



## 1 LAC DES VALLONS

**DÉPART** Office de Tourisme 1750/Roche Béranger  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750/Roche Béranger

1,9 km  
3,8 km [AR] 45 min.  
1h20 [AR] 90 m  
40 m

Lac des Vallons  
Vallons lake

## 2 PLATEAU DE L'ARSELLE par LE SENTIER DE LIAISON

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

4,2 km  
8,4 km [AR] 1h30  
2h50 [AR] 150 m  
160 m

Balade en forêt  
Stroll in the forest

### VARIANTES VARIATIONS

## PLATEAU DE L'ARSELLE depuis CHAMROUSSE 1750

**DÉPART** Office de Tourisme 1750/Roche Béranger  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750/Roche Béranger

3,9 km  
7,8 km [AR] 1h  
2h20 [AR] 70 m  
160 m

### Liaison CHAMROUSSE 1650/1750

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

1,6 km  
3,2 km [AR] 40 min.  
1h [AR] 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)

## 3 TOUR DU PLATEAU DE L'ARSELLE

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

3,3 km 1h15 100 m  
100 m

**Attention !** Milieu humide/Espace naturel sensible  
**Be careful!** Wetland/Sensitive natural area  
Tourbière de l'Arselle et vue sur le Taillefer  
Exploration of the Arselle peatbog and view of the Taillefer

## 4 TOUR PANORAMIQUE DE LA CROIX DE CHAMROUSSE

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

2,9 km 1h30 110 m  
110 m

**Attention !** Passages vertigineux  
**Be careful!** Dizzy passages  
Ouverture de la télécabine de 9h15 à 17h  
Gondola opening from 9.15am to 5pm

Belvédères et passerelle himalayenne  
Belvederes and the Himalayan footbridge

# CHAMROUSSE HIKE PARK

## DÉTAILS DES ITINÉRAIRES FOOTPATH DETAILS

## 5 LAC ACHARD depuis ROCHE BÉRANGER

**DÉPART** Office de Tourisme 1750/Roche Béranger  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750/Roche Béranger

2,6 km  
5,2 km [AR] 1h30  
2h30 [AR] 220 m  
30 m

Découverte des pins cembro  
Discovery of Swiss pines

## 6 TOUR DE CHAMROUSSE

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

6 km 2h 340 m  
340 m

**Attention !** Pas de balisage continu  
**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

## 7 L'AIGUILLE

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

0,7 km  
1,4 km [AR] 25 min.  
45 min. [AR] 160 m  
-

Aire de décollage parapente  
Paragliding takeoff site

### POUR ALLER PLUS LOIN TO GO FURTHER

## BELVÉDÈRE #CHAMROUSSE depuis L'AIGUILLE

0,3 km  
0,6 km [AR] 15 min.  
20 min. [AR] 40 m  
10 m

## TARIFS REMONTÉES MÉCANIQUES LIFT PRICES

| FORFAITS ÉTÉ 2025<br>SUMMER PRICES 2025 | Adulte<br>Adult | Enfant <sup>(1)</sup><br>Child |
|---|-----------------|--------------------------------|
| Aller simple Single trip                | 10,50 €         | 8,50 €                         |
| Aller-retour Round-trip                 | 13 €            | 10 €                           |

(1) Forfait gratuit pour les enfants nés en 2020 et après,  
délivré au guichet 1650 seulement.  
(1) Free pass for children born in 2020 and after,  
delivered at the lift office in 1650 only.

## 8 LACS ROBERT par LA BRÈCHE NORD

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

4 km  
8 km [AR] 2h  
3h30 [AR] 440 m  
90 m

Lacs d'altitude et pins cembro  
Mountain lakes and Swiss pines

### SUR L'ITINÉRAIRE ON THE WAY

## LAC DES POURETTES

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

2,3 km  
4,6 km [AR] 1h10  
2h [AR] 200 m  
70 m

## 9 LAC ACHARD depuis L'ARSELLE

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

2,7 km  
5,4 km [AR] 1h45  
2h45 [AR] 300 m  
20 m

Découverte de la flore  
Discovery of the flora

## 10 BOUCLE DU LAC ACHARD

**ITINÉRAIRES ITINERARIES** 5 + 9 + LIAISON

7,1 km 3h 330 m  
340 m

## 11 BOUCLE DES RAMETTES

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

3,8 km 1h35 190 m  
190 m

**Attention !** Ne pas pratiquer par temps de pluie  
**Be careful!** Do not practice in rainy weather  
Point de vue sur la vallée  
View of Grenoble valley

## 12 CROIX DE CHAMROUSSE depuis RECOIN

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

5 km  
10 km [AR] 2h  
3h30 [AR] 600 m  
40 m

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



## 13 CROIX DE CHAMROUSSE depuis ROCHE BÉRANGER

**DÉPART** Office de Tourisme 1750/Roche Béranger  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750/Roche Béranger

5,3 km  
10,6 km [AR] 3h  
5h [AR] 550 m  
40 m

Passage au lac Achard  
Passage to Achard lake

### VARIANTE VARIATION

## CROIX DE CHAMROUSSE par LES CRÊTES

**DÉPART** Office de Tourisme 1750/Roche Béranger  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1750/Roche Béranger

3,8 km  
7,6 km [AR] 1h45  
3h [AR] 510 m  
10 m

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

## 14 LACS ROBERT par LES LESSINES

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

2 km  
3,6 km [AR]\* 50 min.  
2h15 [AR]\* 20 m  
230 m

**Attention !** Passages vertigineux  
**Be careful!** Vertiginous passages  
Ouverture de la télécabine de 9h15 à 17h  
Gondola opening from 9.15am to 5pm

Observation des bouquetins - Pêche (permis requis)  
Ibex observation - Fishing (with licence)

\* Retour par la variante et inversement.  
\* Return by variation and vice versa.

