



CHAMROUSSE

PLAN randonnées

ÉTÉ 2023

HIKING MAP SUMMER 2023

CHAMROUSSE

ALPES-FRANCE 1700

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)9 88 28 16 69
REFUGE JEAN COLLET: +33 (0)4 76 08 39 23

112 SECOURS EN MONTAGNE MOUNTAIN RESCUE

Chamrousse plus proche de vous!



1 CHAMROUSSE 1750 ▶ LAC DES VALLONS

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

1,9 km 45 min. (1) 90 m / 40 m

Juin à novembre June to November Lac des Vallons Vallons lake

2 CHAMROUSSE 1650 ▶ PLATEAU DE L'ARSELLE

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

4,2 km 1h30 (1) 150 m / 160 m

Mai à novembre May to November Balade en forêt Stroll in the forest

VARIANTES VARIATIONS

CHAMROUSSE 1650 ▶ CHAMROUSSE 1750

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

1,6 km 40 min. (1) 90 m / 10 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

3,9 km 1h (1) 100 m / 220 m

3 TOUR DU PLATEAU DE L'ARSELLE

DÉPART Salle hors-sac du Plateau de l'Arselle (1,620 m)
DEPARTURE Picnic room of the Arselle plateau (1,620m)

3,6 km 1h15 100 m / 100 m

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

Tourbière de l'Arselle & vue sur le Taillefer
Exploration of the Arselle peatbog & view of the Taillefer

4 TOUR DE LA CROIX DE CHAMROUSSE

DÉPART Arrivée Télécabine de la Croix (2250 m)
DEPARTURE Gondola's arrival (2,250m)

2,9 km 1h30 110 m / 110 m

Juin à octobre - Attention : passages vertigineux
June to October - Be careful: dizzy passages

Belvédères et passerelle himalayenne
Belvederes and the Himalayan footbridge

CHAMROUSSE

HIKE PARK

DÉTAILS DES ITINÉRAIRES FOOTPATH DETAILS

5 CHAMROUSSE 1750 ▶ LAC ACHARD

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

2,5 km 1h30 (1) 220 m / 30 m

Mi-juin à octobre Mid June to October Découverte des pins cembro Discovery of Swiss pines

6 LAC ACHARD ▶ CROIX DE CHAMROUSSE

DÉPART Lac Achard (1917 m)
DEPARTURE Achard lake (1,917m)

2,6 km 1h30 (1) 330 m / 10 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

7 TOUR DE CHAMROUSSE

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

6 km 2h 340 m / 340 m

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

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

8 CHAMROUSSE 1650 ▶ L'AIGUILLE

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

0,8 km 35 min. (1) 160 m / -

Mai à novembre May to November Aire de décollage parapente Paragliding takeoff site

VARIANTE VARIATION

L'AIGUILLE ▶ BELVÈDÈRE #CHAMROUSSE

0,2 km 10 min. (1) 40 m / 10 m

9 CHAMROUSSE 1650 ▶ LACS ROBERT [BRÈCHE NORD]

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

4,1 km 2h15 (1) 470 m / 90 m

Juillet à octobre July to October Lacs d'altitude et pins cembro Mountain lakes and Swiss pines

VARIANTE VARIATION

CHAMROUSSE 1650 ▶ LAC DES POURETTES

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

2,5 km 1h20 (1) 220 m / 50 m

10 PLATEAU DE L'ARSELLE ▶ LAC ACHARD

DÉPART Salle hors-sac du Plateau de l'Arselle (1,620 m)
DEPARTURE Picnic room of the Arselle plateau (1,620m)

2,7 km 1h50 (1) 310 m / 20 m

Mi-juin à octobre Mid June to October Découverte de la flore Discovery of the flora

11 BOUCLE DU LAC ACHARD

ITINÉRAIRES ITINERARIES 5 + 10

7,1 km 3h 330 m / 340 m

12 BOUCLE DES RAMETTES

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

3,8 km 1h35 190 m / 190 m

Mai à novembre May to November Attention : ne pas pratiquer par temps de pluie
Attention: do not practice in rainy weather

Point de vue sur la vallée
View of Grenoble valley

13 CHAMROUSSE 1650 ▶ LACS ROBERT [BRÈCHE SUD]

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

3,5 km 1h40 (1) 410 m / 50 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)

