



LYON

4 & 5 SEPTEMBRE – 18^E ÉDITION

FREE

TOUT TERRAIN – TOUT URBAIN

BIKE

5 FORMULES RANDOS
DE 20 À 60 KM

DÉCOUVERTE	ROULER POUR ELLES	M	L	XL
------------	-------------------	---	---	----



P R O G R A M M E

INTRO

page
3

ZOOM SUR LES PARCOURS

page
5

POINTS REMARQUABLES

page
7, 8 & 9

PARTAGEZ SON AVENTURE

page
10

PLAN VILLAGE EXPOSANTS

page
11

LES INFOS PRATIQUES

page 11

MESURES ANTICOVID

page 12

NOS PARTENAIRES

page 13



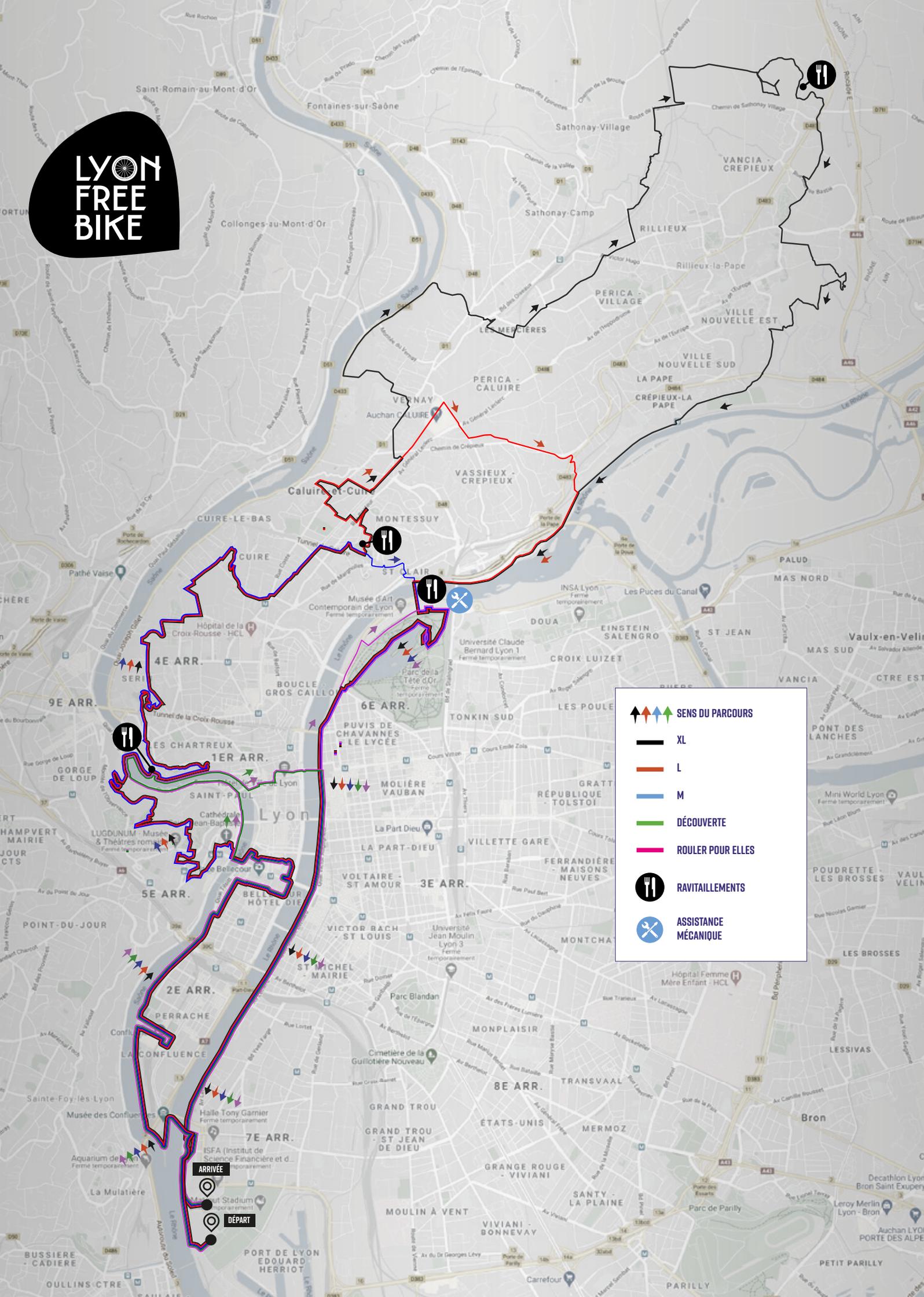
INTRO

Lyon va une nouvelle fois pouvoir prouver son amour du vélo les 4 et 5 septembre prochains avec la 18^e édition de Lyon free Bike. Depuis 2003, la Ville de Lyon et le Grand Lyon sont les partenaires fondateurs de cet événement. Le succès incroyable de ce concept de VTT urbain unique en Europe prouve que l'on a eu raison d'y croire. Quelle plus belle manière pour les milliers de participants, lyonnais ou « touristes », sportifs ou simples randonneurs, de découvrir ou de redécouvrir notre belle Cité et son patrimoine ? Cette année, 5 formules rando de 20 à 60 Km, tracées au cœur de l'agglomération et entièrement sécurisées,

vous permettront comme toujours de découvrir ou redécouvrir les plus beaux sites de la capitale des Gaules. L'ensemble des parcours empruntent des passages désormais emblématiques de l'événement (Les Subsistances, le parking des Célestins, piste de la Sarra, nombreuses ruelles et descentes