

# Thonon – Trieste

1330 km D+= 26300m

Du 12 au 23 juin 2016

Cette année, notre traditionnelle randonnée était plus ambitieuse qu'à l'accoutumée surtout en durée, avec un parcours international à travers la Suisse et l'Italie. Cette fois nous étions 3 cyclistes, Patrick l'habitué, Didier et moi. Christian assurant la logistique avec la voiture, dénommée au choix, d'assistance, accompagnatrice, suiveuse ou balai.

J1 : Féternes - Varen 125km D+=1154m D-=1237m my=21.7 durée 5h45

## Le Pas de Morgins : la mise en jambe.

Arrivé sur place la veille à notre chambre d'hôte, nous avons profité des produits locaux, avec bien sûr le fromage d'Abondance et aussi découvert la féra, poisson pêché dans le lac Léman. Départ en douceur de Féternes sous un ciel gris et couvert mais pas de pluie, direction Abondance et montée progressive vers Châtel. Nous quittons la France pour la Suisse après 40 km, au pas de Morgins (C1) et belle descente vers ...Monthey.

A partir de là nous avons suivi la vallée du Rhône, assez encombrée au niveau des infrastructures, avec une nationale, une autoroute, la voie ferrée et bien sûr le Rhône.



Afin de nous rendre ce tronçon plus agréable, les suisses ont eu la bonne idée de créer une piste cyclable de Monthey à Sierre, soit 60km. Piste plus ou moins bien indiquée et de qualité inégale mais néanmoins agréable. Cette vallée est très marquée, assez encaissée avec pas mal de vignes au nord donc sur le

versant sud, et culture potagère ou fruitière le long du Rhône.

A la pause casse-croûte je commande un demi et on me sert un demi...litre. Nos évidences

sont parfois différentes à l'étranger, leçon à retenir.

Nous avons droit à une première averse. A l'arrivée à Varen, peu après Sierre, notre hôte canadienne nous fait déguster les vins locaux de sa production.



**J2 : Varen – Santa Maria Maggiore 112km D+=2125m D-=1993m my=17,5 durée 6h25**

### ▲ Le Simplon : le passage oblige.

Départ de Varen avec continuité de la piste cyclable dans la vallée du Rhône jusqu'à Brig. Tronçon hétérogène, allant du bitume au chemin de terre en passant par le gravier ; les pistes cyclables c'est bien mais réservent parfois des surprises. Dès Brig, changement de braquet ! Première partie du col du Simplon, nous optons pour l'ancienne route, peu fréquentée, agréable mais plus directe et donc plus de pente, de 8 à 11% sur environ 6 km. Cette route rejoint la route principale, moins pentue mais plus de camions. De plus, nous tombons sur un chantier de rénovation avec circulation alternée, cela plus ou moins en tunnel (genre pare avalanche) et pas mal de trafic. Je redoutais ce col par rapport à la circulation, les routes rouges sur carte Michelin sont à éviter à vélo. Il n'était effectivement pas très agréable, mais je m'attendais à pire. Le Simplon sera notre premier col à plus de 2000 m (C2), L'avantage d'une route assez importante c'est qu'elle n'est pas très sinueuse et de bonne qualité, on a pu se lâcher dans la descente où j'ai battu mon record de vitesse à 78.8km/h, mes deux compères ont dépassé le 80km/h.



Sur ce versant le paysage est très différent, cela m'a fait penser aux gorges du Guil avant d'arriver sur Guillestre, en moins encaissé toutefois. Dans la partie finale de cette descente, première incursion en Italie, route assez tranquille. Après la petite ville de Masera, les 10 derniers km pour arriver à Santa Maria Maggiore étaient néanmoins assez pentus avec le franchissement du sella Druogno (C3). Très bon accueil à l'hôtel (où a logé Bernard Hinault en 1985, année où il a gagné le Giro), nous étions pour ainsi dire tout seul, repas à volonté, on nous même préparé et offert un sandwich pour le lendemain.



