

36<sup>ème</sup> Grand Duc Trail de Chartreuse

# ROADBOOK

## COUREURS & ACCOMPAGNATEURS

28 & 29 Juin 2025



# Grand Duc

## TRAIL DE CHARTREUSE



DESTINATION  
**CHARTREUSE**

MERCI A NOS PARTENAIRES



# SOMMAIRE

1. HISTOIRE DU GRAND DUC
2. PROGRAMME
  - **\* PLAN CANICULE** ⚠
3. ANIMATION
4. COMMENT VENIR ?
5. SÉCURITÉ
6. MATÉRIEL OBLIGATOIRE
7. PROGRAMME ACCOMPAGNANTS
8. PLAN DES PARCOURS ACCOMPAGNANTS
9. OÙ SE GARER ?
10. ÉTAPES DES RELAIS
11. ULTRA SOLO



Le Grand Duc, c'est plus de 40 ans d'histoire ! Dans les années 1980, une bande de copains sportifs et amoureux de leurs montagnes créent le « Tour pédestre de Chartreuse », dont l'objectif était de faire le tour de la Chartreuse en une journée.

Rebaptisé « Grand Duc Ultra Trail de Chartreuse » en 1995, l'évènement a évolué vers un format de course, au parcours changé chaque année, mais sans jamais oublier cette maxime : « la perf d'accord, mais la fête d'abord ! » citation de George Galle sur le trail avant George Galle, co-organisateur et traceur de la course entre 1993 et 2006 à été vainqueur de 5 éditions d'affilée du Grand Duc, et continue de courir ce challenge en équipe de 5.

Par la suite, Pascal Boiron puis ces dernières années Lionel Fouque et Bernard Thonon (directeur de course) ont prit le relais et furent traceurs de la course, ainsi que coureurs du Grand Duc !

Le parcours de la course change chaque année et le Grand Duc a déjà gravité de nombreux sommets de Chartreuse : Grand Som, Chamechaude, Dent de Crolles, Charmant Som, Grande Sure, Pinéa, Bec Charvet, Cochette, Mont Joigny...

Ces 10 dernières années, l'évènement a pris de l'envergure et le nombre de participants s'est multiplié ! Aujourd'hui ce sont plus de 1200 coureurs venus du monde entier qui viennent tenter le challenge du Grand Duc Ultra Trail de Chartreuse!



## Samedi 28 juin 2025 - Saint-Pierre-de-Chartreuse :

- > **16h à 17h45** : Remise des dossards
- > **18h** : Briefing sécurité (retransmission en direct sur notre page facebook <https://www.facebook.com/trail.grand.duc>)
- > **19h** : En-cas de produits locaux

## Dimanche 29 juin 2025

- > Remise des dossards :
  - entre **4h à 6h20** au **Planolet (Col du Cucheron)**
  - entre **7h30 à 8h50** à **Saint-Pierre-de-Chartreuse**
- > Départs du **Col du Planolet** :
  - Ultra Solo : **5h**
  - Moyen Duc : **5h45**
  - Les Relais à deux et à cinq : **6h30**
- > Départ de **Saint-Pierre-de-Chartreuse** :
  - Sky Duc : **8h**
  - Chouette Trail : **9h**
  - Courses enfants "**Les P'tits Ducs**" : **14h**
- > Remise des prix à **Saint-Pierre-de-Chartreuse** :
  - Chouette Trail, Sky Duc et Moyen Duc : **13h**
  - Ultra Solo, Relais à deux et Relais à cinq : **18h**



L'équipe d'organisation du Trail du Grand Duc informe les participants de **l'activation d'un Plan Canicule** pour l'édition 2025, qui se tiendra ce dimanche 29 juin.

Face aux prévisions météorologiques annonçant des températures élevées, des mesures d'adaptation des parcours et de renforcement des dispositifs de sécurité sont mises en place afin de garantir la santé et le bien-être de tous.

## Mesures et adaptations principales :

- **Matériel obligatoire** : Le port d'une réserve d'eau d'1,5 litre est désormais obligatoire pour tous les coureurs.
- **Matériel fortement conseillé** : Le port d'une **casquette et de lunettes de soleil est fortement recommandé.**
- **Modification des parcours** : Les aller-retour aux sommets de Chamechaude et du Charmant Som sont supprimés sur l'ensemble des épreuves concernées. De plus, le parcours du Chouette Trail a également été raccourci.

→ Cette adaptation permet de réduire l'exposition à la chaleur et la difficulté globale.

- **Nouveau point d'eau** : Un point d'eau supplémentaire sera mis en place au Col du Coq pour renforcer l'hydratation des coureurs.
- **Nouveaux horaires de départ** :
  - Sky Duc : Départ à **8h00**
  - Chouette Trail : Départ à **9h00**

Nous comptons sur la compréhension et la vigilance de chacun pour cette édition particulière. Nous vous remercions de consulter attentivement toutes les informations actualisées sur notre site web.

## Parce que le Grand Duc, c'est avant tout une fête à découvrir entre amis et en famille.

Nous proposons des animations pour toute la famille, le dimanche de 11 heures à 19 heures sur le Plan de Ville.

### Animations :

- biathlon ;
- jeux en bois ;
- food truck ;
- masseurs ;
- yoga ;
- buvette ;
- courses enfants ...

Venez profitez d'un beau moment convivial à St-Pierre-de-Chartreuse



# Comment venir ?

4

5

**ATTENTION** : Prévoyez de rentrer dans le parc de départ suffisamment tôt afin que nous puissions contrôler le matériel obligatoire et assurer un départ ponctuel.

