



# PLAN randonnées

ÉTÉ 2020

HIKING MAP SUMMER 2020

## OFFICE DE TOURISME TOURIST OFFICE

+33 (0)4 76 89 92 65  
info@chamrousse.com  
www.chamrousse.com

## RÉGIE DES REMONTÉES MÉCANIQUES LIFTS ADMINISTRATION

+33 (0)4 76 59 09 09  
www.ski.chamrousse.com

MÉTÉO MONTAGNE MOUNTAIN WEATHER FORECASTS  
+33 (0)8 997 102 38 (2,99€/appel)

REFUGE LA PRA: +33 (0)4 76 89 94 60  
REFUGE JEAN COLLET: +33 (0)4 76 08 39 23

SECOURS EN MONTAGNE MOUNTAIN RESCUE

Chamrousse plus proche de vous!



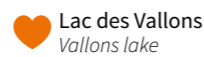
# PARCOURS DE RANDONNÉE HIKING TRAILS

## 1 CHAMROUSSE 1750 ▶ LAC DES VALLONS

**DÉPART** Office de Tourisme 1750 - Roche Béranger  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750 - Roche Béranger

2,1 km 45 min. 50 m

Juin à novembre  
June to November



## 2 CHAMROUSSE 1650 ▶ PLATEAU DE L'ARSELLE

**DÉPART** Office de Tourisme 1650 - Recoïn  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650 - Recoïn

4,4 km 1h30 115 m

Mai à novembre  
May to November



### VARIANTES DE L'ITINÉRAIRE VARIATIONS

## CHAMROUSSE 1650 ▶ CHAMROUSSE 1750

**DÉPART** Office de Tourisme 1650 - Recoïn  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650 - Recoïn

2 km 45 min. 100 m

**ENFANTS** : demandez le Parcours du petit montagnard aux Offices de Tourisme (jeu de piste gratuit).  
**CHILDREN** : ask for the Little mountain dweller track at the Tourist Offices (free paper chase).

## CHAMROUSSE 1750 ▶ PLATEAU DE L'ARSELLE

**DÉPART** Office de Tourisme 1750 - Roche Béranger  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750 - Roche Béranger

4 km 1h15 130 m

## 3 TOUR DU PLATEAU DE L'ARSELLE

**DÉPART** Salle hors-sac du Plateau de l'Arselle (1620m)  
**DEPARTURE** Picnic room of the Arselle plateau (1620m)

3,6 km 1h15 80 m

Mi-juin à octobre **Attention** : milieu humide  
Mid June to October **Be careful**: wetland

Découverte de la Tourbière de l'Arselle et vue sur le Taillefer  
Exploration of the Arselle peatbog and view of the Taillefer

## 4 CHAMROUSSE 1750 ▶ LAC ACHARD

**DÉPART** Office de Tourisme 1750 - Roche Béranger  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750 - Roche Béranger

2,8 km 1h30 200 m

Mi-juin à octobre **Attention** : Découverte des pins cembro  
Mid June to October **Be careful**: Discovery of Swiss pines

## 5 TOUR DE CHAMROUSSE

**DÉPART** Office de Tourisme 1650 ou 1750  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650 or 1750

8,3 km 3h 340 m

Mi-juin à octobre **Attention** : pas de balisage  
Mid June to October **Be careful**: no signposting

Découverte des alpages - Pique-nique au lac des Vallons  
Discovery of the alpine pasture - Picnic area at the Vallons lake

## 6 BOUCLE DES RAMETTES

**DÉPART** Office de Tourisme 1650 - Recoïn  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650 - Recoïn

3,5 km 1h15 220 m

Mai à novembre **Attention** : passages vertigineux, ne pas pratiquer par temps de pluie  
May to November **Be careful**: dizzy passages, do not practice in rainy weather

Point de vue sur la vallée  
View of Grenoble valley

## 7 CHAMROUSSE 1650 ▶ L'AIGUILLE

**DÉPART** Office de Tourisme 1650 - Recoïn  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650 - Recoïn

0,7 km 35 min. 190 m

Mai à novembre **Attention** : Aire de décollage parapente  
May to November **Be careful**: Paragliding takeoff site