14 CHAMROUSSE 1750 ▶ CROIX DE CHAMROUSSE

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

3,8 km 1h45 (1) 510 m / 10 m

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

Vue à 360° sur Vercors, Chartreuse, Oisans et Belledonne
360° view over the mountains

15 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ LACS ROBERT

DÉPART Arrivée Télécabine de la Croix (2250 m)
DEPARTURE Gondola's arrival (2,250m)

2 km 50 min. (1) 20 m / 230 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: delicate rocky passages under col des Lessines

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

VARIANTE VARIATION

SOUS LE TÉLÉSIÈGE DES LACS ROBERT

1,6 km 45 min. (1) 10 m / 250 m

Attention : passages vertigineux et absence de balisage
Be careful: vertiginous passages and no markings

16 PARKING DE L'OURSIÈRE ▶ CASCADE DE L'OURSIÈRE

DÉPART Parking cascade de l'Oursière (1100 m)
DEPARTURE Cascade de l'Oursière park (1,100m)

3,4 km 1h30 (1) 540 m / 50 m

Mi-juin à octobre Mid June to October Cascade & vue panoramique Waterfall & panoramic view

Attention : passages de ruisseaux délicats
Be careful: delicate stream crossings

VARIANTE VARIATION

DEPUIS LES SEIGLIÈRES

DÉPART Les Seiglières (1065 m)
DEPARTURE Les Seiglières (1,065m)

5 km 2h (1) 640 m / 90 m

TARIFS REMONTÉES MÉCANIQUES LIFT PRICES

FORFAITS ÉTÉ 2023 SUMMER PRICES 2023	Adulte Adult	Enfant (2) Child (2)
Aller simple Single trip	8,50€	7€
Aller-retour Round-trip	11€	8,50€

(2) Forfait gratuit pour les enfants nés en 2018 et après, délivré au guichet 1650 seulement.

(2) Free pass for children born in 2018 and after, delivered at the lift office in 1650 only.

17 CHAMROUSSE 1650 ▶ REFUGE DE LA PRA

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

9 km 5h (1) 915 m / 475 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

VARIANTE VARIATION

DEPUIS LA CROIX DE CHAMROUSSE

DÉPART Arrivée Télécabine de la Croix (2250 m)
DEPARTURE Gondola's arrival (2,250m)

6,4 km 3h (1) 330 m / 460 m

18 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ CASCADE DE L'OURSIÈRE

DÉPART Arrivée Télécabine de la Croix (2250 m)
DEPARTURE Gondola's arrival (2,250m)

4,5 km 2h15 (1) 40 m / 790 m

Mi-juin à octobre Mid June to October Pique-nique dans la prairie Picnic in the grass

19 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ LES VANS

DÉPART Arrivée Télécabine de la Croix (2250 m)
DEPARTURE Gondola's arrival (2,250m)

2,5 km 2h (1) 350 m / 160 m

Juin à octobre June to October Bouquetins & vue panoramique Ibex observation & panoramic view

Attention : passages vertigineux et absence de balisage

20 TOUR DES LACS DE CHAMROUSSE

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

11,7 km 6h 710 m / 710 m

Mi-juin à octobre Mid June to October Lacs naturels d'altitude Natural mountain lakes