Pour des raisons écologiques et logistiques, privilégiez le **COVOITURAGE** avec notre plateforme Kuhoo : <https://kuhoo.tz/fr/p/5e3378c03a>

**Depuis Grenoble** (58km - 58min) : Grenoble > Corenc > Le Sappey-en-Chartreuse > Col de porte > St-Pierre-de-Chartreuse

**Depuis Lyon** (119km - 1h41 par Voiron) : Lyon > Saint Priest > Bourgoin Jallieu > Voiron > St Laurent du Pont > St-Pierre-de-Chartreuse

**Depuis Chambéry** (39km - 50 min) : Chambéry > Saint-Thibaud-de-Couz > Saint-Laurent-du-Pont > St-Pierre-de-Chartreuse ou Bus T41 Chambéry > St-Laurent-du-Pont + T40 St-Laurent-du-Pont > Saint Pierre de Chartreuse

## En cas de blessure ou d'abandon

PC secours : **07 86 58 65 53**

PC sécurité : **06 81 70 81 90**

Organisation : **06 86 94 25 56**

**EN CAS DE BLESSURE** : Vous êtes victime ou témoin d'un accident : signalez immédiatement l'incident aux organisateurs de la course, soit en contactant le PC course, soit en alertant un signaleur bénévole de la course.

Lors de vos appels, précisez l'identité de la personne blessée ainsi que votre position sur le parcours. Si vous n'arrivez pas à joindre le PC course ou un signaleur, composez le 112 (numéro d'urgence). Pour les petites blessures, des trousse de secours sont à vos dispositions sur les ravitaillements.

**EN CAS D'ABANDON** : Informez impérativement soit un contrôleur au point de contrôle ou relais le plus proche, soit le PC course.



Matériel obligatoire		Ultra SOLO	Relais à 2	Relais à 5	Moyen Duc	Sky Duc	Chouette Trail
	Gobelet personnel						
	Reserve d'eau	1.5L	1.5L	1.5L	1.5L	1.5L	1L
	Couverture de survie						
	Siflet						
	Fiche si traitement médical en cours et les contre-indications						
	Coupe-vent imperméable						
	Téléphone portable						



# Programme Accompagnants

## La Ruchère : Départ relais 2

> Passage **Ultra Solo** : 6h50 / 9h24 (17,5km)

> Passage **Moyen Duc** : 7h40 / 10h07 (17,5km)

> Passage **Duo** : 7h46 / 10h40 (17,5km)

> Passage **Relais 5** : 6h22 / 10h33 (17,5km)

## St-Pierre-de-Chartreuse : Départs relais 3 et 2

> Passage **Ultra Solo** : 8h24 / 12h36 (31,8km)

> Passage **Moyen Duc** : 9h07 / 13h19 (31,8km)

> Passage **Duo** : 9h52 / 13h41 (31,8km)

> Passage **Relais 5** : 9h44 / 13h27 (31,8km)

## Col de Porte : Stade de biathlon : Départ relais 5

> Passage **Ultra Solo** : 10h51 / 18h02 (54,8km)

> Passage **Moyen Duc** : 12h18 / 18h31 (54,8km)

> Passage **Duo** : 12h05 / 18h22 (54,8km)

## St-Pierre-de-Chartreuse : Arrivée

> Passage **Ultra Solo** : 12h40 / 20h55 (31,8km)

> Passage **Moyen Duc** : 10h32 / 16h21 (31,8km)

> Passage **Duo** : 14h06 / 20h37 (31,8km)

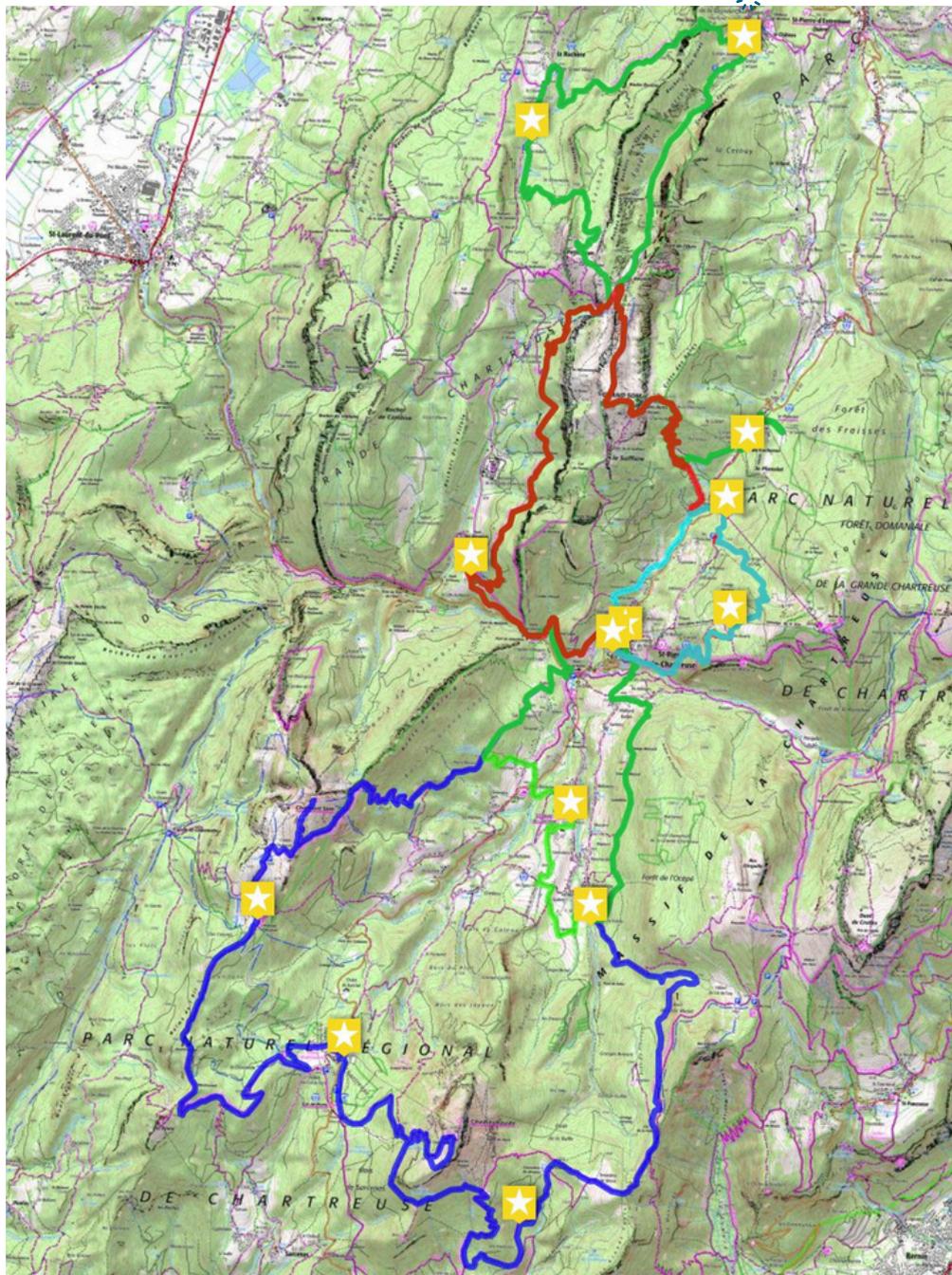
> Passage **Relais 5** : 13h47 / 20h25 (31,8km)

