



PLAN randonnées

ÉTÉ 2019

HIKING MAP SUMMER 2019

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 92 68 02 38 (0,34 €/MIN)

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
DÉPARTURE Tourist Office Chamrousse 1750 - Roche Béranger

2,1 km 45 min. 50 m

Juin à novembre Lac des Vallons
June to November Vallons lake

2 CHAMROUSSE 1650 ▶ PLATEAU DE L'ARSELLE

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

4,4 km 1h30 115 m

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

VARIANTES DE L'ITINÉRAIRE VARIATIONS

CHAMROUSSE 1650 ▶ CHAMROUSSE 1750

DÉPART Office de Tourisme 1650 - Recoïn
DÉPARTURE 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
DÉPARTURE 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)
DÉPARTURE 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
DÉPARTURE Tourist Office Chamrousse 1750 - Roche Béranger

2,8 km 1h30 200 m

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

5 BACHAT BOULLOUD ▶ LAC ACHARD

DÉPART Télésiège Bachat Bouloud (1735m)
DÉPARTURE Bachat Bouloud chairlift (1735m)

2,2 km 1h30 205 m

Mi-juin à octobre Attention: passages rocheux
Mid June to October Be careful: rocky passages

Découverte de la flore
Discovery of the flora

6 TOUR DE CHAMROUSSE

DÉPART Office de Tourisme 1650 ou 1750
DÉPARTURE 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

7 BOUCLE DES RAMETTES

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

3,5 km 1h15 220 m

Mai à novembre Attention: passages vertigineux
May to November Be careful: dizzy passages

Point de vue sur la vallée
View of Grenoble valley

8 CHAMROUSSE 1650 ▶ L'AIGUILLE

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

0,7 km 35 min. 190 m

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

9 PLATEAU DE L'ARSELLE ▶ LAC ACHARD

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

2,5 km 1h30 300 m

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

10^A CHAMROUSSE 1650 ▶ LAC DES POURETTES

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

2,3 km 1h20 220 m

Juin à octobre Forêt de pins cembro
June to October Swiss pines forest

10^B LAC DES POURETTES ▶ LACS ROBERT

DÉPART Lac de Porettes (1819m)
DÉPARTURE Porettes lake (1819m)

1,8 km 55 min. 180 m

Juillet à octobre Lacs d'altitude
July to October Mountain lakes

11 CHAMROUSSE 1650 ▶ LACS ROBERT

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

3,4 km 1h40 370 m

Juillet à octobre

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

12 CHAMROUSSE 1750 ▶ CROIX DE CHAMROUSSE

DÉPART Office de Tourisme 1750 - Roche Béranger
DÉPARTURE 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

13 LAC ACHARD ▶ CROIX DE CHAMROUSSE

DÉPART Lac Achard (1917m)
DÉPARTURE 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

14 BOUCLE DES LACS ROBERT

DÉPART Arrivée de la Télécabine (2250m)
DÉPARTURE 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)

15 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ REFUGE DE LA PRA

DÉPART Arrivée de la Télécabine de la Croix (2250m)
DÉPARTURE 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

16 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ CASCADE DE L'OURSIERE

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

4,6 km 2h15 800 m

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

17 CROIX DE CHAMROUSSE ▶ LES VANS

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

2,5 km 1h30 350 m

Juin à octobre Observation des bouquetins
June to October Ibex observation

18 LA GAFFE ▶ CASCADE DE L'OURSIERE

DÉPART La Gaffe (1100m)
DÉPARTURE La Gaffe (1100m)

2,9 km 1h30 420 m

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

VARIANTE DE L'ITINÉRAIRE VARIATION

SEIGLIÈRES ▶ CASCADE DE L'OURSIERE

DÉPART Les Seiglières (1065m)
DÉPARTURE Les Seiglières (1065m)

4,5 km 2h 455 m

19 BOUCLE DU LAC ACHARD

ITINÉRAIRES ITINERARIES 4 / 5 + 9

5,3 km 3h 200 m

20 TOUR DES LACS DE CHAMROUSSE

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

11,5 km 6h 940 m

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

LÉGENDE KEY

Rando familiale Family hike Coup de cœur Must see EFFORT PHYSIQUE PHYSICAL EFFORT Facile Easy Moyen Medium Difficile Difficult Très difficile Very difficult Distance Distance Durée* Duration* Dénivelé Vertical drop Période conseillée Advised period DIFFICULTÉ TECHNIQUE TECHNICAL LEVEL Facile Easy Moyen Medium Difficile Difficult

* Temps aller = allure familiale: 3km/h et 200m de dénivelé/h *One way time = family pace: 3km/h and 200m (variation in height)/h

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.