## 8 PLATEAU DE L'ARSELLE ▶ LAC ACHARD

**DÉPART** Salle hors-sac du Plateau de l'Arselle (1620m)  
**DEPARTURE** Picnic room of the Arselle plateau (1620m)

2,5 km 1h30 300 m

Mi-juin à octobre **Attention** : Découverte de la flore  
Mid June to October **Be careful**: Discovery of the flora

## 9A CHAMROUSSE 1650 ▶ LAC DES POURETTES

**DÉPART** Office de Tourisme 1650 - Recoïn  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650 - Recoïn

2,3 km 1h20 220 m

Juin à octobre **Attention** : Forêt de pins cembro  
June to October **Be careful**: Swiss pines forest

## 9B LAC DES POURETTES ▶ LACS ROBERT

**DÉPART** Lac de Porettes (1819m)  
**DEPARTURE** Porettes lake (1819m)

1,8 km 55 min. 180 m

Juillet à octobre **Attention** : Lacs d'altitude  
July to October **Be careful**: Mountain lakes

**LÉGENDE** Rando familiale Family hike  
Distance Distance  
DIFFICULTÉ TECHNIQUE TECHNICAL LEVEL  
Coup de cœur Must see  
Durée\* Duration\*  
EFFORT PHYSIQUE PHYSICAL EFFORT  
Dénivelé Vertical drop  
Facile Easy  
Moyen Medium  
Difficile Difficult  
Très difficile Very difficult  
Période conseillée Advised period  
\* Temps aller = allure familiale: 3km/h et 200m de dénivelé/h  
\*One way time = family pace: 3km/h and 200m (variation in height)/h

## 10 CHAMROUSSE 1650 ▶ LACS ROBERT

**DÉPART** Office de Tourisme 1650 - Recoïn  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650 - Recoïn

3,4 km 1h40 370 m

Juillet à octobre **Attention** : passages rocheux  
July to October **Be careful**: stony passages

Lac d'altitude - Pêche aux Lacs Robert (permis requis)  
Mountain lake - Fishing in the Robert lakes (with licence)

## 11 CHAMROUSSE 1750 ▶ CROIX DE CHAMROUSSE

**DÉPART** Office de Tourisme 1750 - Roche Béranger  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750 - Roche Béranger

3,9 km 1h45 500 m

Juillet à octobre (selon l'enneigement)  
July to October (according to snow conditions)

Vue imprenable sur le Vercors, la Chartreuse, l'Oisans et Belledonne  
Unobstructed views over the mountains

## 12 LAC ACHARD ▶ CROIX DE CHAMROUSSE

**DÉPART** Lac Achard (1917m)  
**DEPARTURE** Achard lake (1917m)

2,7 km 1h30 / 1h10 333 m

Mi-juin à octobre **Attention** : passages caillouteux  
Mid June to October **Be careful**: stony passages

Vue panoramique sur le Taillefer  
Panoramic view of the Taillefer

## 13 BOUCLE DES LACS ROBERT

**DÉPART** Arrivée de la Télécabine (2250m)  
**DEPARTURE** Gondola's arrival (2250m)

4,8 km 45 min. / 1h15 250 m

Juin à octobre (selon l'enneigement)  
June to October (according to snow conditions)

**Attention** : passages rocheux délicats sous le col des Lessines  
**Be careful**: rocky passages under col des Lessines

Observation des marmottes - Pêche (permis requis)  
Marmot observation - Fishing (with licence)

## 14 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ REFUGE DE LA PRA

**DÉPART** Arrivée de la Télécabine de la Croix (2250m)  
**DEPARTURE** Gondola's arrival (2250m)

6,4 km 3h 280 m

Mi-juin à octobre (selon l'enneigement)  
Mid June to October (according to snow conditions)