L'arrivée à Santa Maria Maggiore

### J3 : Sta Maria Maggiore – Hinterhein 130km D+=2486m D-=1712m my=17.2 durée 7h35

#### ▲ Passo del San Bernardino : col privatisé !

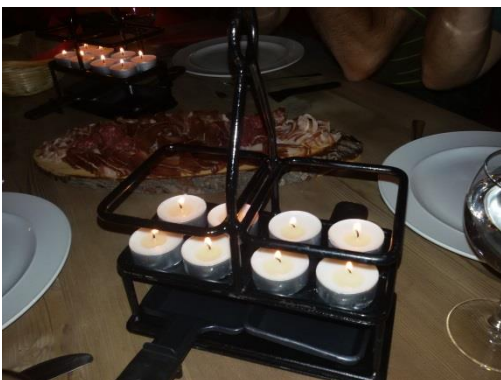
Dès la sortie de Santa Maria Maggiore une première montée assez sèche sur environ 5km pour franchir le sella Piano di Sale (C4). Cette montée, puis la longue descente qui suit jusqu'à Cannobio, c'est ce que j'appelle une belle route à vélo, route étroite, principalement en forêt, sinueuse. Beaucoup moins agréable pour notre voiture suiveuse.

A Cannobio nous arrivons au bord du lac Majeur que nous longeons jusqu'à Locarno.



Bel endroit, mais le soleil n'est pas au rendez-vous. A Locarno, petite ville au bord du lac, nous tombons sur un marché, puis sur un tunnel interdit aux vélos et de ce fait on a un peu galéré pour sortir de la ville. Puis retour en Suisse après Bellizona. Une cinquantaine de kilomètres en faux-plat montant (un concept exclusivement cycliste, le

commun des mortels considérant que, ou c'est plat ou ça monte) et, peu avant Mesocco, orage et forte pluie. Après une pause forcée dans un abri bus de près d'une demi-heure, il faut bien repartir, malgré la pluie, plus modérée toutefois. L'arrivée est encore loin, à près de 35 km. Un premier col, le Forcola (C5) et dans la continuité, le San Bernadino (C6) à franchir à 2066 m, avec au total 25 km d'ascension. Il s'avère que de Bellizona jusqu'au col et dans la descente qui suit, une autoroute est venue s'ajouter et double l'ancienne route. De ce fait il n'y a quasiment plus aucune circulation sur la route que nous empruntons. La route du San Bernardino est à nous. Seul signe de vie, un pré avec une vingtaine d'ânes ! Belle montée, route assez large, de fortes pentes assez souvent à 10 ou 11%, il va falloir s'habituer à ces pourcentages.. Etape assez longue, de 130 km, un seul col mais tout de même près de 2500 m de dénivelé et arrivée tardive. Dans ces conditions plutôt hivernale nous en profitons pour manger une raclette, excellente mais un peu cher (eh oui, c'est la Suisse). Et grande première, raclette à la bougie, non pas l'éclairage, mais bien les poelons à fromage ; efficace, économique, écologique, une idée à retenir.



**J4 : Hinterhein - Maloja 82km D+=2150m D-=1980m my=15,1 durée 5h26**

**▲ Der Splügenpass : wunderbar !**



Sprügelpass : début de l'ascension

La pluie diluvienne de la veille au soir a cessé et pour démarrer en douceur, une quinzaine de kilomètres en légère descente pour arriver au pied du Sprügelpass (C7). Une magnifique montée, un cas d'école de col en lacets. Et paysage non moins magnifique avec ciel bleu, une première en ce quatrième jour. Une vraie belle surprise d'autant que je craignais que ce col soit très fréquenté par les automobilistes, ce qui n'est pas le cas.



Proche du sommet, un ancien refuge-restaurant sur lequel figure une inscription qui est un peu (beaucoup) la devise de notre périple :



Ah, j'oubliai c'est de l'allemand. En français cela donne : manger, boire, dormir, rêver. Que demander de plus ?

Curieusement au sommet on ne trouve pas le traditionnel panneau marquant le dit sommet qui se situe à 2113 m.

Si la montée fût belle, la descente est spectaculaire, improbable. Des petits tunnels en lacets, ou des lacets en tunnel, je ne sais plus trop. On voit une autre route en contrebas. Mais non, c'est la même. Etonnant. Si le versant nord était magnifique, cette longue descente de 30 km du versant sud ne l'est pas moins.

Elle nous mène à Chiavenna où nous profitons d'une terrasse pour mettre en pratique notre



jeune devise, du moins partiellement, ce n'était pas encore le moment de dormir, ni de rêver.