## Temps de trajets :

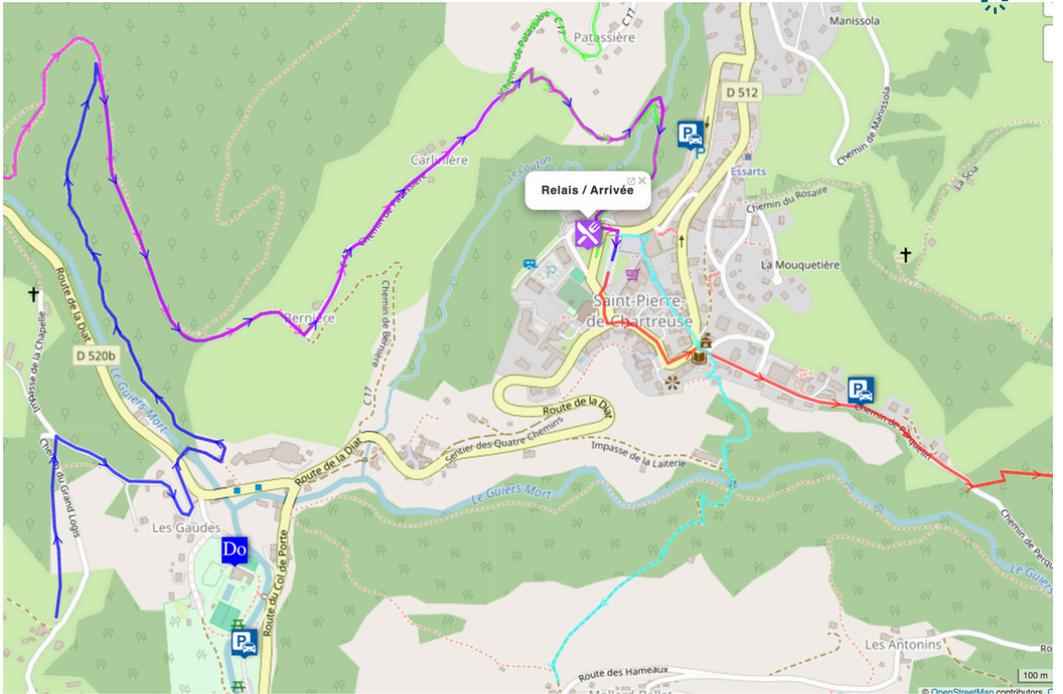
	St Pierre de Chartreuse	Col du Cucheron Le Planolet	La Ruchère	Col de porte Stade de biathlon
St Pierre de Chartreuse		8min 1h à pieds (4km)	30min	15min
Col du Cucheron Le Planolet	8min 1h à pieds (4km)		24min	20min
La Ruchère	30min	24min		40min
Col de porte Stade de biathlon	15min	20min	40min	