### VARIANTE VARIATION

## Par LA PISTE (SOUS LE TÉLÉSIÈGE)

1,6 km 45 min. 10 m  
250 m

## 15 CASCADE DE L'OURSIÈRE

**DÉPART** Parking cascade de l'Oursière (1,100 m)  
**DÉPARTURE** Cascade de l'Oursière park (1,100 m)

2,9 km  
5,8 km [AR] 1h30  
2h45 [AR] 420 m  
50 m

**Attention !** Passages de ruisseaux délicats  
**Be careful!** Delicate stream crossings  
Cascade et passages rafraîchissants  
Waterfall and refreshing passages

### VARIANTE VARIATION

## Depuis LES SEIGLIÈRES (accès bus)

**DÉPART** Les Seiglières (1,065 m)  
**DÉPARTURE** Les Seiglières (1,065 m)

4,5 km 2h 510 m  
90 m

### POUR ALLER PLUS LOIN TO GO FURTHER

## PLATEAU DE L'OURISÈRE depuis LA CASCADE

0,6 km 20 min. 110 m  
10 m

Ruisseau et flore  
Stream and flora

## 16 LACS ROBERT par LA BRÈCHE SUD

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

3,5 km  
7 km [AR] 1h40  
3h [AR] 410 m  
50 m

**Attention !** Passages rocheux délicats  
**Be careful!** Delicate rocky passages  
Lac d'altitude - Pêche aux Lacs Robert (permis requis)  
Mountain lake - Fishing in the Robert lakes (with licence)

## 17 REFUGE DE LA PRA

**DÉPART** Office de Tourisme 1650/Recoin  
**DÉPARTURE** Tourist Office Chamrousse 1650/Recoin

9 km  
18 km [AR] 5h  
9h [AR] 915 m  
415 m

**Attention !** Passages rocheux  
**Be careful!** Rocky passages  
**Attention !** Ne pas s'approcher du troupeau (patous)  
**Be careful!** Stay away from the herd (protecting dogs)  
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 (2,250 m)  
**DÉPARTURE** Gondola's arrival (2,250 m)

6,4 km  
12,8 km [AR] 3h  
6h30 [AR] 330 m  
460 m

Ouverture de la télécabine de 9h15 à 17h  
Gondola opening from 9.15am to 5pm

## 18 LES VANS

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

2,5 km  
5 km [AR] 2h  
3h30 [AR] 350 m  
160 m

**Attention !** Passages vertigineux et absence de balisage  
**Be careful!** Vertiginous passages and no signposting  
Bouquetins et vue panoramique  
Ibex observation and panoramic view

Ouverture de la télécabine de 9h15 à 17h  
Gondola opening from 9.15am to 5pm

## 19 TOUR DES LACS DE CHAMROUSSE

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

11,7 km 6h 710 m  
710 m

Lacs naturels d'altitude  
Natural mountain lakes

# CHAMROUSSE HIKE PARK



VOIR PLAN AU DOS  
SEE MAP ON THE BACK



112  
SECOURS EN  
MONTAGNE  
MOUNTAIN  
RESCUE

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
- Itinéraire de haute-montagne  
High-mountain 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
- Espace naturel sensible Sensitive natural area
- Refuge gardé Supervised refuge
- Refuge non gardé Non supervised refuge
- Zone dangereuse Dangerous area
- Attention patou Beware herding dog

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  
TSD La Bérangère : distributeur automatique uniquement.  
La Bérangère chairlift : automatic dispenser only.
- Télécabine\* Gondola\*
- Télésiège\* Chairlift\*

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

Ce plan n'est pas aussi précis qu'une carte IGN et ne saurait s'y substituer. Les informations sont données à titre indicatif et peuvent être soumises à modifications.  
This map is not as accurate as an IGN map and cannot replace it. Information is given for guidance only and may be subject to change.



CHAMROUSSE 2250 / LA CROIX DE CHAMROUSSE



ÉTOILES DE LA RANDO  
HIKING STARS

Étoile d'or Gold star ► Lac 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 : 3 €.  
Sold at the Tourist Offices: €3.



SIGNALÉTIQUE SIGNAGE

POTEAU DIRECTIONNEL SIGNPOST

- Recoin 1650m  
BAGUE DE LIEU DIT LOCALITY RING
- BUT DE PROMENADE  
WALKING DESTINATION
- LAME DIRECTIONNELLE  
DIRECTION STRIP
- LA SOURCE 1 45mn 2,3 km →  
Les Ramettes 1 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

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, vététistes, cavaliers... Soyez respectueux. 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.

Many people share the natural spaces. Respect each other. 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).

Les patous qui protègent les troupeaux de moutons peuvent parfois s'avérer dangereux. Restez à distance.

Dogs protecting sheep herds can sometimes be dangerous. Stay away.

MISE EN GARDE Ce plan 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 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).