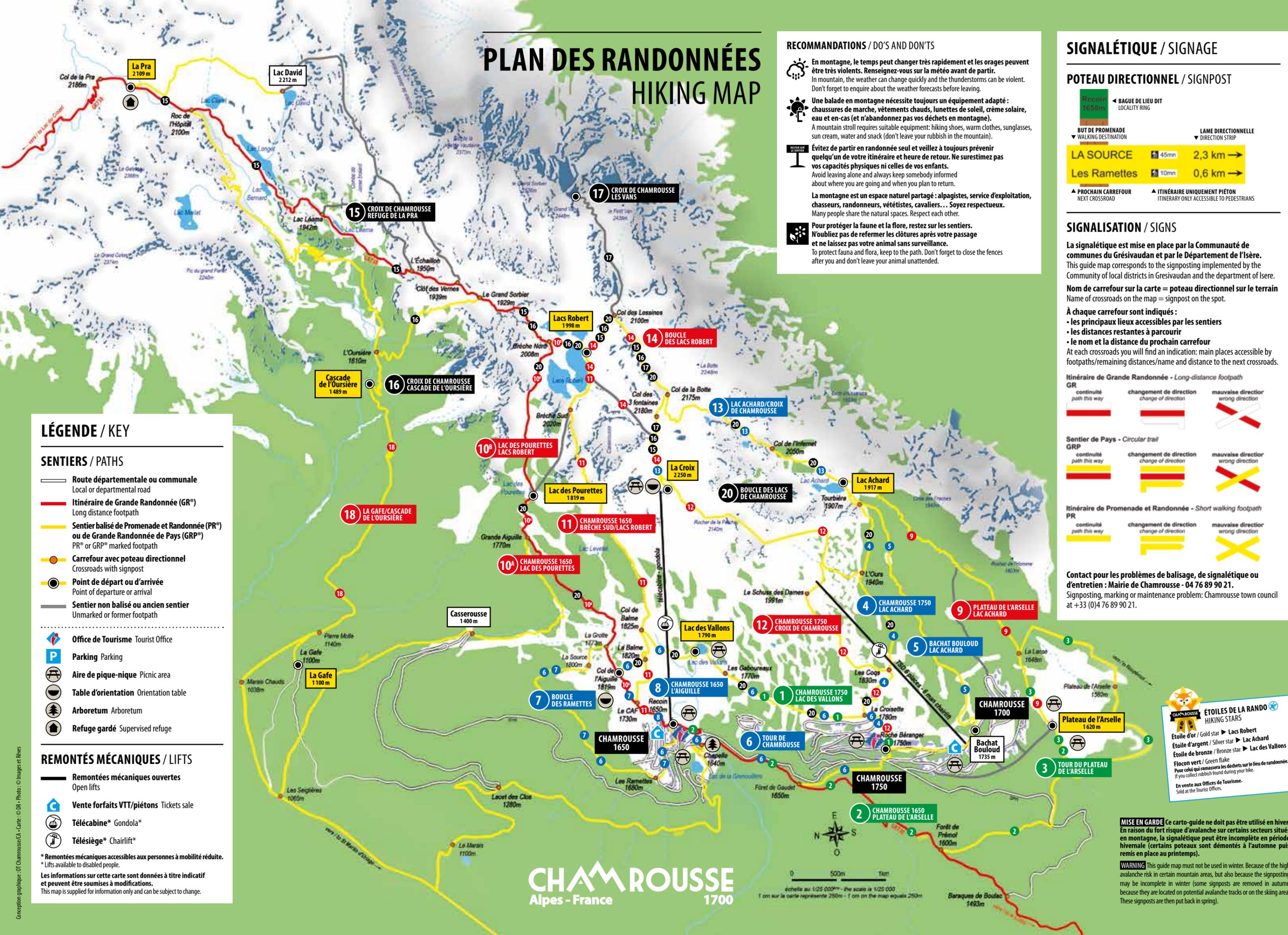


# PLAN DES RANDONNÉES HIKING MAP



## 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

**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.

### 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 de Promenade et Randonnée (PR®) ou de 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\*
- Télesiege\* 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 ▶ 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.  
Sold at the Tourist Offices.