Cliquez sur la carte pour avoir le plan interactif

Retrouvez les sites où voir passer les coureurs

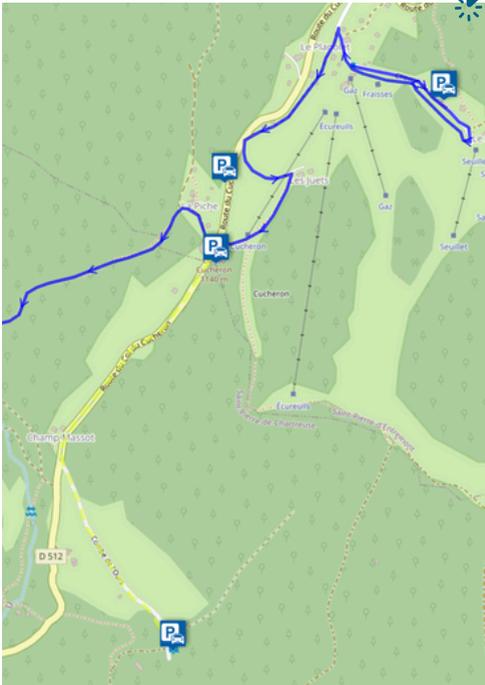


## Plan d'Implantation Saint-Pierre-de-Chartreuse



# Plans d'implantations - accès :

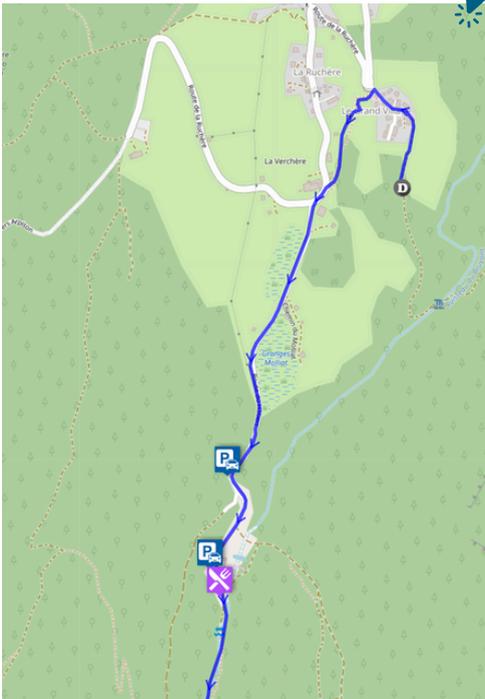
## Le Cucheron - Le Planolet :



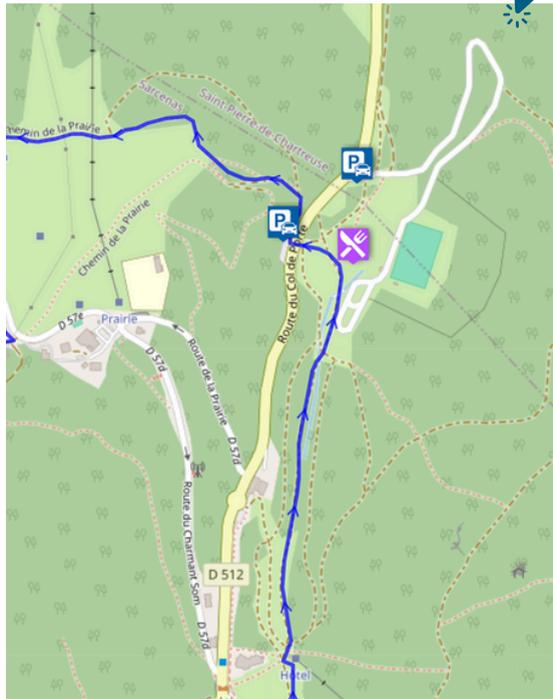
## Le Sappey en Chartreuse :



## La Ruchère :



## Col de porte - Stade de biathlon :



## Détails de l'étape

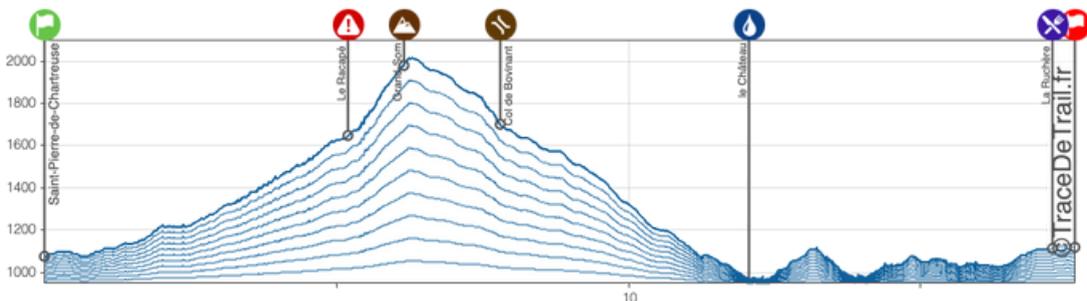
Lieu	Altitude	Km Cumulé	D+ Cumulé	D- Cumulé	Information
Col du Cucheron	1083m	0km	0m	0m	Départ
Le Racapé	1677m	5.2km	618m	24m	Marche obligatoire
Le Grand-Som	2020m	6.15km	956m	24m	Sommet !
Col de Bovinant	1674m	7.8km	956m	336m	Col
Hameau du Château	975m	11.9km	956m	1071m	Point d'eau
La Ruchère	1124m	17.43km	1344m	1312m	Ravito / Relais

## Ravitaillements

- Route du Château - **11.9 km** : Ravitaillement liquide
- La Ruchère - **17.43km** : Ravitaillement solide + liquide

\*Les ravitaillements (liquide et solide) ne sont accessibles qu'aux coureurs, cependant, les encouragements sont autorisés :)