d'escaliers typiques des collines Lyonnaises, ...). Soyez toutes et tous les bienvenus et profitez pleinement de ces randonnées cyclistes en site urbain pour découvrir toutes les joies de la petite reine dans les ruelles, les parcs et les endroits les plus insolites de notre magnifique ville, inscrite au patrimoine mondial de l'humanité de l'Unesco. Merci à tous les participants pour leurs efforts et leur sourire, merci aux centaines de bénévoles de Lyon VTT, du CT Lyon, de Courir POUR ELLES, de Lyon Mountain Trail et du Secours Populaire impliqués sur le terrain, merci aux nombreux services de la ville de Lyon et du Grand Lyon impliqués pleinement dans ce projet. Bon « Lyon Free Bike 2021 » à tous !



LYON FREE BIKE



SENS DU PARCOURS

- XL
- L
- M
- DÉCOUVERTE
- ROULER POUR ELLES

RAVITAILLEMENTS

ASSISTANCE MÉCANIQUE

LES PARCOURS



XL

- 🚩 Parc de gerland
- 🕒 Dim 05/09 - 07h30
- 📏 Distance : 60KM
- 📈 Dénivelé : 800 d+
- ✂️ 4 ravitaillements + arrivée
- Les Subsistances
- Fort de Montessuy
- Fort de Vancia
- Cité Internationale
- Arrivée



L

- 🚩 Parc de gerland
- 🕒 Dim 05/09 - 08h00
- 📏 Distance : 40KM
- 📈 Dénivelé : 550 d+
- ✂️ 3 ravitaillements + arrivée
- Les Subsistances
- Fort de Montessuy
- Cité Internationale
- Arrivée



M

- 🚩 Parc de gerland
- 🕒 Dim 05/09 - 08h45
- 📏 Distance : 30 km
- 📈 Dénivelé : 380 D+
- ✂️ 3 ravitaillements + arrivée
- Les Subsistances
- Cité Internationale
- Arrivée