D'autant que le ciel s'assombrissait et qu'il nous restait la longue montée de 25km du Maloja pass (C8) pour arriver à la ville du même nom au bord du lac de Sils.

Et, de fait peu après le départ, quelques gouttes arrivèrent et la pluie soutenue nous accompagna pendant plus d'une heure et demie. Les derniers km de la montée sont difficiles, près de 10% et arrivée à 1800m.

Pour espérer voir le lac, on attendra demain. Les étapes sont parfois comme les blagues, les plus courtes peuvent être les meilleures.

**J5 : Maloja - Bormio 98 km D+=1705m D-=2296m my=17.3 durée 5h38**



### Bernina pass : le col du Bernina express.

Le souhait de la veille ne fût pas excausé, il pleuvait encore. Dommage car le paysage promettait d'être magnifique. On voyait le lac, mais pas l'environnement. C'était beau malgré tout. Parcours



plat sur 20 km, mais à 1800m tout de même, puis début de la montée vers le Bernina pass (C9). C'est le plus haut col de Suisse et des Alpes qui reste ouvert toute l'année, il culmine à 2328 m. En début de montée on aperçoit un beau glacier ainsi qu'une voie ferrée plus ou moins en parallèle de la route. Un peu plus haut un passage à niveau, sans doute le plus haut que j'aie jamais franchi, pour cause, c'est le plus haut d'Europe. Un peu plus haut encore, nous apercevons le train puis un deuxième presque au sommet. Il grimpe

jusqu'à la gare Ospizio Bernina qui se situe au point culminant de la ligne à 2253 m, voilà qui n'est pas banal. La ligne de la Bernina a été inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco en 2008. Nous doublons deux cyclistes allemandes chargées de 4 sacoches, on les retrouve au sommet où elles sont exubérantes suite à leur exploit. Encore un très beau col avec quelques originalités. Au sommet du col se trouvent deux lacs : le *Lej Nair*, qui appartient au bassin de l'Inn et le *Lago Bianco*, qui appartient au bassin du Pô. Le col de Bernina se trouve sur la ligne de partage des eaux entre la mer Noire et la mer Adriatique.

Guère que trois degrés au sommet, mais la pluie avait cessé depuis quelques temps, ce qui sera plus agréable pour la descente. Courte descente, car on enchaîne immédiatement avec la montée, également courte du Forcola di Livigno à 2315 m (C10). Après ce col, on entre définitivement en Italie dans la commune de Livigno (cf encadré).



La météo étant toujours aussi capricieuse, on fit une pause pasta, bien plus appréciée que quelques barres de céréales ou un sandwich,

d'autant que question pasta, les italiens sont champions. Nous effaçons encore deux petits cols, le passo d' Eira (C11) et le passo di Foscagno à 2291 m (C12), avant de plonger vers Bormio.

Cette journée a été marquante par le fait que nous sommes restés pendant 80 km à plus de 1800 m d'altitude, avec quatre cols à plus de 2200 m. Je ne connais pas d'équivalent en France.

Un petit renforcement de la guidoline de Patrick dans un garage moto, nous permet d'avoir confirmation que la descente du Stelvio était bien ouverte (on avait un doute sur la question). A Bormio, pour la première fois la barrière de la langue se fit ressentir, mais cela ne nous empêche pas d'avoir un très bon accueil au gîte dans lequel on allait passer deux nuits.

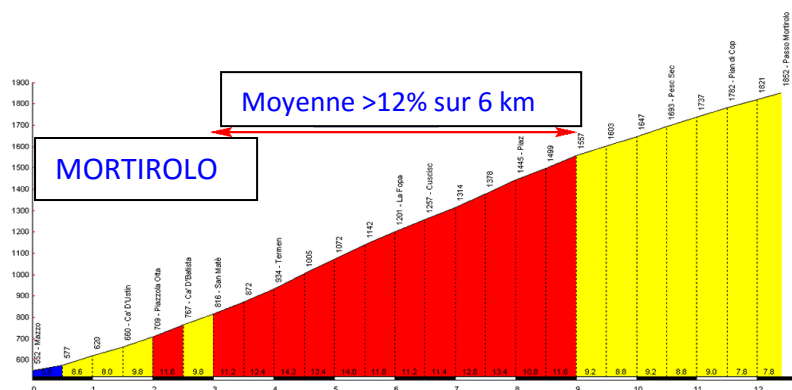
**LIVIGNO :** La commune de Livigno a un statut particulier. L'existence d'une zone franche est le résultat des dérogations particulières que la communauté locale a réussi à obtenir du comté de Bormio, ceci dès 1538, avantages qui ont été reconduits par des règlements et des conventions tout au cours des XIXe et XXe siècles.