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 ▲ ITINÉRAIRE UNIQUEMENT PIÉTON
 NEXT CROSSROAD 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

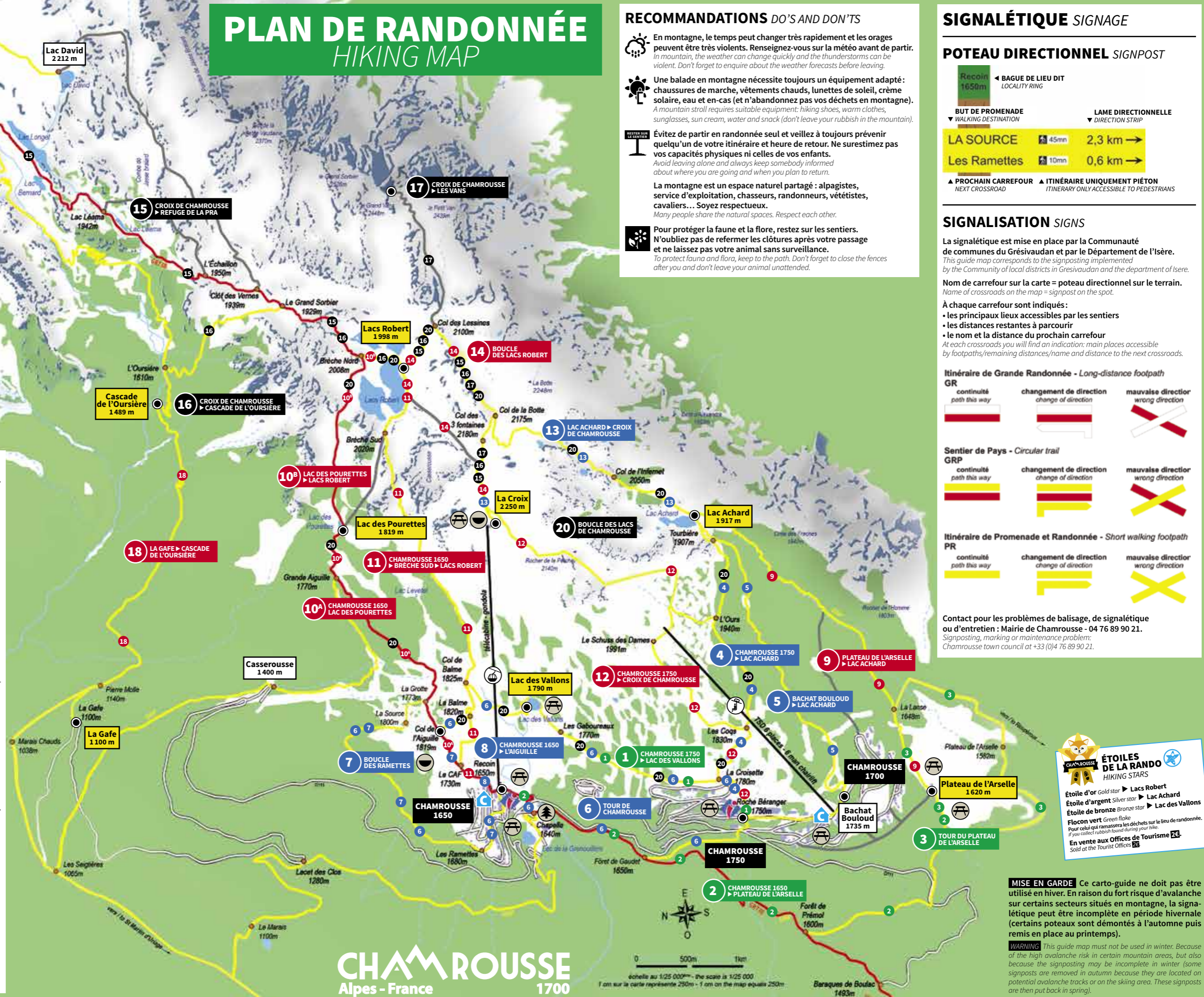
- Office de Tourisme Tourist Office
- Parking Parking
- Aire de pique-nique Picnic area
- Table d'orientation Orientation table
- Arboretum Arboretum
- Refuge gardé Supervised refuge

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.



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 2€ Sold at the Tourist Offices 2€

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, 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).

CHAMROUSSE
 Alpes - France 1700

échelle au 1:25 000 - the scale is 1:25 000
 1 cm sur la carte représente 250m - 1 cm on the map equals 250m