## PROFIL DE L'ÉTAPE 1



# Carte étape 1: Grand Duc 74km



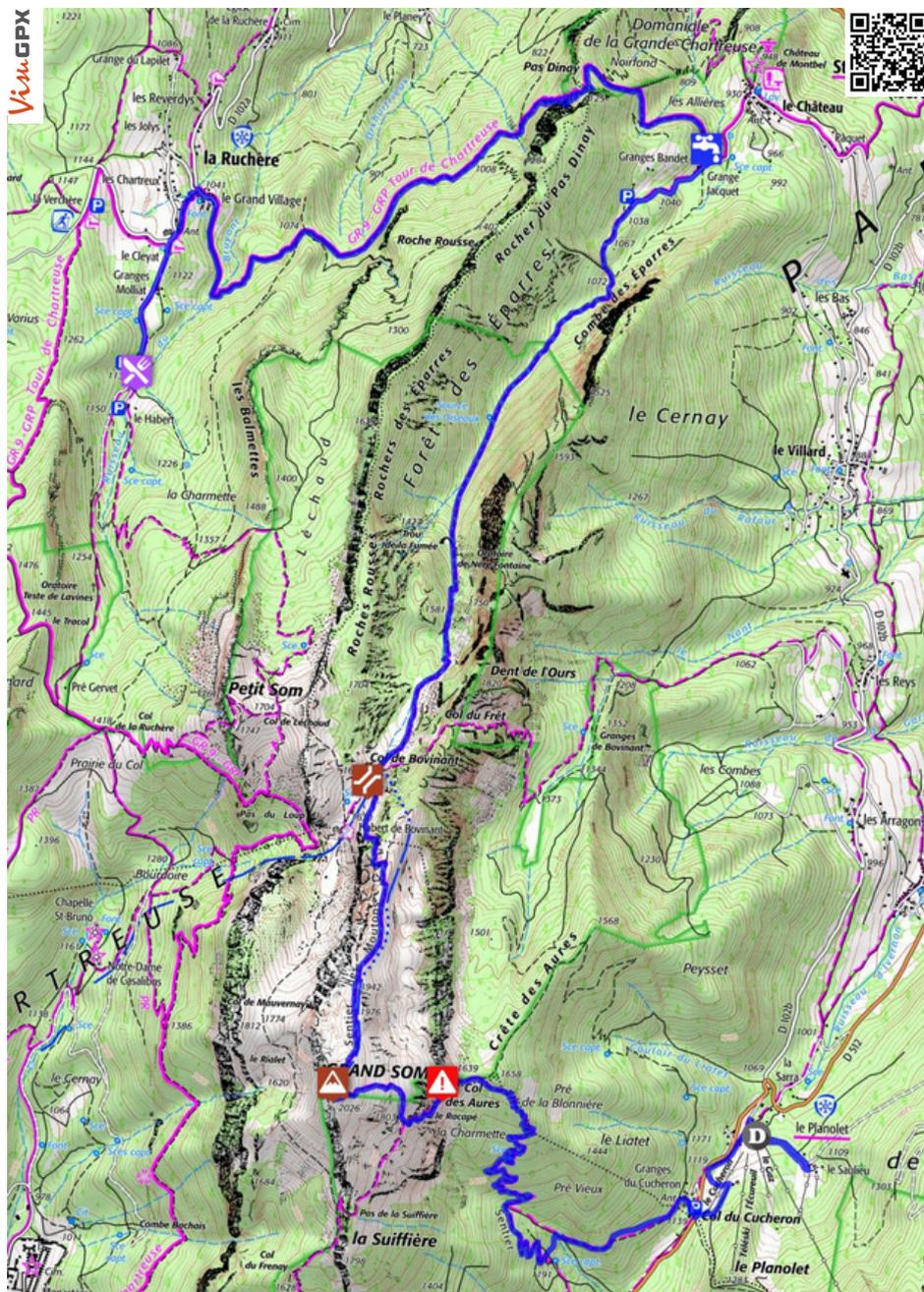
17 km



1 345m D+



1 295m D-



# Étape 2: Grand Duc 74km

Étape 2 : La Ruchère > Col de Léchaud > La Corrierie > St-Pierre de Chartreuse

## Détails de l'étape

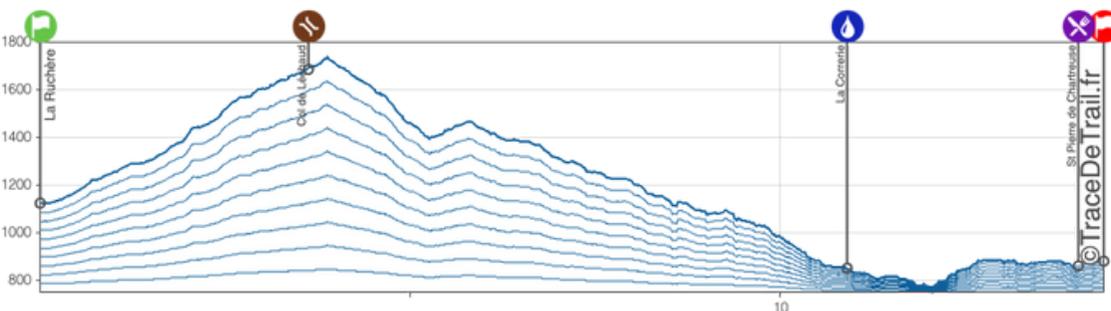
Lieu	Altitude	Km Cumulé	D+ Cumulé	D- Cumulé	Information
La Ruchère	1024m	0km	0m	0m	Départ
Col de Léchaud	1708m	3.62km	575m	0m	Col
La Corrierie	849m	10.9km	706m	982m	Point d'eau
St Pierre de Chartreuse	880m	14.2km	825m	1070m	Ravito / Relais

## Ravitaillements

- La Corrierie - **10.9 km** : Ravitaillement liquide
- St Pierre de Chartreuse - **14.2km** : Ravitaillement solide + liquide

\*Les ravitaillements (liquide et solide) ne sont accessibles qu'aux coureurs, cependant, les encouragements sont autorisés :)