Ce statut a favorisé le développement du tourisme dès la fin des années cinquante. Les prix des marchandises vendues à Livigno sont comptés sans TVA. Il est avantageux de se ravitailler en carburant, d'acheter du tabac, du sucre et de l'alcool, dans les limites autorisées par les douanes. La raison principale de la création de la zone franche a été l'isolement qui a longtemps caractérisé cette localité. Jusqu'à l'hiver 1952/1953, année de l'ouverture en hiver du col de Foscagno, la communauté de Livigno restait complètement privée de toutes communications avec le reste du monde pendant tout l'hiver. Aujourd'hui encore, le col de Foscagno est le seul accès routier de Livigno au territoire italien.

**J6 : Bormio - Bormio 113 km D+=3100m D-=3100m my=14,8 durée=7h40**

## **▲ Le Mortirolo : mostruoso !**

Pourquoi deux jours, dans ce gîte à Bormio ? Cela ne nous fait pas beaucoup avancer ! Une étape de repos peut-être ? Non. Il paraissait difficile (impossible ?) de passer à Bormio et d'ignorer deux cols mythiques comme le Mortirolo et le Gavia. Cette option s'annonce mal, pluie diluvienne en soirée, pluie toute la nuit, pluie au réveil, à 7h, et décision de différer le départ prévu à 8h30. En montagne, la météo évolue parfois vite et finalement nous partons dès 9h30 sous le soleil. Jean, connaisseur du secteur, nous avait prévenus : prévoir les plus petits braquets possibles. Il avait bien sûr raison, 4 km consécutifs à près de 14%, route étroite avec des lacets très serrés, en 12km on s'élève de 1275m.



Côté paysage, ce col (C14) ne laissera pas de souvenirs impérissables, mais depuis Mazzo, quelle montée ! En voiture ce n'est pas mieux et Christian préféra rentrer par la vallée plutôt que d'affronter le Gavia (C15) qui s'annonce du même acabit.

Après la descente, un casse-croûte et une route de liaison, nous voilà au pied du

deuxième épouvantail du jour. Abordée par le côté sud depuis Ponte di Legno, cette montée est certes longue de 20 km mais superbe et la route bien meilleure que ce que laissait présager la carte. Jusqu'à 6 km du sommet le ciel était resté clément, mais la montagne et l'altitude se rappela à notre bon souvenir. D'abord des gouttes, puis la température baissant, elles se transforment en grésil, quelques coups de tonnerre aussi, mais heureusement un peu lointain. Pour ajouter un peu de piment, un tunnel d'environ 1 km non-éclairé. Content de voir le bout du tunnel ! Au sommet, à 2621 m, -1°. Coupe-vent, veste de pluie, jambière, bandana, gants, on met tout ce que l'on a. La descente est titanesque, mauvaise route et 25 km entièrement sous la pluie. A 19 h comme à 7h ! Tout cela pour revenir au point de départ ! Et à 20h30 comme à 8h30, on arrive à la pizzeria sous un ciel bleu.



**J7 : Bormio - Senale 122km D+=2962m D-=2709 m durée=7h50**

## Le Stelvio : il mitico !

Les nombreuses descentes et notamment celle du Gavia la veille, sont venues à bout des patins de freins de Patrick et Didier. Passage impératif chez un vélociste, d'où un départ effectif à 10 h pour cette longue journée.



Dès la sortie de Bormio, sous un ciel redevenu clément, nous attaquons les premières rampes du Stelvio.

Magnifique montée de 20 km, dans une succession de lacets.

Ce col, le plus réputé d'Italie est très couru et en plus c'est un samedi. Des Ferrari, un défilé de Mercedes, un cortège de motos, je n'en

avais jamais vu autant. En vue du sommet, le ciel se couvre, la température chute et finalement au sommet, tempête de neige et 1° ! Il faut dire que nous sommes à 2758 m, point culminant de notre parcours (C16).

