays (situé sur votre gauche) s'impose où vous aurez peut-être la chance de voir une démonstration de ski nautique. Longer ensuite les bords du Giffre avant de regagner à nouveau la zone industrielle. Au carrefour, prendre à gauche puis à droite un chemin qui vous conduira à l'**espace sportif**. Longer le camping puis regagner les berges du Foron où vous tournerez à gauche à la **passerelle**. Ce sentier en sous-bois vous conduira au **lac de Flérier**. Longer ensuite la pisciculture et la ferme avant de récupérer la route. Au carrefour prendre à gauche, traverser la D907 pour rejoindre quelques mètres plus loin la route des **Suets d'en Haut** (où une brève mais raide montée vous attend!). Après le petit hameau continuer tout droit sur quelques mètres puis tourner à droite pour arriver sur le secteur des **Briffes**. Le chemin se poursuit jusqu'à « **Sous Marcelly** » en passant par « **Vers Sache** ». Poursuivre la descente par la route pour arriver devant le boulodrome puis longer le Foron jusqu'à l'arrivée.



La Chartreuse de Mélan :

Fondée en 1285 par la Grande Dauphine Béatrix de Faucigny, elle fut tour à tour un couvent de moniales chartreuses, un séminaire et un orphelinat départemental. Aujourd'hui, Mélan est un lieu culturel qui accueille un parc de sculptures monumentales, des expositions d'art et des concerts.

6 – Boucle d'Anglay

Ce circuit permet de découvrir une grande partie du secteur bas de la commune de Mieussy : Chapelle Saint Grat, forêt, hameaux, Giffre, prairie...

EXPERT

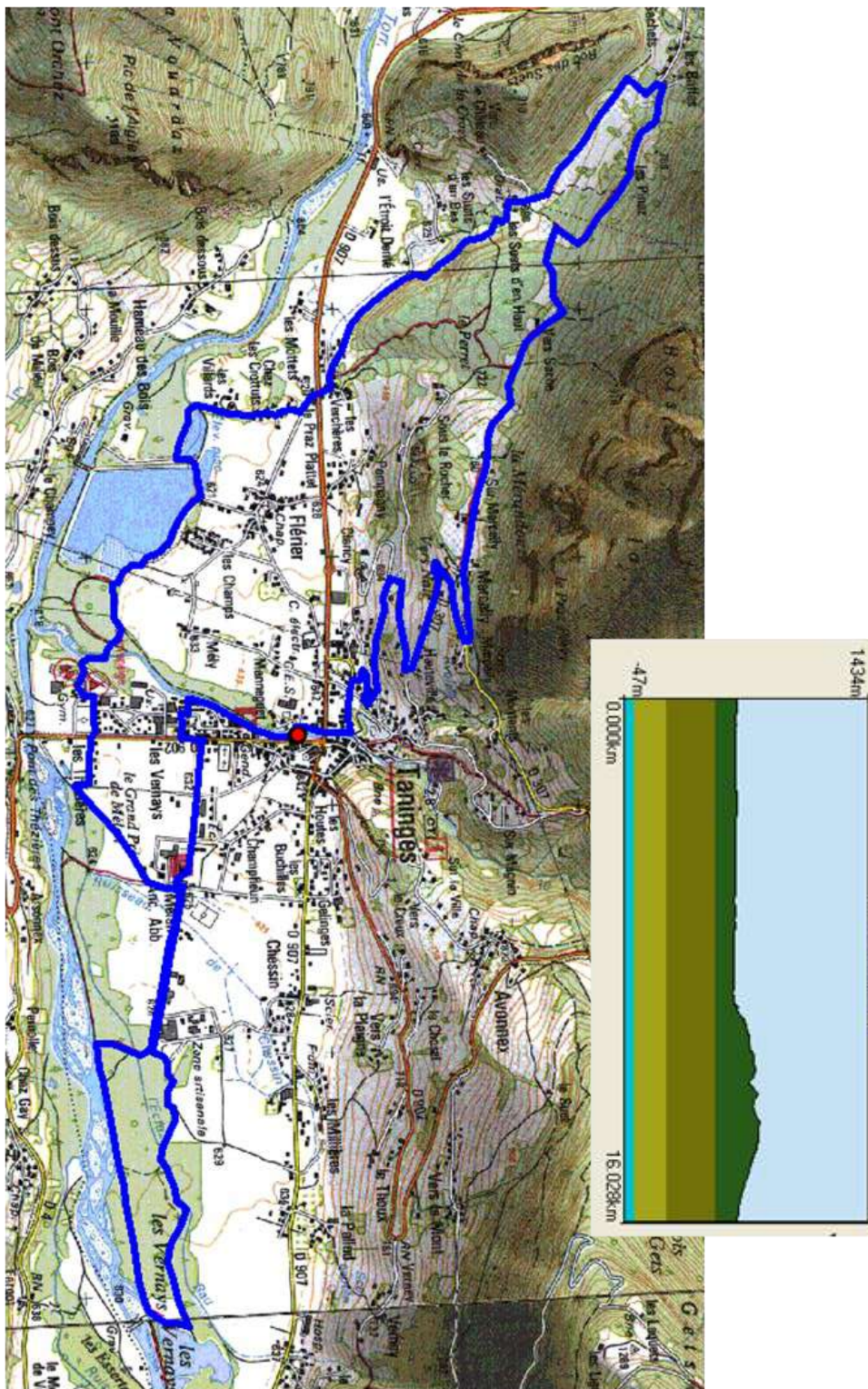
Distance	Dénivelé +	Durée
18 km	820 m	1h45



* **Départ** : parking de la Salle des Fêtes de Mieussy (630m).