## PROFIL DE L'ÉTAPE 2





# Étape 3: Grand Duc 74km

Étape 3 : St-Pierre de Chartreuse > Col de l'Emeindras > Piste de l'Emeindras

## Détails de l'étape

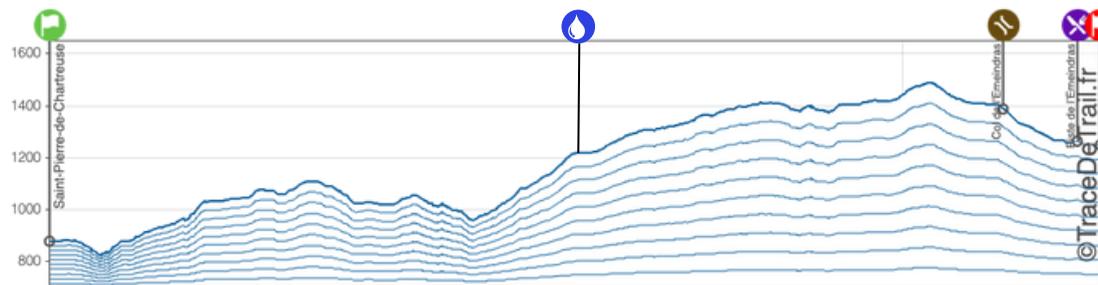
Lieu	Altitude	Km Cumulé	D+ Cumulé	D- Cumulé	Information
St Pierre de Chartreuse	880m	0km	0m	0m	Départ
Route du col du Coque	1224m	6.28km	573m		Point d'eau
Col de l'Emeindras	1372m	10.61km	890m		Col
Piste de l'Emeindras	1255m	12.27km	890m	544m	Ravito / Relais

## Ravitaillements

- Route du col du Coque - **6.28km** : Ravitaillement liquide
- Piste de l'Emeindras - **12.27km** : Ravitaillement solide + liquide

\*Les ravitaillements (liquide et solide) ne sont accessibles qu'aux coureurs, cependant, les encouragements sont autorisés :)

## PROFIL DE L'ÉTAPE 3





# Étape 4: Grand Duc 74km

Étape 4 : Piste de l'Emeindras > Habert de Chamechaude > Chamechaude > Col de Porte



## Détails de l'étape

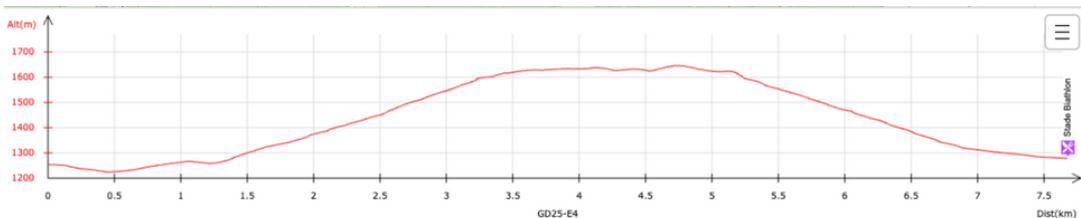
Lieu	Altitude	Km Cumulé	D+ Cumulé	D- Cumulé	Information
Piste de l'Emeindras	1255m	0km	0m	0m	Départ
Col de Porte Stade de Biathlon	1278m	8km	430m	410m	Ravito / Relais

## Ravitaillements

- Col de Porte : Stade de Biathlon - **8km** : Ravitaillement solide + liquide

\*Les ravitaillements (liquide et solide) ne sont accessibles qu'aux coureurs, cependant, les encouragements sont autorisés :)