On attend 45 minutes et finalement la tempête est passée, on repart dans de bonnes conditions. Et là j'aperçois, (mais un peu tard) et c'est assez inattendu, un stand qui vend saucisses et choucroute, cela s'explique par la présence de nombreux motards allemands et autrichiens. La descente est également de toute beauté.



Du pied du Stelvio jusqu'à Merano, 50 km de plaine, cela allait nous changer, mais un tronçon que l'on craignait à cause du trafic routier. Et là, la piste cyclable que l'on espérait, le long de la rivière Adige, large, roulante. Superbe. Il nous reste la montée de Passo di Palade (C17), col que l'on avait un peu méprisé après le géant du début d'étape. Mal nous en a pris, car il y avait également 20 km d'ascension et 1300 m de dénivelé. Nous finissons en ordre dispersé (erreur de navigation au pied du col) et fort tard. Le village étape (ainsi que les communes de

l'étape suivante) porte deux noms à l'instar de ce qui se fait en Bretagne ou au Pays Basque. En l'occurrence, Senale porte aussi le curieux nom de « Unsere liebe Frau im Wald ». Nous abordons là une région très germanique, je n'ai pas recherché l'explication historique, mais il est vrai que la frontière autrichienne est proche.



**J8 : Senale - Arabba 126km D+=3221m D-=2968 m durée=8h30**

**▲ Passo di Sella et Passo Pordoï : l' invisible !**

Nous repartons par la montée du Mendola pass (C18), sympathique petit col, surtout qu'il est plus long en descente qu'en montée. Côté descente, jolie vue sur la plaine de Bolzano à 200 m d'altitude, avec vignes, arbres fruitiers. La traversée de Bolzano s'effectue entièrement sur piste cyclable. Un modèle du genre avec une superbe passerelle et même, le nec plus ultra un vrai tunnel, il s'agit certes de l'ancienne route mais il n'en demeure pas moins qu'il s'agit là d'un vrai tunnel exclusivement cyclo, cela doit être un cas unique.



Après cette première moitié d'étape facile, les 60 km suivants, dont plus de 50 de montée, allaient nous mener au sommet du Pordoï. Au passage le joli village de Siusi suivi du petit col de Pineï(C19), puis Ortisei village proche de Val Gardena. Là, nous avons droit à une grosse averse de 1/2heure. Nous arrivons au Passo di Sella (C20) à 2244 m et avec 2°.



C'est toujours mieux que 0° avant-hier au Gavia et que 1° hier au Stelvio. Il faut remettre toute la panoplie hivernale pour la brève descente qui sera suivi par la courte et belle montée finale du Pordoï (C21), à 2235 m. J'arrive au sommet dans un épais brouillard, avec une visibilité quasi nulle. Mes amis étant un peu retardés, j'attends 20 minutes, et là miracle, plus de brouillard, descente superbe avec un ciel en partie bleu. Dingue.

Nous apprenons plus tard qu'au sommet il y a une stèle en mémoire de Fausto Coppi, que nous avons loupé, brouillard aidant.

Etape au pied du Pordoï, à Arabba, charmant village. Nous terminons là notre troisième jour consécutif avec 3000 m de dénivelé et environ 120 km.

**J9 : Arabba - Misurina 93 km D+=2873 m D-=2740 m durée=6h54**

## **▲ Passo de Giau: il magnifico !**

Nous démarrons par un petit col d'échauffement, le passo Campolongo (C22). On enchaîne avec le passo Valparola (C23) à 2192m, col long avec quelques passages à forts pourcentages. Au sommet, se



trouve le fort Tre Sassi, le musée du fort fait partie du plus vaste musée en plein air de la guerre de 14/18. En début de descente, passage au col de Falzarego (C24), toutefois franchi en descente (oui cela arrive parfois). Reste le gros morceau du jour, le réputé et redouté passo de Giau (C25), d'une régularité absolue : 10 km à 10% pour passer de 1200 à 2200m. Au début de la montée un motard me fait un signe d'encouragement, geste apprécié, d'autant qu'en général les motards n'aiment pas trop les cyclistes (pour être honnête, la réciproque est vrai). Au sommet magnifique paysage, tout est beau à 360°. Un peu Monument Valley mais avec des sapins, de la forêt.