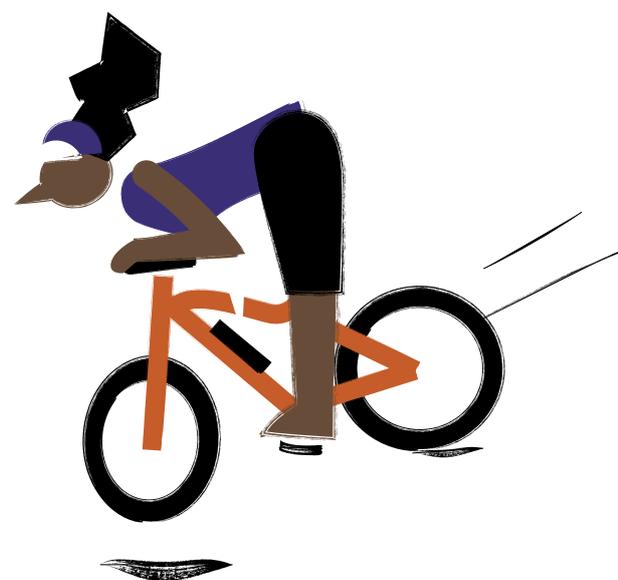
ROULER POUR ELLES

- 🚩 Parc de gerland
- 🕒 Dim 05/09 - 09h30
- 📏 Distance : 27 km
- 📈 Dénivelé : 0 D+
- ✂️ 3 ravitaillements + arrivée
- Les Subsistances
- Cité Internationale
- Arrivée



DÉCOUVERTE

- 🚩 Parc de gerland
- 🕒 Dim 05/09 - 10h00
- 📏 Distance : 20 km
- 📈 Dénivelé : 0 D+
- ✂️ 1 ravitaillement + arrivée
- Les Subsistances
- Arrivée



GARANTIE SPORTS LOISIRS

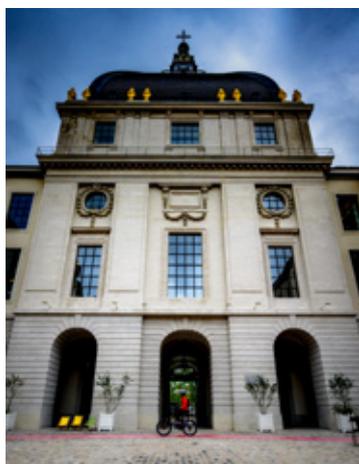
Si Jean-Loup a le **sourire**

...



... C'est parce qu'il est couvert quand
il pratique du sport, y compris pour son matériel sportif

LES SITES INCONTOURNABLES DE LYON FREE BIKE



© AGENCE KROS / REMI FABREGUE

1 GRAND HÔTEL DIEU

L'Hôtel-Dieu de Lyon, dont la construction a débuté au XII^e siècle, est l'un des plus grands bâtiments de la presqu'île de Lyon.

En 2007, il a été décidé de transférer ses services hospitaliers dans d'autres établissements afin de pouvoir restaurer ce site exceptionnel.

L'ensemble de l'édifice a été classé monument historique en 2011.

D'importants travaux de restauration ont eu lieu de 2010 à 2015, pour une utilisation hôtelière, muséale, commerciale et pour accueillir la cité de la gastronomie. Le site a réouvert en juin 2019.



© AGENCE KROS / REMI FABREGUE

2

PARKING DES CÉLESTINS

Ce parking souterrain, dont la construction s'est achevée en 1994, est situé sous la place et face au théâtre éponymes. Il été primé à l'époque pour la conception originale des architectes Michel Targe et Jean-Michel Wilmotte, inspirée des puits toscans, avec son fameux puits hélicoïdal de 22 m ajouré de baies, il offre une perspective visible depuis un périscope installé sur la place des Célestins.

...LE SPLENDEUR THÉÂTRE À L'ITALIENNE DES CÉLESTINS

Ouvert en 1792 et classé monument historique, conserve l'âme et les magnificences d'origine, mais les fantômes qui y rôdent profitent aujourd'hui, suite à sa récente rénovation, d'un meilleur confort et de moyens techniques modernes

3

PLACE SAINT JEAN

Cet espace pavé de 3500 m² ne représente rien de moins que la plus ancienne place de Lyon, le mamelon central du quartier Saint-Jean, et plus généralement

de tout le quartier du Vieux Lyon, inscrit au Patrimoine de l'humanité UNESCO. Elle abrite le parvis de la très belle cathédrale gothique Saint-Jean, construite entre le 12^e et le 15^e siècle. Il s'agit d'un des lieux touristiques les plus prisés de Lyon, pour la Cathédrale et son horloge astronomique du XIV^e siècle.