**Attention** : passages rocheux et torrents  
**Be careful**: rocky passages and torrents

Découverte des lacs d'altitude et de la haute montagne  
Discovery of the mountain lakes and of high mountain

## 15 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ CASCADE DE L'OURSIERE

**DÉPART** Arrivée de la Télécabine de la Croix (2250m)  
**DEPARTURE** Gondola's arrival (2250m)

4,6 km 2h15 800 m

Mi-juin à octobre **Attention** : Pique-nique dans la prairie  
Mid June to October **Be careful**: Picnic in the grass

## 16 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ LES VANS

**DÉPART** Arrivée de la Télécabine de la Croix (2250m)  
**DEPARTURE** Gondola's arrival (2250m)

2,5 km 1h30 350 m

Juin à octobre **Attention** : Observation des bouquetins  
June to October **Be careful**: Ibex observation

## 17 LA GAFFE ▶ CASCADE DE L'OURSIERE

**DÉPART** La Gafe (1100m)  
**DEPARTURE** La Gafe (1100m)

2,9 km 1h30 420 m

Mi-juin à octobre **Attention** : Cascade et vue panoramique  
Mid June to October **Be careful**: Waterfall and panoramic view

### VARIANTE DE L'ITINÉRAIRE VARIATION

## SEIGLIÈRES ▶ CASCADE DE L'OURSIERE

**DÉPART** Les Seiglières (1065m)  
**DEPARTURE** Les Seiglières (1065m)

4,5 km 2h 455 m

## 18 BOUCLE DU LAC ACHARD

ITINÉRAIRES ITINERARIES 4 / 5 + 8

5,3 km 3h 200 m

## 19 TOUR DES LACS DE CHAMROUSSE

**DÉPART** Office de Tourisme 1750 - Roche Béranger  
**DEPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750 - Roche Béranger

11,5 km 6h 940 m

Mi-juin à octobre **Attention** : Lacs naturels d'altitude  
Mid June to October **Be careful**: Natural mountain lakes



# PLAN DE RANDONNÉE

## HIKING MAP

### RECOMMANDATIONS DO'S AND DON'TS

**En montagne, le temps peut changer très rapidement et les orages peuvent être très violents. Renseignez-vous sur la météo avant de partir.**  
*In mountain, the weather can change quickly and the thunderstorms can be violent. Don't forget to enquire about the weather forecasts before leaving.*

**Une balade en montagne nécessite toujours un équipement adapté : chaussures de marche, vêtements chauds, lunettes de soleil, crème solaire, eau et en-cas (et n'abandonnez pas vos déchets en montagne).**  
*A mountain stroll requires suitable equipment: hiking shoes, warm clothes, sunglasses, sun cream, water and snack (don't leave your rubbish in the mountain).*

**Évitez de partir en randonnée seul et veillez à toujours prévenir quelqu'un de votre itinéraire et heure de retour. Ne surestimez pas vos capacités physiques ni celles de vos enfants.**  
*Avoid leaving alone and always keep somebody informed about where you are going and when you plan to return.*

**La montagne est un espace naturel partagé : alpagistes, service d'exploitation, chasseurs, randonneurs, vététistes, cavaliers... Soyez respectueux.**  
*Many people share the natural spaces. Respect each other.*

**Pour protéger la faune et la flore, restez sur les sentiers. N'oubliez pas de refermer les clôtures après votre passage et ne laissez pas votre animal sans surveillance.**  
*To protect fauna and flora, keep to the path. Don't forget to close the fences after you and don't leave your animal unattended.*

**ÉTOILES DE LA RANDO**  
**HIKING STARS**

Étoile d'or Gold star ▶ Lacs Robert  
 Étoile d'argent Silver star ▶ Lac Achard  
 Étoile de bronze Bronze star ▶ Lac des Vallons

**Flocon vert** Green flake  
 Pour celui qui ramassera les déchets sur le lieu de randonnée.  
 If you collect rubbish found during your hike.