Après avoir pleinement profité de ce paysage somptueux, descente



sur Cortina d'Ampezzo. L'arrivée du jour est au bord du lac de Misurina mais pour l'atteindre, reste encore la montée du passo Tre Croci (C26), 10 km tout de même. Malgré quelques gouttes dans les deux derniers kilomètres, on peut considérer qu'il s'agit là du premier jour sans pluie. Et quatrième jour à près de 3000 m de dénivelé.

J10 : Misurina - Ravascletto 107 km D+=2095 m D-=2910 m durée=6h06

 Tre Cime di Lavaredo: magistrale !

Le lac de Misurina se trouve à proximité du site emblématique des Dolomites : les Tre Cime de



Lavaredo (C27) à 2320m, site classé à l'Unesco. A ce titre le site est très visité et il le mérite, beaucoup de touristes et randonneurs. La route d'accès est règlementée, le parking payant et



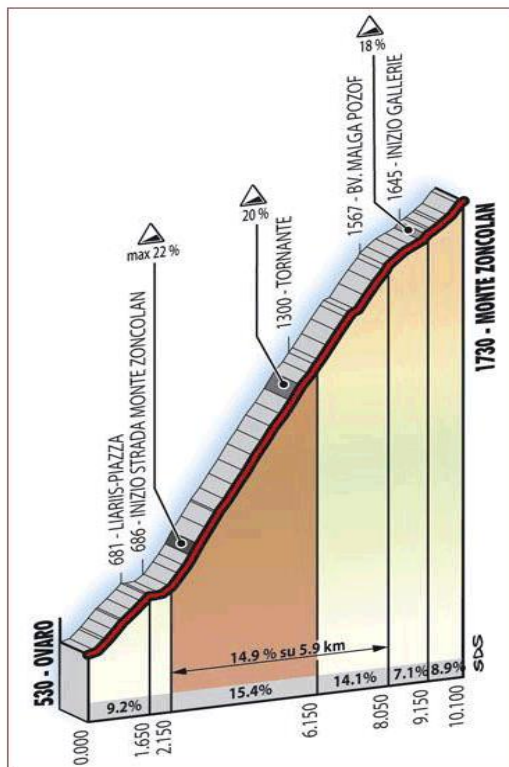
une fois n'est pas coutume, très cher pour l'Italie, 24€ la journée. Il nous fallait faire cet AR de 10 km pour valider notre carte de route. A vélo, pas de problème, c'est gratuit. En fait le problème c'est la pente, de 14 à 16% sur 4km, il faut profiter des petits moments de répit à 12% pour boire une gorgée.

Après cette mise en route un peu brutale le reste de la journée fût bien plus tranquille, avec plus de descente que de

montée. Pour faire bonne mesure, il y avait malgré tout le col de San Antonio (C28), très belle route dans les sapins. Après cela on s'accorda une longue pause à Padola, beau village et sympathique serveuse qui m'a offert un verre de bière estampillé Dolomiti. Puis, montée facile sur les cimes de Sappada (C29) et longue descente, avec un tronçon de route en réfection, un beau bitume tout frais, enfin plutôt brulant, que nous avons vite quitté pour sauver nos pneus! Sur cette étape, une crevaison pour Patrick, la seule du parcours. Arrivée à Ravascletto dans un bel hôtel avec piscine.