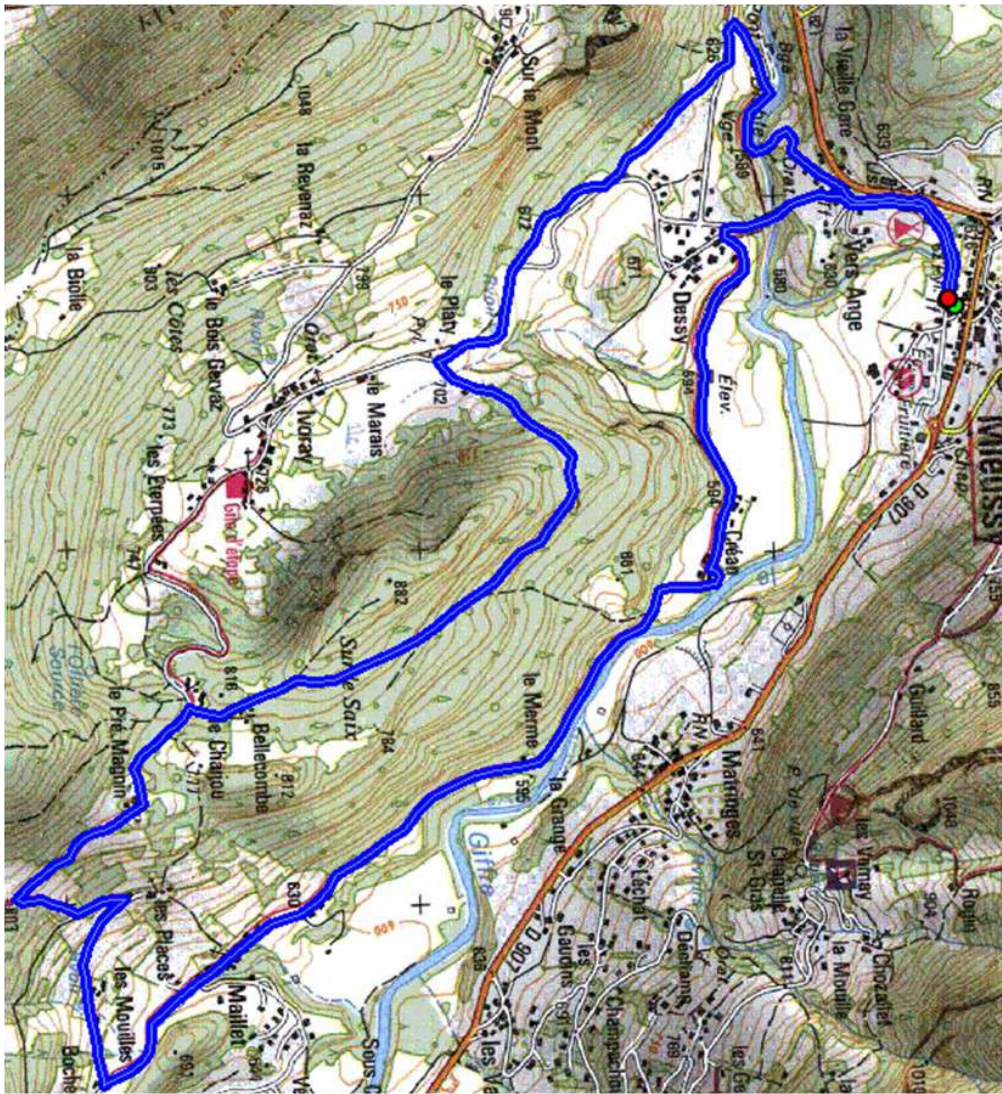
* **Descriptif** :