En vente aux Offices de Tourisme

### SIGNALÉTIQUE SIGNAGE

#### POTEAU DIRECTIONNEL SIGNPOST

**Recoïn** 1650m  
 BAGUE DE LIEU DIT LOCALITY RING

**BUT DE PROMENADE** WALKING DESTINATION  
**LAME DIRECTIONNELLE** DIRECTION STRIP

**LA SOURCE** 45mn 2,3 km →  
**Les Ramettes** 10mn 0,6 km →

**▲ PROCHAIN CARREFOUR** NEXT CROSSROAD  
**▲ ITINÉRAIRE UNIQUEMENT PIÉTON** ITINERARY ONLY ACCESSIBLE TO PEDESTRIANS

#### SIGNALISATION SIGNS

La signalétique est mise en place par la Communauté de communes du Grésivaudan et par le Département de l'Isère. This guide map corresponds to the signposting implemented by the Community of local districts in Grésivaudan and the department of Isère.

Nom de carrefour sur la carte = poteau directionnel sur le terrain. Name of crossroads on the map = signpost on the spot.

À chaque carrefour sont indiqués :  
 • les principaux lieux accessibles par les sentiers  
 • les distances restantes à parcourir  
 • le nom et la distance du prochain carrefour  
 At each crossroads you will find an indication: main places accessible by footpaths/remaining distances/home and distance to the next crossroads.

#### Itinéraire de Grande Randonnée - Long-distance footpath

**GR**

continuité path this way	changement de direction change of direction	mauvaise direction wrong direction

**Sentier de Pays - Circular trail**  
**GRP**

continuité path this way	changement de direction change of direction	mauvaise direction wrong direction

**Itinéraire de Promenade et Randonnée - Short walking footpath**  
**PR**

continuité path this way	changement de direction change of direction	mauvaise direction wrong direction

Contact pour les problèmes de balisage, de signalétique ou d'entretien : Mairie de Chamrousse - 04 76 89 90 21.  
 Signposting, marking or maintenance problem: Chamrousse town council at +33 (0)4 76 89 90 21.

### LÉGENDE KEY

#### SENTIERS PATHS

- Route départementale ou communale Local or departmental road
- Itinéraire de Grande Randonnée (GR®) Long distance footpath
- Sentier balisé Promenade & Randonnée (PR®) ou Grande Randonnée de Pays (GRP®) PR® or GRP® marked footpath
- Carrefour avec poteau directionnel Crossroads with signpost
- Point de départ ou d'arrivée Point of departure or arrival
- Sentier non balisé ou ancien sentier Unmarked or former footpath