© AGENCE KROS / REMI FABREGUE

4

MONTÉE DU GOURGUILLON

Une des plus anciennes rues de Lyon et ses façades du XV^e siècle. Un incontournable.



© AGENCE KROS / REMI FABREGUE

5

LES RIVES DE SAÔNE

Nouvelle promenade piétonne continue au plus près de l'eau entre la Confluence et l'île Barbe, elles regroupent des espaces publics, des lieux de détente et des projets d'art public.



C'est
la rentrée, **Les**
associations
vous attendent!

grandlyon.com/associations



...bigbang.fr

**Sport,
culture,
loisirs,
solidarité...**

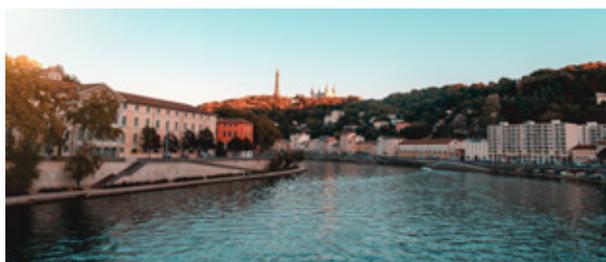
**Plus de 20 000 associations
vous proposent leurs activités
dans la Métropole.**

GRANDLYON
la métropole

6

PISTE DE LA SARRA

Vous allez avaler la piste de la Sarra. Anciennement dédiée au ski (si, si), cette large piste verte accueille une descente permanente de VTT réservée aux spécialistes (300 m de long, 10% de dénivelé) ainsi qu'un parc aventure. Un must en pleine ville !



© MITCHELL HENDERSON / UNSPLASH

8

LES SUBSISTANCES

Cet ancien couvent du XVII^e siècle est aujourd'hui un magnifique lieu culturel de diffusion et de production artistique. Ce site historique imposant, situé en rive de Saône, comprend 22 500 m² de bâtiments et 16 000 m² de terrain. Rénové à plusieurs reprises depuis 1997, il abrite aujourd'hui un laboratoire de création et, depuis 2007, l'École nationale des Beaux-Arts de Lyon. Une immersion insolite pour les participants de Lyon Free Bike, notamment dans la très belle Verrière, une vaste cour intérieure pavée de style Eiffel, dans laquelle un ravitaillement sera exceptionnellement proposé.

9

LE PARC DE LA CERISAIE (4,6 HA)

Ancien verger de cerisiers, abrite la discrète Villa Gillet, d'inspiration toscane. Ce parc très calme a la particularité d'abriter des statues contemporaines réalisées par des artistes tels que César, Takis, Markus Raetz ou encore Ulrich Ruuckriem.

10

FORT DE MONTESSUY

Construit entre 1831 et 1836 pour protéger la population contre des invasions, le fort n'a finalement jamais servi. Il appartient à la mairie de Caluire depuis 1972. Le fort est doté d'un vaste réseau de galeries souterraines pour compléter le dispositif défensif. Le parc qui l'entoure est occupé régulièrement par des promeneurs, des boulistes....

11

LA PLACE DES TERREAUX

Ses terrasses, la fontaine Bartholdi fraîchement restaurée, les 69 mini-fontaines de Buren, la cour de l'Hôtel de ville du XVIII^e et le musée des Beaux-Arts et sa cour intérieure (un coup d'oeil s'impose).

12

PLACE LOUIS PRADEL

Élu Maire de Lyon en 1957, Louis Pradel est resté 19 années à la tête de la ville. Bordée par l'Opéra et à quelques pas de l'Hôtel de Ville, cette place aménagée qui porte son nom est l'une des plus centrales de la ville. Elle est notamment très appréciée des skaters qui aiment à y glisser sur un béton polissé. Une rivière lumineuse traverse la place. Louis Pradel fût un maire dont les réalisations sont aujourd'hui contestées. Il tenta de moderniser l'architecture de la ville en «bétonnant» certains quartiers. L'échangeur de Perrache est l'une de Ses réalisations.



