

WEEK-END USOL CYCLO 26, 27 et 28 JUIN 2026

LE LIEU

AUBERGE DE JEUNESSE HI LA CLUSAZ
1007, route du Col de la Croix Fry Les Etages
74220 LA CLUSAZ

Itinéraire voiture = 197 km-2H22



Pour cette année, nous faisons évoluer la formule avec arrivée possible dès le vendredi pour ceux qui le souhaitent (42 places) et ainsi partir en vélo dès le samedi matin pour toute la journée. 18 places supplémentaires seront disponibles le samedi soir pour ceux qui veulent rouler uniquement le samedi après midi et le dimanche matin.

PROGRAMME

Samedi

- 7H30 petit déjeuner
- 8H30 départ vélo à la journée des cyclistes de la formule 2 nuits du vendredi au dimanche (vous êtes en autonomie pour le repas de midi à trouver sur la route : snacking, restaurant, brasserie...)
- 13H00 départ vélo des arrivants de la formule 1 nuit de samedi à dimanche
- 19H30 RDV pour le repas

Dimanche

- 7H30 petit déjeuner
- 8H30 départ vélo
- Panier repas au retour + possibilité de prendre une douche après l'activité (douche accessible jusqu'à 14H30 maximum)
- Retour sur Vaugneray

INFOS PRATIQUES SUR L'AUBERGE DE JEUNESSE

Le petit déjeuner est servi entre 7h30 et 9h00 habituellement servi sous la forme de buffet.

Le diner est servi à 19h30.

Le concept des auberges de jeunesse vous implique dans le dressage, débarrassage et nettoyage des tables après repas. (Comme à la maison !).

Information concernant les boissons :

Notre établissement se réserve l'exclusivité des lieux de restauration et de bar pour la vente et consommation de boissons alcoolisées ou non entre 17h30 et 22h00.

Il ne vous y est donc pas autorisé d'apporter vos propres consommations.

Dans le cas où vous désireriez consommer vos propres bouteilles de vin, un droit de bouchon de 5€ par bouteille vous sera facturé.

LES PARCOURS

SAMEDI MATIN

2 parcours au choix

- **GRAND PARCOURS = 143 KM et 3 883 D+ avec Col du Collet, col de Romme et col de la Colombière**
<https://connect.garmin.com/modern/course/418987472>
- **PETIT PARCOURS = 83 KM et 1854 D+ avec Col du Collet**
<https://connect.garmin.com/modern/course/418766104>

L'idée est que tout le monde part sur le grand parcours puisque nous avons toute la journée pour en venir à bout en partant par groupes d'affinités ou de niveaux.

Si la difficulté est trop importante, il y a alors la possibilité de bifurquer entre le kilomètre 67 et le kilomètre 68 pour réduire le parcours à un total de 83 KM et 1854 D+ en faisant uniquement le col du collet.