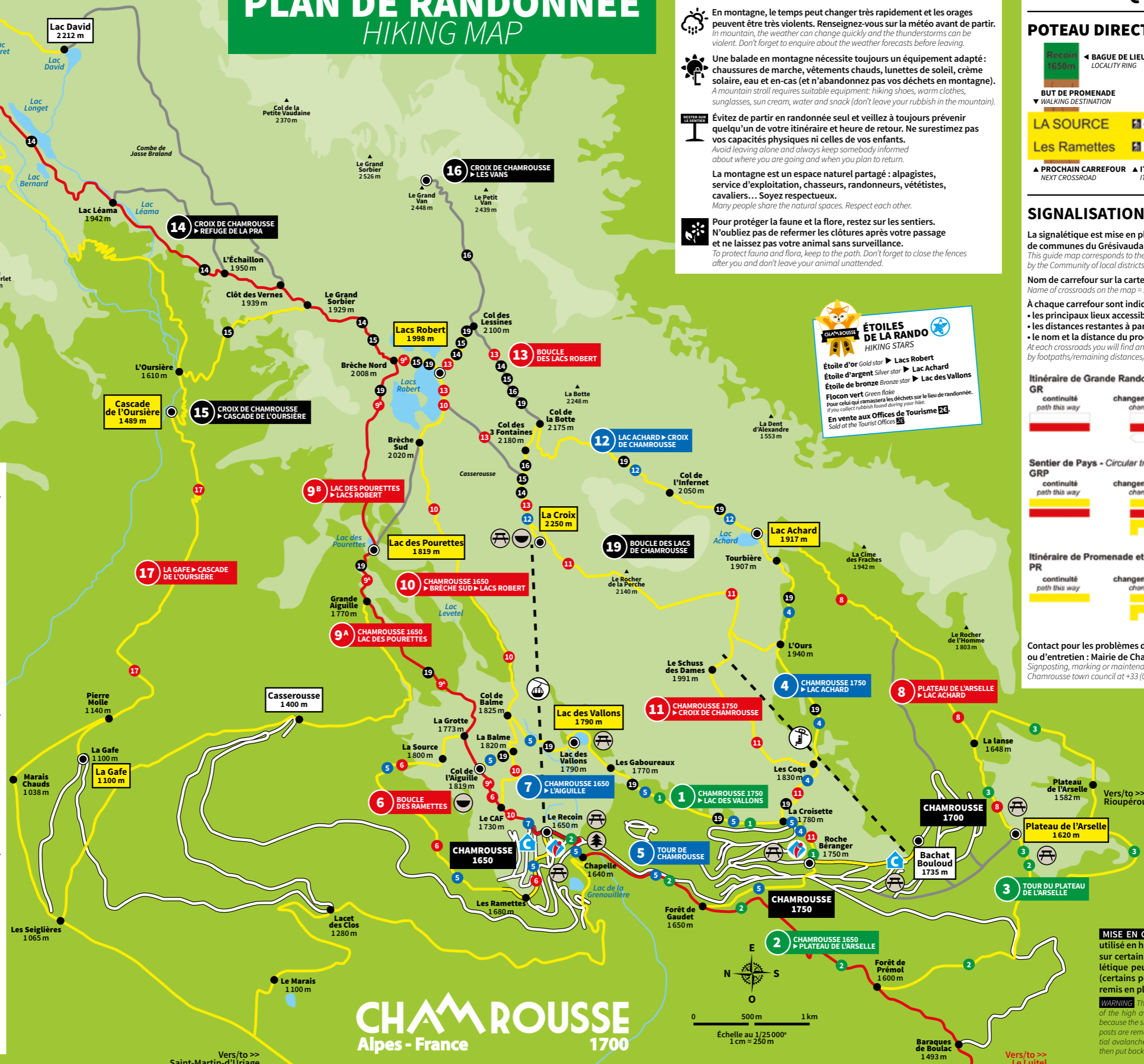
- Office de Tourisme Tourist Office
- Parking Parking
- Aire de pique-nique Picnic area
- Table d'orientation Orientation table
- Arboretum Arboretum
- Refuge gardé Supervised refuge

#### REMONTÉS MÉCANIQUES LIFTS

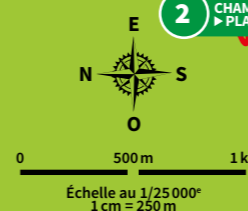
- Remontées mécaniques ouvertes Open lifts
- Vente forfaits VTT/piétons Tickets sale
- Télécabine\* Gondola\*
- Télesiège\* Chairlift\*

\* Remontées mécaniques accessibles aux personnes à mobilité réduite.  
 \* Lifts available to disabled people.

Les informations sur cette carte sont données à titre indicatif et peuvent être soumises à modifications.  
 This map is supplied for information only and can be subject to change.



**CHAMROUSSE**  
 Alpes - France 1700



**MISE EN GARDE** Ce carto-guide ne doit pas être utilisé en hiver. En raison du fort risque d'avalanche sur certains secteurs situés en montagne, la signalétique peut être incomplète en période hivernale (certains poteaux sont démontés à l'automne puis remis en place au printemps).

**WARNING** This guide map must not be used in winter. Because of the high avalanche risk in certain mountain areas, but also because the signposting may be incomplete in winter (some signposts are removed in autumn because they are located on potential avalanche tracks or on the skiing area. These signposts are then put back in spring).