© BASTIEN MAS / UNFLASH

14

CITÉ INTERNATIONALE

Ce quartier récent de la ville de Lyon est situé entre une boucle du Rhône et le parc de la Tête d'or. Il occupe l'espace de l'ancienne foire de Lyon. Conçu par Renzo Piano, il est achevé en 2006. Le grand amphithéâtre est inauguré le même année, sur la grande place Raymond Barre,

maximale est de 43 degrés. Il fut inauguré en 1894 à l'occasion de l'exposition universelle puis reconstruit en 1934. Le vélodrome a été baptisé « vélodrome Georges-Prével » en 2006 en hommage à l'ancien président du Sprinter Club Croix-Rousse Caluire. Le court central du Tournoi de tennis de Lyon y est installé tous les mois de mai depuis 2017.



© AGENCE KROS / REMI FABREGUE

13

FORT DE VANCIA

Situé sur la commune de Rillieux-La-Pape, cet ancien ouvrage militaire de forme pentagonale, construit de 1872 à 1878, couvre environ 18 hectares sur le plateau de Vancia à 332 mètres d'altitude.

© DR

15

VÉLODRÔME DE LA TÊTE D'OR

Ce vélodrome situé dans le parc de la Tête d'or était à l'origine en terre battue, et aujourd'hui en chape de résine orange. La piste mesure 333,33 mètres pour 7 mètres de large. L'inclinaison

16

PARC DE LA TÊTE D'OR

On ne présente plus le parc de la Tête d'or, l'un des plus grands de France, ouvert dès 1857 avec ses 117 HA, ses grandes serres, ses roseraies, son étang, ses joggers et son jardin zoologique...



en
form
@Lyon

L'APPLI QUI CONNECTE
LA VILLE À VOS BASKETS

DÉCOUVREZ LES PARCOURS
RUNNERS CONFIRMÉS



Téléchargez l'application

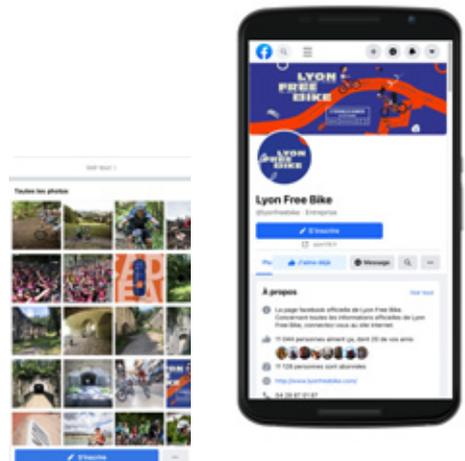


PARTAGER SON AVENTURE LYON FREE BIKE



FACEBOOK

Retrouvez les actus en live sur la page officielle
de Lyon Free Bikel



INSTAGRAM

Partagez votre course
avec le #lyonfreebike

LES INFOS PRATIQUES

PARC DE GERLAND

PETITE PRAIRIE
Allée Pierre de Coubertin
69007 LYON

RETRAIT DES DOSSARDS ET VILLAGES PARTENAIRES

SAMEDI 04/09

09h/18h00

DIMANCHE 05/09

06h30 jusqu'au départs des courses



Exemple de signalétique le long du parcours.

SIGNALÉTIQUE À SUIVRE



DANGER

Comme son nom l'indique, danger ! Il faut redoubler de précautions : trous en formation dans la chaussée, rails de tramway glissants, escaliers...

Regardez où vous posez les roues. Attention aux obstacles urbains : trottoirs, bornes, poteaux, marches.



DESCENTE DIFFICILE

Certaines pentes sont raides, voire très raides ! Ne vous laissez pas embarquer, maîtrisez votre vitesse. Dans les descentes difficiles (escaliers...) ou certaines montées, serrez à droite.



