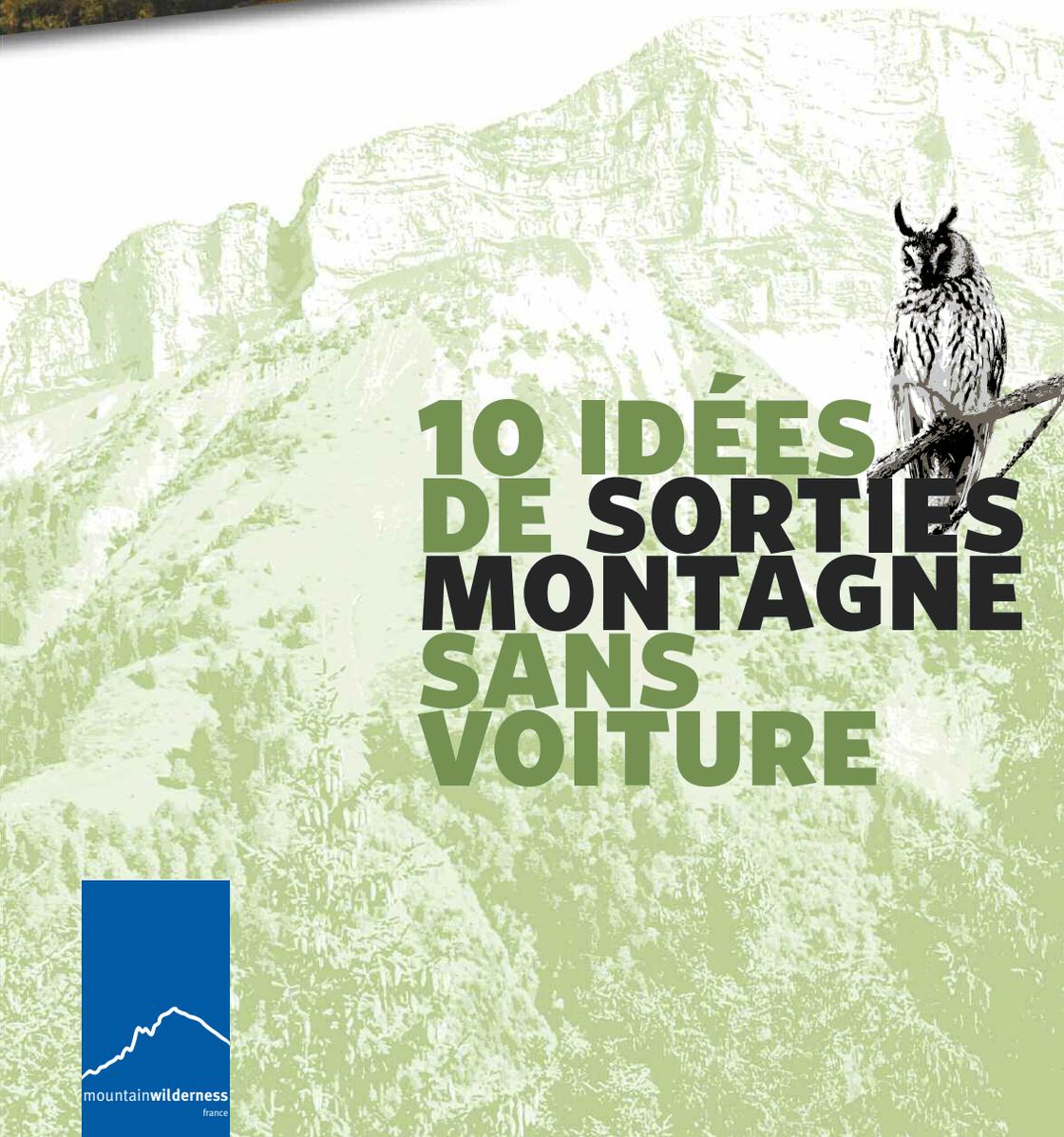




Parc naturel  
régional  
de Chartreuse



**10 IDÉES  
DE SORTIES  
MONTAGNE  
SANS  
VOITURE**

# 10 IDÉES DE SORTIES MONTAGNE SANS VOITURE EN CHARTREUSE



**PLUS DE DÉTAILS & DE SORTIES SUR**  
[chartreuse.changerdapproche.org](http://chartreuse.changerdapproche.org)

**RANDONNÉE DANS  
LES VIGNOBLES DU GRANIER**

**BOUCLE DU LAC  
DE SAINT-ANDRÉ À VÉLO**

**CANOË ET PADDLE  
SUR LE LAC D'AIGUEBELETTE**

**CIRQUE DE SAINT-MÊME  
ET VIA FERRATA DANS  
LES ENTREMONTS**

**PROMENADE NATURE  
À L'HERRETANG**

**RAQUETTES À PIERRE MESURE  
DEPUIS LA DIAT**

**VIA FERRATA DE CROLLES  
ET BAPTÊME EN VOL LIBRE**

**LES COTEAUX DE CHAPAREILLAN  
À VTT**

**RANDONNÉE AU SOMMET  
DE CHAMECHAUDE**

**RANDONNÉE À ROCHEBRUNE  
DEPUIS LA CROIX BAYARD**

Changer d'approche a sélectionné pour vous dix belles idées de sorties en transports en commun dans le Parc naturel régional de Chartreuse. Ces dix propositions d'itinéraires, ainsi que de nombreuses autres, vous sont présentées plus en détails sur le site [chartreuse.changerdapproche.org](http://chartreuse.changerdapproche.org) avec toutes les informations nécessaires pour les réaliser dans les bonnes conditions (topo des itinéraires, exemples de sorties, conseils et bons plans).

