# **BELLEDONNE**Une belle échappée à travers lacs et sentiers

Les coureurs auront forcément un joli coup de cœur en passant près du lac de la Grande Sitre dans le massif de Belledonne. Photo archives Le DL /Jean-Benoit VIGNY

## **La 7e  course des Trails et Randonnées des lacs de Chamrousse-Belledonne (TRLCB), organisée ce samedi 6 juillet, vise son record de l’an passé, 605 participants. Elle a une alliée : la météo…**

L’ancien coureur, accompagnateur en montagne et moniteur de ski de Chamrousse, Jean-Paul Bouthors, directeur de la course des Trails et Randonnées des lacs de Chamrousse-Belledonne, a ouvert, il y a maintenant six ans, une fenêtre sur la chaîne de Belledonne, qui n’est pas près de se refermer.

Déjà parce qu’il peut compter sur 65 bénévoles motivés comme jamais. Aussi, parce que sa course bénéficie des retombées de la montée en puissance du GR®738 et de l’ultra trail l’Échappée Belle.

Les plus modestes ont conscience qu’ici, si les parcours restent engagés, ils restent à leur portée. Ensuite toutes celles et ceux qui sont en quête d’une nature restée sauvage seront forcément tentés de s’aventurer sur ce sentier des Bergers. D’autant plus que cette nouvelle édition offre encore des perspectives de course à couper le souffle. Ici les coureurs ou randonneurs apprécient ce paradis sur terre entaillé par de nombreuses combes, pierriers, pics acérés et lacs.

En attendant, la 7e  édition s’annonce prometteuse. La météo joue en sa faveur. Avis de grand beau avec des températures un peu plus dans les normales saisonnières. Les organisateurs (le Ski club de Chamrousse et le Mouvement Spiridon dauphinois) espèrent d’ailleurs battre leur record de fréquentation de l’an dernier, 605 participants.

#### Dans les pas de l’Échappée Belle

Au menu de ce samedi, ce sont donc trois trails : le Maratrail (46 km, 3 200 m D +); le Sportif (29 km, 1 800 m D +) et le Découverte (13 km, 700 m D +); une Randonnée des lacs (le tracé du trail Découverte) et un Ourseton, le trail des enfants et ados (500 m, 50 m D +).

En résumé, l’aventure commence pour tout le monde à Roche-Béranger. Les trois trails et la randonnée prennent la direction des lacs Robert. À partir de là, les affaires se corsent pour le Maratrail et le Sportif. Direction le refuge de La Pra. À ce point de la course (km 13) les deux parcours se séparent. Le Sportif prend la direction des cascades de l’Oursière, le sentier de la piste de Casserousse, le col de Balme (secteur Recoin) pour un retour en traversée par la Croisette. Le Maratrail, lui, file vers le lac du Crozet, monte à l’Oreille du loup, direction le névé de la Grande Sitre (et son lac en forme de cœur). Le 46 km fait une petite étape par le refuge du Pré Mollard avant de redescendre sur les Trois ruisseaux, de profiter à nouveau du lac du Crozet. Au km 27, de retour sur La Pra, il prend le pas du Sportif pour rejoindre à son tour Roche Béranger. On peut encore s’inscrire sur l’un des parcours, mais attention le compte à rebours est lancé, jeudi à 14 heures, les inscriptions seront fermées. Seule la randonnée et l’Ourseton restent ouverts jusqu’à samedi.

Plus d’infos sur www.trailchamrousse.com (inscriptions, parcours et horaires).