

# ROAD BOOK

## Trail Long

### Légende :

B= bitume

C= chemin

S= sentier

D= droite














G= gauche

KM	altitude	LIEU	Nature du chemin	Balises	Balises secondaires	observations
départ	661	Espace Lac		départ		
		Quai du Locle (Bord du Lac)	B			
		Suivre le parcours N°04 de la Station de Trail, jusqu'à la Station de Trail (Station de ski de la Mauselaine).	C	4		
		Traverser le parc.	C	4		
		Traverser l'avenue de la Ville de Vichy.	B	4		Utilisation du passage pour piétons
		Suivre la rue du Casino.	B	4		
		Traverser la rue Lucienne.	B	4		Utilisation du passage pour piétons
		Suivre la rue Reiterhart.	B	4		
		Prendre la rue François Mitterand à D.	B	4		
1		Place Albert Ferry, prendre à Gauche de la Fontaine.	B	4		
		Prendre la rue Charles de Gaulle à G.	B	4		
		Prendre la rue de la Promenade à D.	B	4		
		Traverser la rue Haute puis le chemin de la Rayée.	B	4		
		Prendre le sentier qui monte à la Roche du Rain à D.	S	4	▲	
1,5	720	La Roche du Rain.	S	4	▲	Se retourner pour le point de vue sur la ville
		Poursuivre tout droit en montant jusqu'à retrouver le bitume.	S	4	▲	

		Prendre le bitume à <b>G.</b> en descendant jusqu'à la première maison.	<b>B</b>			
		A l'angle de la maison prendre le chemin en montant à <b>D.</b>	<b>B</b>			
3	859	La Mauselaine : Front de Neige.	<b>C</b>			
3,2	865	Local et point de départ des parcours de la Station de Trail de Gerardmer.	<b>C</b>			
		Suivre le parcours N°01 Station de Trail, jusqu'à la jonction des pistes de ski de fond.	<b>C</b>			
<b>6,1</b>	<b>1050</b>	<b>Jonction des pistes de ski de fond</b>				<b>Séparation des parcours 55km-85km / Naturelle</b>
		Prendre le chemin en face sur 50m, et traverser le chemin suivant.	<b>C</b>			
		Trouver et descendre le sentier qui va vers Lispach et la roche Ferranti.	<b>S</b>			
	970	Traverser le Chemin de la Courbe - Passage à la Roche Ferranti.	<b>S</b>			
7,5	900	Arrivé au Chemin de Noire Basse, prendre à <b>D.</b>	<b>S</b>			
		Prendre la première à <b>G.</b> puis la monitrice tout de suite à <b>D.</b>	<b>S</b>			
		Suivre la monitrice pour retrouver les pistes de ski de fond à <b>G.</b> Attention passages très gras.	<b>S</b>			
	862	Suivre la piste de ski pour retrouver une passerelle qui traverse la route RD 34c.	<b>C</b>			
8		Prendre la passerelle puis à <b>G.</b> Longer le stand de tir jusqu'au chemin de Schlittage.	<b>C</b>			
		Prendre le sentier puis le gros chemin qui monte aux Champis à <b>D.</b>	<b>C</b>			
8,9	974	Suivre le chemin jusqu'à la deuxième grosse bifurcation à <b>G.</b> : Chemin du Sartory.	<b>C</b>			
		Suivre le chemin du Sartory (itinéraire balisé raquette dans l'autre sens) vers le refuge des Champis.	<b>C</b>			
		Juste avant un virage à 180° prendre le raccourci. Avant les Champis, patte d'oie avec une balise itinéraire raquette. Prendre la branche à <b>G.</b>	<b>C</b>			
10,5	1165	Au refuge des Champis, traverser la prairie en suivant le balisage jusqu'à l'aire d'envol de parapente.	<b>S</b>			<b>Point de vue sur les crêtes</b>
		Suivre la ligne de crêtes jusqu'au carrefour avec le sentier du conservateur.	<b>S</b>			
		Laisser la bifurcation et poursuivre tout droit jusqu'à la prochaine. Au panneau du club vosgien à <b>G.</b>	<b>S</b>			
11,5	1132	Prendre le sentier de la Bourrique jusqu'au Chemin Marchal.	<b>S</b>			
12,5		Prendre le Chemin Marchal à <b>G.</b> jusqu'à la bifurcation avec le chemin du conservateur.	<b>C</b>			
13,1	963	Prendre le sentier de Schlittage à <b>D.</b> pour rejoindre le Pont Jean d'Zoure	<b>S</b>			
14	802	Pont Jean d'Zoure.	<b>C</b>			<b>Jonction des parcours 55km/85km</b>
<b>15</b>	<b>836</b>	<b>Pont de Blancheemer.</b>			<b>Ravitaillement</b>	<b>Point de mise hors course +7H30</b>
		Monter le sentier qui va vers le lac de Blancheemer.	<b>S</b>			