LÉGENDE KEY

EFFORT PHYSIQUE
PHYSICAL EFFORT

Facile Easy Moyen Medium
Difficile Difficult Très difficile Very difficult

DIFFICULTÉ TECHNIQUE
TECHNICAL LEVEL

Facile Easy Moyen Medium
Difficile Difficult Très difficile Very difficult

INFORMATIONS PRATIQUES
PRACTICAL INFORMATION

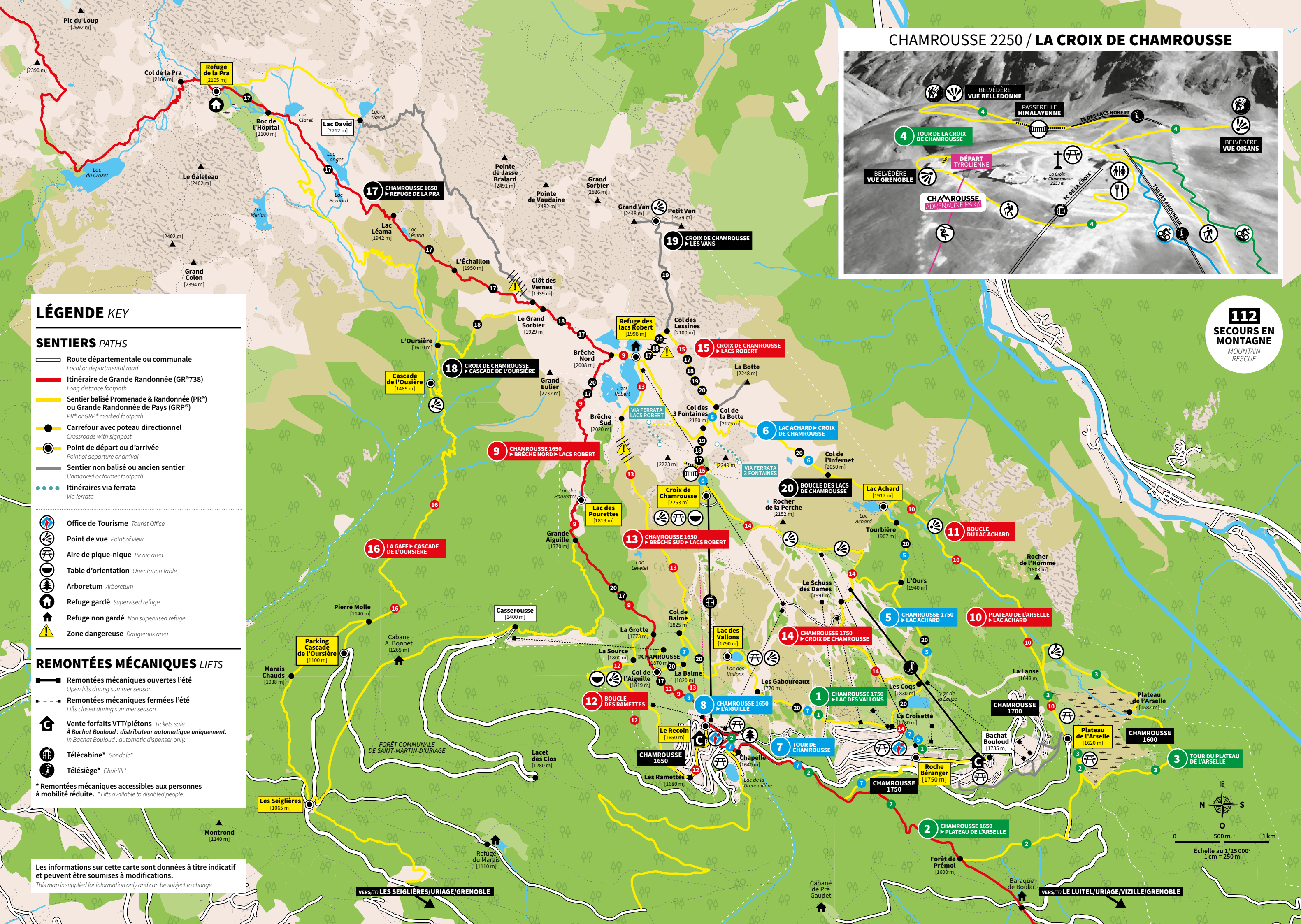
Rando familiale Family hike Coup de cœur Must see
Distance Distance Dénivelé Elevation gain