**J11 : Ravascletto - Udine 139 km D+=2116 m D-=2870 m my= 19,0 durée=7h21**

### ▲ le Zoncolan : inumano !

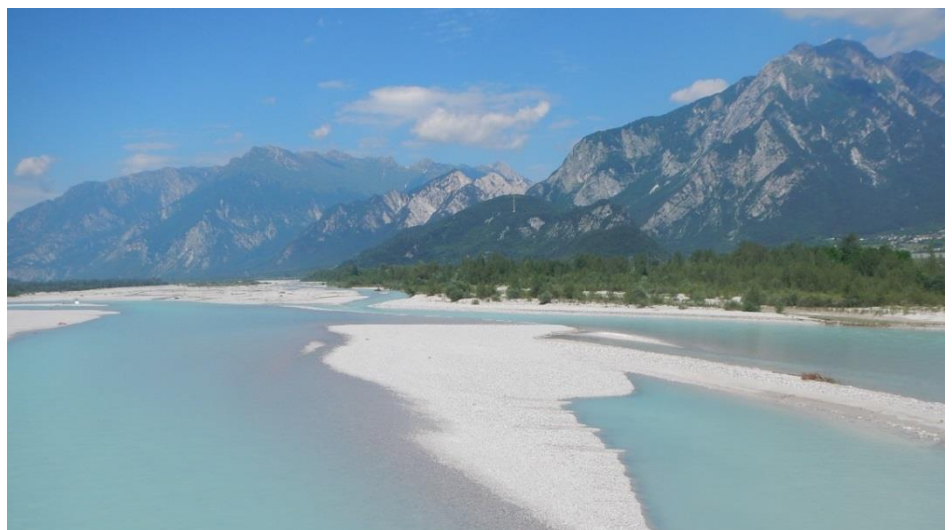


Pour cette avant dernière journée, nous aurions pu rejoindre directement Udine. Mais nous étions là au pied du fameux Zoncolan que tous les coureurs du Giro redoutent. Il était assez difficilement envisageable de ne pas l'affronter, cette occasion ne se représentera pas tous les jours. Tant qu'à faire, il fallait monter le côté mythique, celui où à intervalle régulier sont implantés des panneaux relatant la carrière des grands champions, de Coppi à Bartali (cf encadré) en passant par Anquetil et Hinault entre autres. Cette montée ne fait qu'une dizaine de kilomètre, mais est hors norme, 5km à 14% de moyenne avec des passages à 20%. Ma cadence de pédalage oscille entre 30 et 35 tr/mn et ce avec un 32x29. Autant dire que cela ne va pas vite! Le compteur descend à 4km/h et hésite parfois à se mettre en pause. Pour réduire un peu la pente, j'utilise la technique du zigzag, des lacets dans les lacets, attention aux nœuds. Et le Zoncolan (C30) fut vaincu.



*Gino Bartali mérite un grand coup de chapeau. Il est considéré comme l'un des meilleurs coureurs de tous les temps, Sa carrière a été marquée par sa rivalité avec Fausto Coppi. Vainqueur du dernier Tour avant la guerre en 1938, il remporte également le premier Tour après la guerre en 1948. Deux Tour de France à dix ans d'intervalle, une performance jamais égalée. Profondément croyant, « Gino le Pieux » a toujours refusé d'être un ambassadeur du fascisme. Son activité de messenger clandestin pendant la Seconde Guerre mondiale, sous couvert de sorties d'entraînement, au cours desquelles il acheminait des faux papiers cachés dans le guidon ou la selle de son vélo, a permis de sauver de nombreux Juifs. Il fut à ce titre reconnu comme « Juste parmi les nations » en septembre 2013 et son nom figure au mémorial de Yad Vashem à Jérusalem.*

La fin de l'étape, soit près de 100 km ne présente plus guère de difficulté. Nous traversons la plaine du Frioul, de Tolmezzo à Gemona, zone où nous traversons le fleuve Tagliamento puis direction Cividale et Udine.



**J12 : Udine - Trieste 84 km D+=306 m D-=400 m my= 24,0 durée=3h30**

▲ : il nulla.

Pour le 12<sup>em</sup> et dernier jour, fini la montagne, nous n'avons plus qu'un objectif : rallier Trieste, la destination finale. Pas de difficulté sur cette étape, juste quelques péripéties dues à



une carte approximative qui nous envoya d'abord sur un chemin de terre puis nous fit traverser une large rivière à gué. On a dû la franchir à pied, car le lit était très caillouteux. Je vous rassure il n'y avait pas d'eau.



A partir de Gorizia, nous longeons d'assez près la frontière Est de l'Italie, passant à un kilomètre de la Slovénie.

Un final en longue et légère descente pour longer la côte Est de l'Adriatique sur une vingtaine de kilomètres. Et dernier pointage à la gare de Trieste à 13h30.



Le retour sur Garéoult (Var), chez Patrick, soit à 850 km devait se faire dans l'après-midi et la soirée. Un souci sur le porte vélo et les péripéties qui s'en suivirent nous ont retenu à Trieste jusqu'à près de 20h. Finalement on a roulé toute la nuit et retour dans l'Oise le lendemain à 23h avec encore 850 km d'autoroute. Finalement le plus fatiguant du parcours ce fût le retour en voiture avec 1700 km en 24h.

Arrivederci presto.