16,5	984	Lac de Blancheimer, prendre le chemin de la droite du lac, puis au bout de 100 m prendre à <b>D.</b> le sentier qui rejoint le chemin du Grand Bougre.	S			
	1094	Prendre à <b>D.</b> le Chemin du Grand Bougre jusqu'au chemin du Génie.	C			
	1127	Chemin du Génie à <b>G.</b> jusqu'à retrouver le GR 531.	C			
18	1195	GR 531 à <b>G.</b> en montant jusqu'au sommet du Rainkopf.	S			
18,5	1305	Sommet du Rainkopf. GR 531 jusqu'à Firmiss.	S			Point de vue
19,5	1190	Firmiss. Après la ferme auberge prendre le sentier des névés jusqu'au pied du Hohneck.	S			Séparation des parcours 55km/85km
19,7	1240	Prendre le GR 531 à <b>D.</b>	S			
21	1230	Couper le chemin de la ferme du Kastellberg et suivre le sentier des névés jusqu'au pied du Hohneck.	S			
24		<b>Sortie des Wormspel à D.</b>	S			Jonction des parcours 55km/85km
24,5	1363	<b>Hohneck.</b>	S			Point de vue
		Direction Col du Falimont. Juste avant le Col à <b>G.</b>	S			
25,4		Prendre le sentier des Mulets jusqu'à la route des Crêtes : la Traverser et poursuivre sur le sentier.	S			
26,3		Prendre le 1er sentier à <b>G.</b> vers le refuge du Sotré.	S			
26,5	1150	<b>Le Sotré.</b>	Ravitaillement			
		Descendre vers le Col de Thiaville.	S			
26,7	1113	Au col de Thiaville poursuivre le chemin du Tour de la Bresse jusqu'à la station de ski de la Bresse-Vologne.	C			
30	922	Au niveau du rond Point, traverser la route vers les pistes de ski de fond.	C			
		Prendre le sentier des Contrebandiers en direction des Champis (sentier de <b>G.</b> ).	S			
31	1050	Au premier grand chemin prendre à droite jusqu'à un abri en bordure de chemin.	C			
31,5	1000	Retrouver le sentier Morel – Dielaine et le suivre en direction de Lispach.	S			
34,5	950	Peu après le tremplin de saut à ski de Lispach. Retrouver le GR.	C			
		Suivre le chemin jusqu'au parking en bord de la route RD 34 C.	C			
35	909	Prendre le passage souterrain et retrouver le sentier du tour du Lac de Lispach à <b>G.</b>	C			
35	909	<b>Lac de Lispach.</b>				
		Prendre le barrage et les passerelles en bois du tour de lac.	S			
		Suivre le Tour de Lac et retrouver l'itinéraire N°06 de la station de Trail.	S			
36,4	910	Prendre à <b>G.</b> en direction de la Roche des Vieux Chevaux et de la Chaume de Fachepremont.	S			