Durée (1) = Temps aller seulement
Duration (1) = One way time only

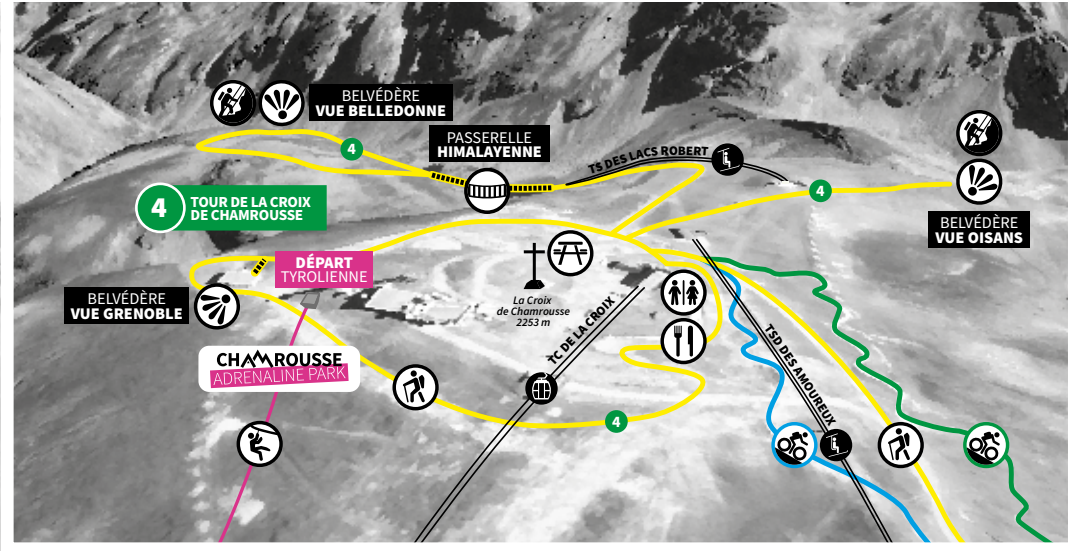
Durée basée sur une allure familiale: 3km/h, 200m (dénivelé)/h
Duration based on family pace: 3km/h and 200m (variation in height)/h

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
Floccon vert Green floc
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 : 2,50€.
Sold at the Tourist Offices: 2.50€.

CHAMROUSSE
HIKE PARK ▶ PLAN AU DOS



CHAMROUSSE 2250 / LA CROIX DE CHAMROUSSE



SIGNALÉTIQUE SIGNAGE

POTEAU DIRECTIONNEL SIGNPOST

Recoin 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/name and distance to the next crossroads.

GR | Itinéraires de Grande Randonnée Long-distance footpath

Continuité Path this way

Changement de direction Change of direction

Mauvaise direction Wrong direction

GRP | Sentiers de Pays Circular trail

Continuité Path this way

Changement de direction Change of direction

Mauvaise direction Wrong direction

PR | Itinéraires de Promenade et Randonnée Short walking footpath

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.

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. Do not forget to enquire about the weather forecasts before leaving.

Une balade en montagne nécessite un équipement adapté: chaussures de marche, vêtements chauds, lunettes de soleil, crème solaire, eau et en-cas. Merci de rapporter vos déchets!

A mountain stroll requires suitable equipment: hiking shoes, warm clothes, sunglasses, sun cream, water and snacks. Please bring your rubbish back!

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, vétérinaires, 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 fermer les clôtures après votre passage et ne laissez pas votre animal sans surveillance.

To protect fauna and flora, keep to the path. Do not forget to close the fences after you and don't leave your animal unattended.

Merci de respecter les consignes spécifiques aux espaces naturels sensibles (bivouacs, feu, baignade) tels que le lac Achard ou le plateau de l'Arselle (arrêtés municipaux et panneaux aux abords des espaces)

Please respect the specific instructions for sensitive natural areas (camping, fire, swimming) such as the Achard lake or the Arselle plateau (municipal by-laws and signs around the areas).

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 et remis 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).

LÉGENDE KEY

SENTIERS PATHS

- Route départementale ou communale Local or departmental road
- Itinéraire de Grande Randonnée (GR®738) 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
- Itinéraires via ferrata Via ferrata

- Office de Tourisme Tourist Office
- Point de vue Point of view
- Aire de pique-nique Picnic area
- Table d'orientation Orientation table
- Arboretum Arboretum
- Refuge gardé Supervised refuge
- Refuge non gardé Non supervised refuge
- Zone dangereuse Dangerous area

REMONTÉES MÉCANIQUES LIFTS

- Remontées mécaniques ouvertes l'été Open lifts during summer season
- Remontées mécaniques fermées l'été Lifts closed during summer season
- Vente forfaits VTT/piétons Tickets sale À Bachat Bouloud : distributeur automatique uniquement. In Bachat Bouloud : automatic dispenser only.
- Télécabine* Gondola*
- Télésiège* 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.