NE TOMBEZ PAS DANS L'EAU

Les bas-ports longeant le Rhône et la Saône sont parfois étroits et glissants. Ne roulez pas trop près du bord ! Vous risquez de terminer dans l'eau !



ATTENTION PIÉTONS

Certaines portions sont très fréquentées, y compris par les piétons. Merci de respecter le code de la route ainsi que les piétons.



ATTENTION VOITURES

Vous allez traverser certaines voies de circulation, même si la plupart sont sécurisées par des signaleurs. Faites attention aux voitures.

Attention : sur les portions ouvertes à la circulation, vous devez respecter le code de la route et rouler à droite.

SIGNALÉTIQUE

Tout au long du parcours vous trouverez des panneaux avec la couleur de votre parcours vous indiquez le chemin à emprunter.



* Parcours Découverte

* Parcours Rouler POUR ELLES



ASSISTANCE MÉCANIQUE

Dés équipes seront présentes sur le ravitaillement de la Cité Internationale pour vous assurer une aide en cas de problèmes mécaniques sur votre vélo.

VEILLES A RESPECTER LE CODE DE LA ROUTE !

Adaptez votre vitesse à l'environnement et ne vous mettez pas en danger, ni les autres participants, cyclistes et piétons rencontrés sur le parcours. N'empruntez que les portions qui vous sont réservées.

Adaptez votre vitesse et anticipez vos déplacements, SVP !

CASQUE ET PLAQUE DE CADRE

Tous les participants doivent porter un casque et fixer sur leur guidon la plaque de cadre fournie par l'organisation. C'est votre sauf-conduit pour l'ensemble du parcours et pour pénétrer dans les parties privées.





ANTICOVID

MESURES



POUR RETIRER MA PLAQUE DE GUIDON, PÉNÉTRER DANS LA ZONE VILLAGE ET PRENDRE LE DÉPART, JE PRÉSENTE MON PASS SANITAIRE.

Le contrôle du Pass sanitaire est obligatoire pour les participants de plus de 18 ans uniquement, ou tout autre visiteur.

Le contrôle se fera à l'extérieur d'une zone barrière (village d'accueil et zone d'accès espace départ/arrivée). POUR TOUS (bénévoles, staff, partenaires, participants accompagnateurs, c'est pass-sanitaire obligatoire).

Le public n'aura pas accès à cette zone délimitée, mais pourra se placer librement à proximité de la zone départ/Arrivée.

LE PASS SANITAIRE, C'EST :

Un certificat de vaccination (schéma vaccinal complet avec 2 injections) format papier ou QR code via l'application « Tous Anti Covid » (le certificat est désormais valide 1 semaine après la seconde injection).

Pour les personnes ayant déjà été contaminées au Covid-19 et donc, n'ayant besoin que d'une injection, le pass sanitaire est obtenu deux semaines après celle-ci.

Si vous avez été contaminé par le COVID il y a moins de six mois, vous pouvez obtenir le pass sanitaire avec le résultat de votre test. Les contaminés avant fin mars en sont exclus.

Un test PCR ou antigénique de moins de 72 heures pour les autres

Les personnes qui ne seront pas en capacité de présenter leur Pass sanitaire ne seront pas autorisées à retirer leur plaque de guidon et à prendre le départ.

MERCI DE VOTRE COMPRÉHENSION !



**PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE
(LIGNE DE DÉPART / ZONE D'ARRIVÉE GERLAND) HORMIS SUR LE PARCOURS.**

PARTENAIRE PRINCIPAL



PARTENAIRES OFFICIELS



FOURNISSEUR OFFICIEL



PARTENAIRES MÉDIA



SUPPORTERS OFFICIELS



ORGANISATEUR & COORDINATEUR



ASSOCIATION SOLIDAIRE





**6 & 7
NOV.
2021**

**lyon
urban
trail**

WEEK-END

BY DAY

**DE 6 À 37 KM
CHRONO / RANDO
lyonurbantrail.com**