## PROFIL DE L'ÉTAPE 4



# Carte étape 4: Grand Duc 74km



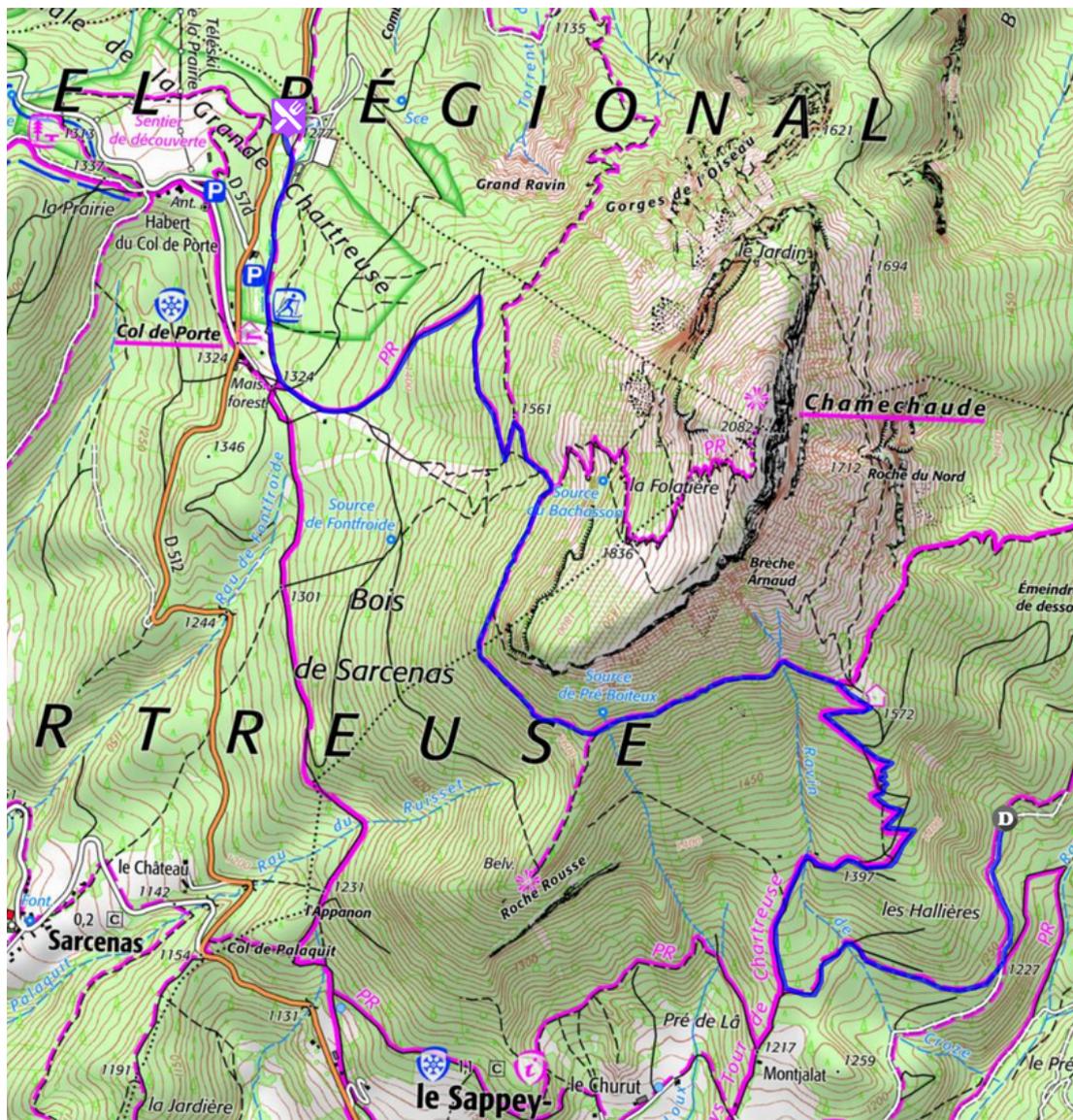
8 km



430m D+



410m D-



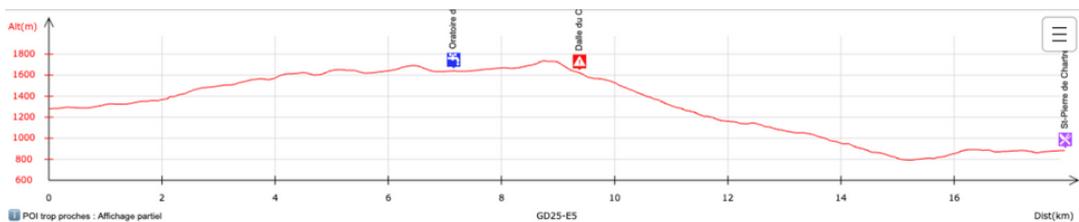
### Détails de l'étape

Lieu	Altitude	Km Cumulé	D+ Cumulé	D- Cumulé	Information
Col de Porte Stade de Biathlon	1278m	0km	0m	0m	Départ
Oratoire d'Orgeval	1640m	7.15km	477m	127m	Point d'eau
Dalle du Charmant-Som	1627m	9.36km	568m		Marche obligatoire
St Pierre de Chartreuse	882m	18km	700m	1100m	Ravito / Relais



Des navettes seront à votre disposition au départ de Saint-Pierre pour retourner à vos véhicules situés au Planolet.

### PROFIL DE L'ÉTAPE 5



### Ravitaillements

- Oratoire d'Orgeval - **7.15km** : Ravitaillement liquide
- St Pierre de Chartreuse - **18km** : Ravitaillement solide + liquide

\*Les ravitaillements (liquide et solide) ne sont accessibles qu'aux coureurs, cependant, les encouragements sont autorisés :)