**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).



CHAMROUSSE Alpes - France 1700

CHAMROUSSE HIKING MAP

# PARCOURS DE RANDONNÉE / HIKING TRAILS

**LÉGENDE / KEY**

**Rando familiale** Family hikes **Coup de cœur** Coup of cœur **EFFORT PHYSIQUE** PHYSICAL EFFORT **Facile** Easy **Moyen** Average **Difficile** Difficult **Très difficile** Very difficult

**Distance** Distance **Temps\*** Temps\* **Dénivelé** Dénivelé **Période conseillée** Advised period **DIFFICULTÉ TECHNIQUE** DIFFICULTY TECHNIQUE **Facile** Easy **Moyen** Average **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

## 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

Lac des Vallons  
Vallons lake

## 2 CHAMROUSSE 1650/PLATEAU DE L'ARSELLE

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

4,4 km 1h30 115 m

Mai à novembre  
May to November

Balade en forêt  
Stroll in the forest

### VARIANTES DE L'ITINÉRAIRE / VARIATIONS

#### CHAMROUSSE 1650 - CHAMROUSSE 1750

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

2 km 45 min. 100 m

Demandez le Parcours du Petit Montagnard aux Offices de Tourisme (jeu de piste).  
Ask for the mountain dweller track at the Tourist Offices (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  
Mid June to October

Attention : milieu humide  
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  
Mid June to October

Découverte des pins cembro  
Discovery of Swiss pines

## 5 BACHAT BOULLOUD/LAC ACHARD

**DÉPART** Télésiège Bachat Bouloud (1735m)  
**DEPARTURE** Bachat Bouloud chairlift (1735m)

2,2 km 1h30 205 m

Mi-juin à octobre  
Mid June to October

Attention : passages rocheux  
Be careful: rocky passages

Découverte de la flore  
Discovery of the flora

## 6 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  
Mid June to October

Attention : pas de balisage "Tour de Chamrousse"  
Be careful: no signposting "Tour de Chamrousse"

Découverte des alpages et pique-nique au Lac des Vallons  
Discovery of the alpine pasture and picnic area at the Vallons lake

## 7 BOUCLE DES RAMETTES

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

3,5 km 1h15 220 m

Mai à novembre  
May to November

Attention : passages vertigineux  
Be careful: dizzy passages

Point de vue sur la vallée  
View of Grenoble valley

## 8 CHAMROUSSE 1650/L'AIGUILLE

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

0,7 km 35 min. 190 m

Mai à novembre  
May to November

Aire de décollage de parapente  
Paragliding takeoff site

## 9 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  
Mid June to October

Découverte de la flore  
Discovery of the flora

## 10<sup>A</sup> CHAMROUSSE 1650/LAC DES POURETTES

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

2,3 km 1h20 220 m

Juin à octobre  
June to October

Forêt de pins cembro  
Swiss pines forest

## 10<sup>B</sup> LAC DES POURETTES/LACS ROBERT

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

1,8 km 55 min. 180 m

Juillet à octobre  
July to October

Lacs d'altitude  
Mountain lakes

## 11 CHAMROUSSE 1650/LACS ROBERT

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

3,4 km 1h40 370 m

Juillet à octobre  
July to October

Lac d'altitude et pêche aux Lacs Robert (permis requis)  
Mountain lake and fishing in the Robert lakes (with licence)

## 12 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

## 13 LAC ACHARD/CROIX DE CHAMROUSSE

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

2,7 km 1h30 / 1h10 333 m

Mi-juin à octobre  
Mid June to October

Attention : passages caillouteux  
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)  
**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 et pêche aux lacs (permis requis)  
Marmot observation and fishing (with licence)

## 15 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

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

## 16 LA CROIX/CASCADE DE L'OURSIÈRE

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

4,6 km 2h15 800 m

Mi-juin à octobre  
Mid June to October

Pique-nique dans la prairie  
Picnic in the grass

## 17 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  
June to October

Observation des bouquetins  
Ibex observation

## 18 LA GAFFE/CASCADE DE L'OURSIÈRE

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

2,9 km 1h30 420 m

Mi-juin à octobre  
Mid June to October

Cascade et vue panoramique  
Waterfall and panoramic view

### VARIANTE DE L'ITINÉRAIRE / VARIATION

#### SEIGLIÈRES/CASCADE DE L'OURSIÈRE

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

4,5 km 2h 455 m

## 19 BOUCLE DU LAC ACHARD

ITINÉRAIRES 4 + 9  
ITINERARIES 4 + 9

5,3 km 3h 200 m

## 20 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  
Mid June to October

Lacs d'altitude  
Mountain lakes



### INFORMATIONS

OFFICE DE TOURISME / TOURIST OFFICE  
+33 (0)4 76 89 92 65  
info@chamrousse.com  
www.chamrousse.com

REMONTÉES MÉCANIQUES / LIFTS  
+33 (0)4 76 59 09 09

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 : 112  
SAMU / AMBULANCE SERVICE : 15  
POMPIERS / FIRE DEPARTMENT : 18

Chamrousse plus proche de vous !