Au départ de la **Salle des Fêtes**, prendre le Viaduc jusqu'à la route départementale. Traverser celle-ci, puis prendre la petite route en face. Au bout de la ligne droite, prendre le chemin montant de gauche qui vous emmènera à **Antho**n. Prendre une portion de route, puis monter le chemin de droite. Redescendre au village de **Vivier**. Prendre à gauche pour remonter jusqu'au hameau de **Messy**. Traverser le village et prendre la première petite route à droite. Au bout, prendre à droite pour rejoindre la D308 et la route goudronnée d'Anglay. La quitter à **Ranchy** en direction de **La Touvière** puis **Anglay**. Suivre le chemin 4X4 passant au **Chable** jusqu'au **Jourdy**. Traverser le village et tourner à droite pour s'engouffrer dans un chemin à forte pente. Après une belle descente technique, à **Guillard**, prendre à gauche. Monter jusqu'à la **Chapelle Saint Grat**. Rejoindre la route et descendre jusqu'au 2^{ème} pont. Tourner à droite pour une descente technique. Traverser la Colonie et retrouver la route jusqu'au croisement des **Briffes**. Juste en dessous de celui-ci prendre à gauche. Passer les maisons par la gauche et bifurquer à l'entrée de la forêt, aux **Sachets**, sur la droite. Attention en arrivant sur la **D907**, l'emprunter sur la gauche sur 300m. Prendre à droite avant la croix pour atteindre **Boche d'en Bas**. Continuer jusqu'à **Maillet**. Prendre à droite. Puis bifurquer légèrement sur votre droite pour rejoindre les bords du Giffre. Soyez vigilant, le chemin n'est pas large. Quitter le Giffre en remontant vers **Créan** et continuer par la route pour rejoindre le pont de **Dessy**. Revenir à la **Salle des Fêtes** par le Viaduc.



4 - Boucle Messy-Jourdy

Circuit varié entre sous-bois, prairies et hameaux. Le sportif ou le contemplatif y trouvera son compte.



EXPERT		
Distance	Dénivelé +	Durée
9 km	408 m	1h00



* **Départ** : parking de la Salle des Fêtes de Mieussy (630m)

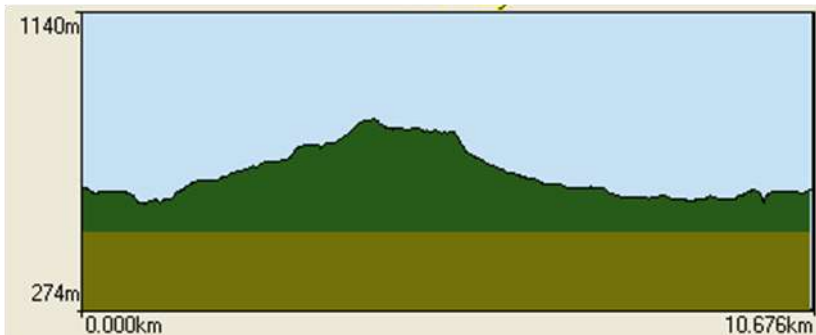
* **Descriptif** :

Au départ de la **Salle des Fêtes**, prendre le Viaduc jusqu'à la route départementale. Traverser celle-ci puis prendre la petite route en face. Au bout de la ligne droite, prendre le chemin montant de gauche qui vous emmènera à **Antho**n. Prendre une portion de route jusqu'au dépôt de bois de chauffage, puis monter le chemin de droite. Redescendre au village de **Vivier**. Arrivé au village, prendre à gauche pour remonter jusqu'au hameau de **Messy**. Traverser



le village et prendre la première petite route à droite jusqu'à l'ancienne fruitière. Poursuivre sur le chemin de droite pour arriver au **Moulin**. Après le pont, prendre à droite jusqu'à la route goudronnée et tourner à gauche jusqu'au **Jourdy**. Traverser le village et tourner à droite après le bassin pour s'engouffrer dans un chemin à forte pente. Après une belle descente technique, à **Guillard**, prendre le chemin 4X4 à droite. Au retour sur le goudron, prendre toujours à gauche jusqu'à

passer devant le cimetière puis l'**église**. Prendre une petite route sur la droite qui vous ramène au centre du village. Passer en face entre les bâtiments pour rejoindre la **salle des fêtes**.



5 - Boucle du Mont Mailly

Entre forêt et bord de Giffre, ce parcours est varié et un peu technique.

AMATEUR

Distance	Dénivelé +	Durée
11 km	460 m	1h15



* **Départ** : parking de la Salle des Fêtes de Mieussy (630m).

* **Descriptif** :

Quelques portions techniques peuvent nécessiter des portages courts.

A partir de la **Salle des Fêtes**, prendre le viaduc pour aller traverser le Giffre au **Pont du Diable**. Devant l'oratoire prendre sur la droite en direction de Marignier. Rester sur le chemin principal jusqu'au retour sur une route. L'emprunter à gauche sur 200m et bifurquer sur un sentier montant jusqu'à retrouver la route d'Ivoray. Continuer à monter sur celle-ci jusqu'au carrefour du **Platy**. Prendre le chemin qui s'enfonce en sous bois et qui vous amène au carrefour du **Charjou**. Emprunter le chemin 4X4 qui passe à Pré Magnin. Aux **Seujets**, tourner à angle droit pour descendre sur Les Places où vous retrouvez la route jusqu'à **Maillet**. Dans Maillet, continuer tout droit, prendre le chemin 4x4, puis bifurquer légèrement



sur votre droite pour rejoindre les bords du Giffre. Soyez vigilant, le chemin n'est pas large. Certains passages nécessitent de mettre pieds à terre selon les conditions. Quitter le Giffre en remontant vers **Créan** et continuer par la route pour rejoindre le pont de **Dessy**. Revenir à la **Salle des Fêtes** par le Viaduc.