# Carte étape 5: Grand Duc 74km



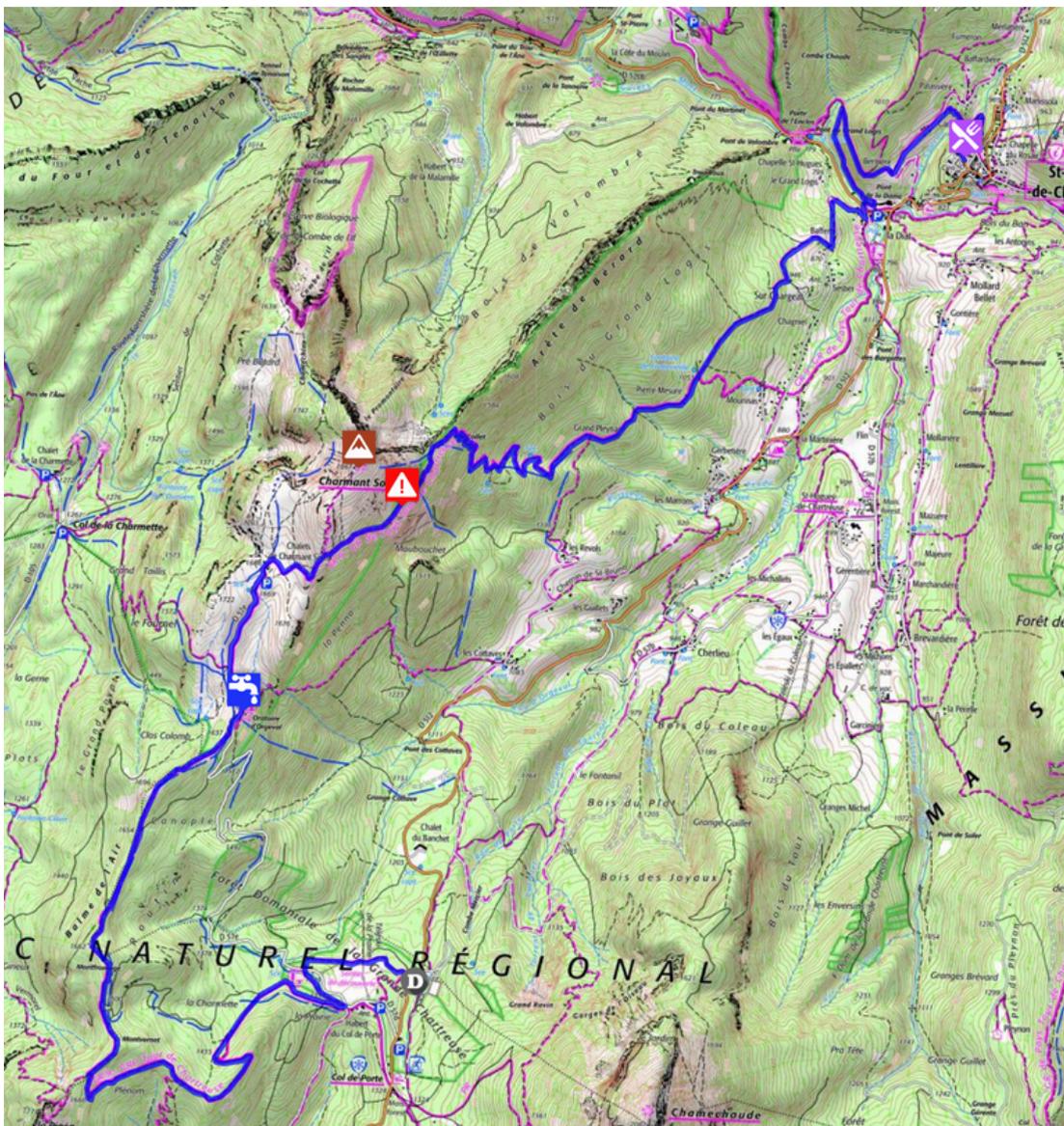
18 km



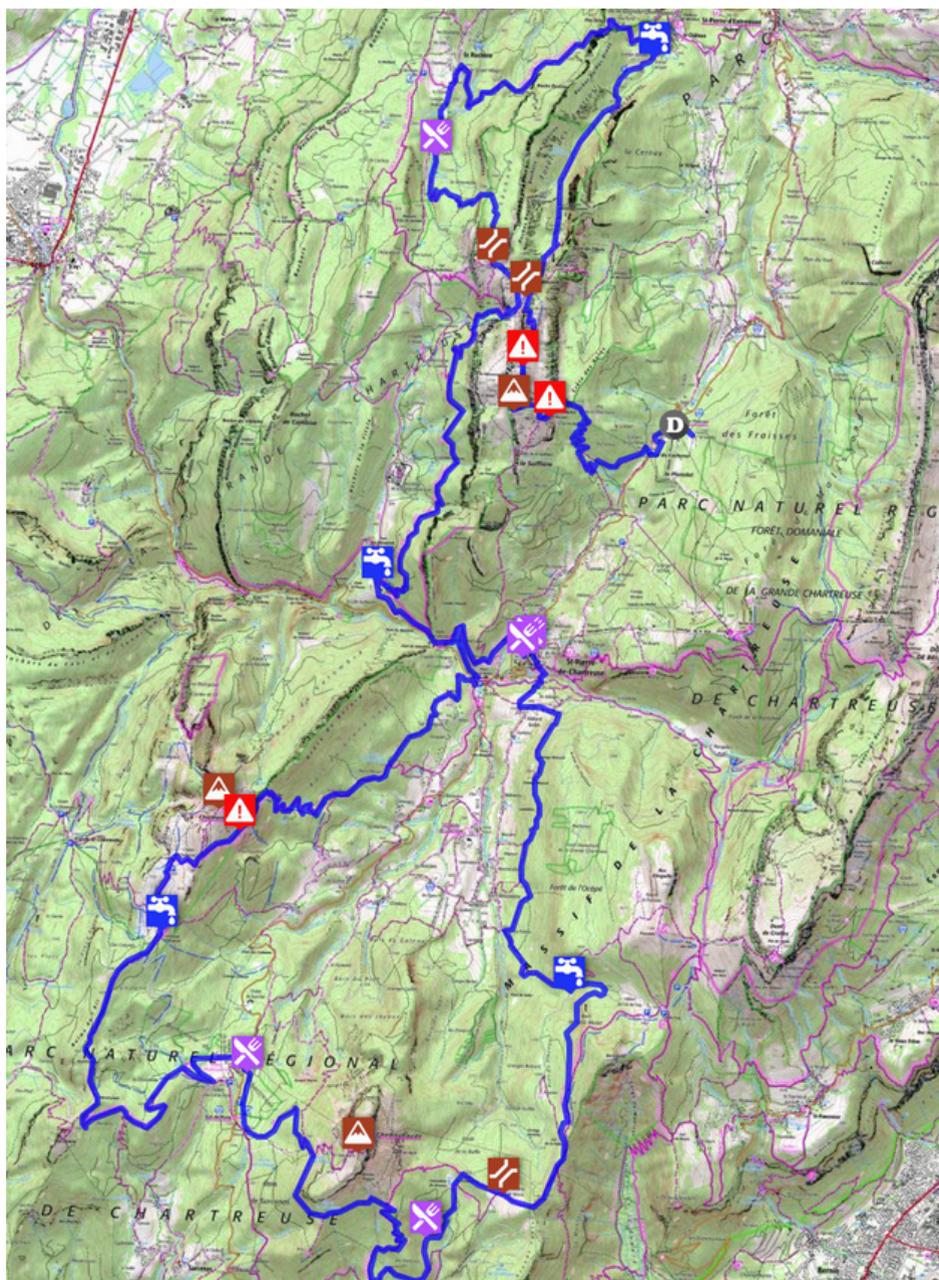
700m D+



1100m D+



# Ultra SOLO : 70km - 4 197m D+ / 4 397m D-



# À bientôt



au sein du massif  
de chartreuse



**Grand Duc**  
TRAIL DE CHARTREUSE