37,3	894	Roche des Vieux Chevaux. Prendre le sentier vers le lac de Longemer.	S			Point de vue
		Suivre le sentier jusqu'au chemin de la Basse de la Mine.	S			
38	820	Prendre à G. en direction du Collet de la Mine.	C			
39,4	930	Collet de la Mine à D. en direction du lac de Longemer.	S			
		Suivre l'itinéraire station de Trail N°06 jusqu'à proximité du lac.	S			
40,5	790	Au point Bas, entamer la remontée à G.	S			
		Prendre un sentier non balisé tout de suite à D.	S			
		Après une cinquantaine de mètres, retrouver un chemin qui descend à D. sur le lac.	S			
		Suivre le chemin jusqu'à la route RD 67a.	C			
		Traverser la route et prendre à G. : Lieu dit La Butte Billon. Prendre le sentier en bord de route. (100m).	S			
41	750	A la fin du pré se situant sur votre D. prendre le sentier qui descend vers le lac en bordure de pré.	S			
		Prendre le sentier du bord du Lac qui part à G. Suivre le sentier jusqu'au parking à l'angle du lac.	S			
42	736	<b>D67A Longemer (chemin 17 km)</b>	Ravitaillement			
		Traverser la route. A l'angle de la route des 17km prendre le parcours station de Trail N° 06 à G.	S			
		Suivre et prendre la sente qui monte droit dans la pente à D.	S			
	800	Retrouver le sentier supérieur et suivre le parcours station de Trail N° 06 jusqu'aux Plombes.	S			
43	870	Au lieu dit Les Plombes, prendre le sentier à G.	S			Point de vue
		Suivre le sentier qui surplombe la prairie jusqu'au balisage Trace Vosgienne à D. puis à D. puis à G.	S			
		Retrouver le chemin balisé par le Club Vosgien à G.	C			
		Toujours tout droit jusqu'à un chemin carrossable où l'on retrouve le parcours station de Trail N°06.	C			
44	950	Prendre le chemin à G. et le premier sentier à D.	S			
		Suivre le parcours station de Trail N°06.	S			
44,5	1030	En sortant de la forêt prendre à D.	C			
		Passage au dessus de la zone de captage d'eau	C			
		Piste de ski de fond bleue (24) de la Fontaine Ferry à G.	C			
		Piste de ski de fond rouge (27) de liaison à D. et retrouver l'itinéraire station de Trail N°04.	S			
		Suivre le parcours station de Trail N°04.	S			
47	1050	<b>Jonction des pistes de ski de fond.</b>				<b>Jonction des parcours 55km-85km et Natur'elle</b>

		Prendre en face et suivre les itinéraires station de Trail <b>1, 3, 4.</b> en direction de la tête de Grouvelin.	<b>C</b>			
47,5	1100	Lieu dit Carrefour des 3 Hêtres à <b>G.</b> une sente en sous bois : itinéraire balisé Raquette dans l'autre sens.	<b>S</b>			
		Rejoindre le sentier en provenance des pistes de ski de fond et à <b>D.</b> vers l'Auberge de Grouvelin.	<b>S</b>			
48	1055	Auberge de Grouvelin. prendre à <b>G.</b> l'itinéraire N° <b>03</b> de la station de Trail.	<b>S</b>			
49,5	1080	Suivre l'itinéraire N° <b>03</b> de la station de Trail jusqu'à la Roche des Bioquets.	<b>S</b>			
50	1050	Trouver le sentier à <b>D.</b> qui mène à la Croix Claude.	<b>S</b>			
	1031	Refuge de la Croix Claude. Suivre en descendant le sentier jusqu'à la route des 17km.	<b>S</b>			
		Route des 17km. Prendre à <b>D.</b> sur la route pendant environ 50m.	<b>B</b>			
51,5	895	Prendre le sentier raquettes à <b>G.</b> (passage en bordure d'une ferme en ruine).	<b>S</b>			
		Suivre le sentier raquettes jusqu'à la retrouver la route à proximité du Café « Le Joli Bois ».	<b>S</b>			
52,5	850	Prendre la route à droite en montant pour retrouver la route des 17km.	<b>B</b>			
		Traverser la route des 17 km et prendre le sentier qui monte au travers d'un parc à chevaux.	<b>S</b>			
52,6	881	Point Haut. Prendre le sentier en face en laissant l'itinéraire station de Trail sur notre <b>G.</b>	<b>S</b>			
		Prendre le sentier descendant non balisé jusqu'à rejoindre l'itinéraire N° <b>04</b> station de Trail.	<b>S</b>			
		Suivre l'itinéraire N° <b>04</b> jusqu'à la Chapelle de la Creuse.	<b>S</b>			
53,5	792	Traverser la route et suivre le sentier en montant jusqu'au lieu dit « Le Xette ».	<b>S</b>			
54	837	Poursuivre en descendant l'itinéraire N° <b>04</b> jusqu'à retrouver le bitume.	<b>S</b>			
54,6	785	Descendre vers le lac en empruntant le bitume par « La Passée du Renard ».	<b>B</b>			
55,5	680	Traverser la RD 486 par le passage pour piétons.	<b>B</b>			<b>Utilisation du passage pour piétons</b>
		Prendre le trottoir à <b>G.</b>	<b>B</b>			
		Prendre la ruelle des Mousses à <b>D.</b>	<b>B</b>			
		Complexe piscine patinoire. Traverser la ruelle prendre le gazon et longer la patinoire vers les tennis.	<b>B</b>			
		Tout droit vers le lac et immédiatement à <b>G.</b>	<b>B</b>			
<b>55,7</b>	<b>660</b>	<b>Arrivée Espace Lac</b>				