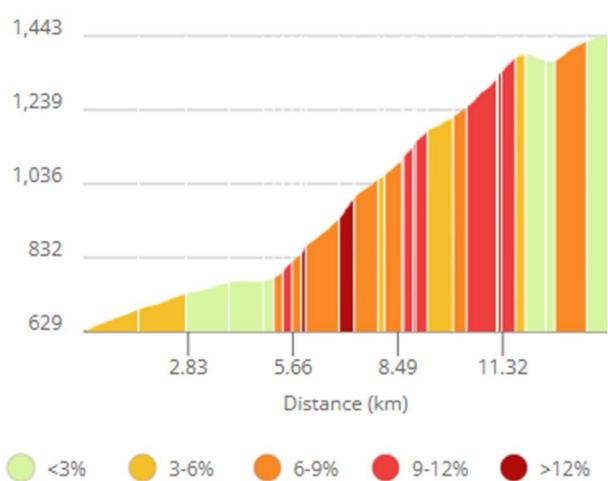
COL DU COLLET

HC 5.8% 14.15 km
Difficulté Pente moy. Distance

833 m

Ascension totale

Altitude



● <3% ● 3-6% ● 6-9% ● 9-12% ● >12%

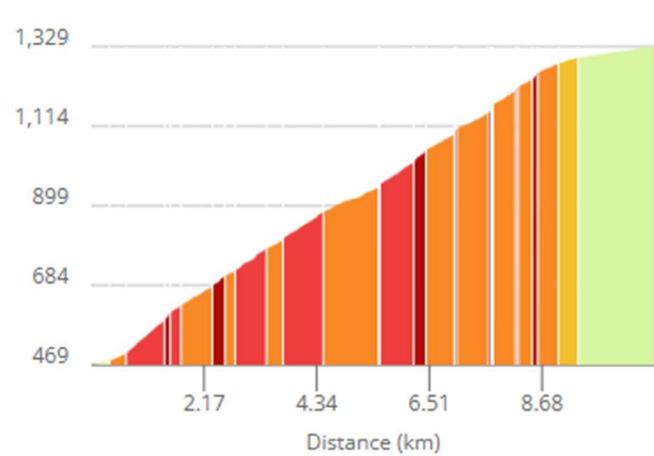
COL DE ROMME

HC 7.9% 10.85 km
Difficulté Pente moy. Distance

860 m

Ascension totale

Altitude



● <3% ● 3-6% ● 6-9% ● 9-12% ● >12%

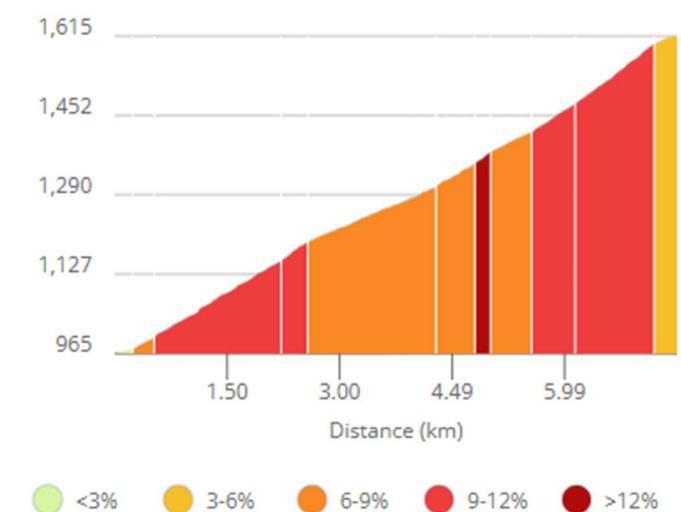
COL DE LA COLOMBIERE

HC 8.7% 7.49 km
Difficulté Pente moy. Distance

649 m

Ascension totale

Altitude



SAMEDI APRES MIDI

Pour ceux qui seront sur la formule 1 nuit du samedi au dimanche, RDV à 12H à la Clusaz avec votre panier repas à prévoir et départ en vélo à 13H.

Nous vous proposons un parcours de 90KM et 2566 D+ avec les cols de ROMME et de la COLOMBIERE pour peut-être tomber sur les copains qui seront sur leur deuxième partie de parcours du matin.

<https://connect.garmin.com/modern/course/418765919>

Ou bien reprendre le parcours de 83KM et 1854D+ (variante du parcours du matin).

<https://connect.garmin.com/modern/course/418766104>

DIMANCHE

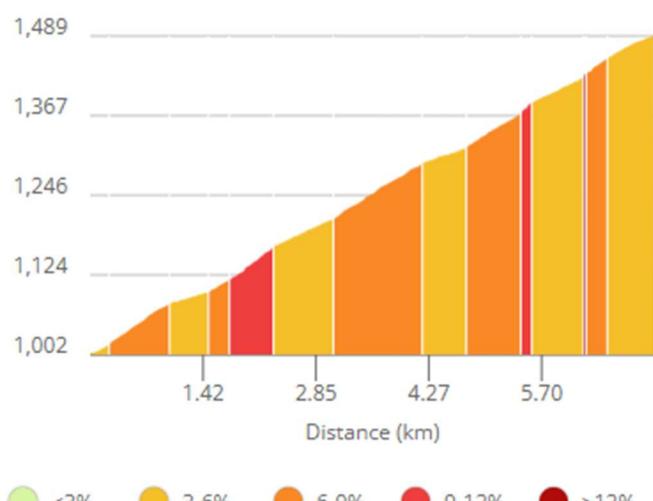
Pour le dimanche, l'objectif est le col des Aravis pour tous depuis Flumet

Cat. 1	6.8%	7.12 km
Difficulté	Pente moy.	Distance

487 m

Ascension totale

Altitude



3 parcours aux choix

- **GRAND PARCOURS** = 106 KM et 2751 D+ avec col des Saisies + col des Aravis
<https://connect.garmin.com/modern/course/418954882>
 - **MOYEN PARCOURS** = 76 KM et 2041 D+
<https://connect.garmin.com/modern/course/418955480>
 - **PETIT PARCOURS** = 34 KM et 976 D+ avec col des Aravis en aller/retour
<https://connect.garmin.com/modern/course/418769337>

BONUS DU VENDREDI

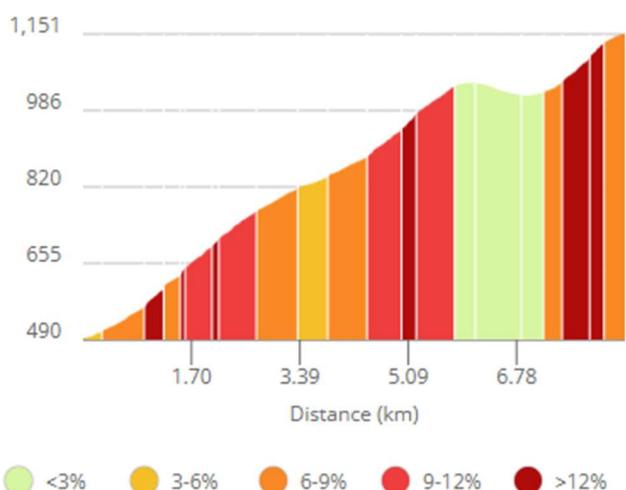
Si certains veulent rouler dès le vendredi matin, en arrivant sur place vers 10H par exemple, nous vous proposons un parcours de 94KM et 2 369 D+ avec col de la Forclaz et col de la Croix Fry au programme <https://connect.garmin.com/modern/course/418766874>

COL DE LA FORCLAZ

HC 7.8% 8.48 km
Difficulté Pente moy. Distance

687 m
Ascension totale

Altitude

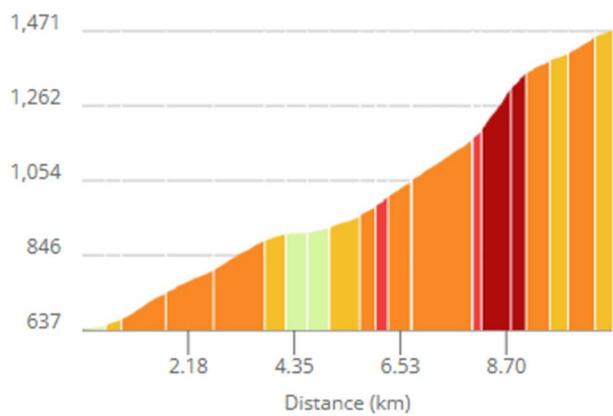


COL DE LA CROIX FRY

HC 7.7% 10.87 km
Difficulté Pente moy. Distance

834 m
Ascension totale

Altitude



IMPORTANT

Nous avons en stock d'autres possibilités de parcours, sur des distances moins importantes si nécessaires.
N'hésitez pas à vous manifester le cas échéant

TARIFICATION

OPTION 2 NUITS (Vendredi à dimanche) = 42 PLACES

Participation de 100 euros par personne comprenant :

- Les petits déjeuners de samedi et dimanche matin
- L'apéro et boisson du samedi soir offert par la section
- Le repas du samedi soir
- L'hébergement (linge de lit compris)
- Le panier repas du dimanche midi

Ce qui reste à votre charge :

- Le trajet à privilégier en covoiturage
- Le repas du vendredi soir (nous proposerons un sondage pour ceux qui veulent manger à l'auberge le vendredi soir au tarif de 15.50 € à régler sur place. Le repas est servi à 19H30 il faudra donc être arrivé avant. Il nous faudra confirmer le nombre 1 mois avant au plus tard)
- Le repas ou snacking du samedi midi à trouver sur le parcours

OPTION 1 NUIT (samedi à dimanche) = 18 PLACES

Participation de 65 euros par personne comprenant

- Le petit déjeuner de dimanche matin
- L'apéro et boisson du samedi soir offert par la section
- Le repas du samedi soir
- L'hébergement (linge de lit compris)
- Le panier repas du dimanche midi

Ce qui reste à votre charge :

- Le trajet à privilégier en covoiturage
- Le repas ou pique-nique du samedi midi

NE PAS OUBLIER

- Casque
- Chaussures de vélo
- Compteur et ceinture cardio le cas échéant
- Tenue de vélo (maillot du club USOL Cyclo ou USOL Triathlon)
- Coupe-vent (la température en haut des cols peut surprendre même en été, et il est plus prudent de prévoir de quoi se couvrir pour la redescente)
- Tenue de pluie (en espérant ne pas en avoir besoin)
- Gourde
- Alimentation d'appoint (barre de céréales, gel, pâtes de fruits...)