Pour plus d'informations sur le Parc naturel régional de Chartreuse rendez-vous sur :  
[parc-chartreuse.net](http://parc-chartreuse.net)  
[chartreuse-tourisme.com](http://chartreuse-tourisme.com)

Pour d'autres itinéraires dans le secteur :  
[grenoble.changerdapproche.org](http://grenoble.changerdapproche.org)  
[lyon.changerdapproche.org](http://lyon.changerdapproche.org)

## TRANSPORTS PUBLICS

Retrouvez toutes les infos lignes et horaires des transports en commun sur les sites :  
[www.transisere.fr](http://www.transisere.fr) / [www.itinisere.fr](http://www.itinisere.fr)  
[www.ter.sncf.com](http://www.ter.sncf.com) / [auvergne-rhone-alpes.fr](http://auvergne-rhone-alpes.fr)  
[www.tag.fr](http://www.tag.fr) / [www.synchro-bus.fr](http://www.synchro-bus.fr)  
[www.paysvoironnais.com](http://www.paysvoironnais.com)

Certaines lignes saisonnières circulent en période de vacances d'été uniquement, d'autres en fonction des dates d'ouverture des stations.

Pour d'autres idées d'itinéraires accessibles en transports en commun en France, rendez-vous sur le portail [changerdapproche.org](http://changerdapproche.org)

**VOUS AVEZ RÉALISÉ L'UNE DES SORTIES PROPOSÉES ?**

faites-nous part de vos commentaires sur [cda@mountainwilderness.fr](mailto:cda@mountainwilderness.fr) ou 04 76 01 89 08

# Randonnée dans les vignobles du Granier

Cette petite randonnée au pied du mont Granier serpente entre les vignobles de Savoie des piémonts de Chartreuse (reconnus par le label Vignobles et Découverte). Au départ du lac de Saint-André, elle visite les Combes de Truchon, les Grandes Combes et le lac Forment, avant de rejoindre le hameau de La Pallud et revenir par la Croix Verpi et le hameau de Saint-André. Seulement 10 km et 160 m de dénivelé positif.

*Dans ce secteur de vignobles, de nombreuses caves et des accompagnateurs en montagne spécialisés proposent des expériences de découverte de l'oenologie.*



**Activité**  
**Randonnée**  
**pédestre**

**Durée**  
**1 jour**

**Difficulté**  
**Facile**

Depuis Chambéry ou Grenoble : ligne Transisère 6060 (Chambéry-Chapareillan-Grenoble) arrêt Les Marches. À pied, prendre le chemin de Crinaille, puis à droite la D12 direction lac de Saint-André.

## Grand Chambéry

# Boucle du lac de Saint-André à vélo

Une sortie familiale tout en douceur autour du lac. Partant de Chambéry, l'itinéraire serpente sous le mont Granier entre vignobles et montagnes, petits lacs et vallonnements, dans un dédale de petites routes charmantes. Une variante permet de découvrir le village de Saint-Baldoph, ses vieux bassins et sa superbe vue sur la chaîne de Belledonne.

*L'éboulement du mont Granier en 1248 est le plus grand effondrement de montagne connu dans l'histoire en Europe.*

**Activité**  
**Vélo**

**Durée**  
**1 jour**

**Difficulté**  
**Facile**



Accès à Chambéry en train.  
Ligne Transisère 6060 Grenoble - Chambéry.  
Ligne Transisère 7010 Voiron - Chambéry.  
Lignes Belle Savoie Express (autour de Chambéry).

## Aiguebelette

# Canoë et paddle sur le lac d'Aiguebelette

Troisième plus grand lac naturel de France (superficie 545 hectares), le lac d'Aiguebelette est le lac le plus chaud d'Europe avec une température moyenne de 26°C durant l'été. Il invite à venir se relaxer sur l'une des 7 plages aménagées et surveillées ou bien profiter des nombreuses activités proposées : paddle, canoë-kayak, pédalo, jeux aquatiques, croisière en bateau électrique...

*Location de canoë-kayak et pédalo sur la plupart des plages.  
Pour le paddle et les mini-croisières, se renseigner auprès de l'office de tourisme Pays du Lac d'Aiguebelette.*



**Activité**  
**Diverses**

**Durée**  
**1 jour**

**Difficulté**  
**Variables**

Depuis Chambéry : ligne TER 54 Chambéry - Lyon (ou bus à certains horaires), arrêt Aiguebelette-le-Lac ou Lépin-le-Lac (pour accéder à certaines plages éloignées de la gare il est préférable d'emporter un vélo).

## Les Entremonts

# Cirque de Saint-Même et via ferrata dans les Entremonts

Une sortie de deux jours pour découvrir la vallée des Entremonts.

Le premier jour, la balade le long du Guiers Vif est idéale pour les enfants.

Selon leur âge, on pourra facilement adapter le programme : pique-nique dans la magnifique clairière du cirque ou poursuite par le sentier des cascades. Pour les plus aventureux, il est possible de s'initier à la spéléologie dans la grotte du Guiers Vif.

Au programme de la seconde journée : via ferrata de Roche Veyrand.

*Il est interdit de bivouaquer dans la clairière du cirque de Saint-Même.*

*Pour savoir où manger et dormir, s'adresser au bureau d'information touristique des Entremonts, au cœur du village.*

**Activité**  
**Randonnée**  
**pédestre**  
**Via ferrata**

**Durée**  
**2 jours**

**Difficulté**  
**Variable**  
**selon options**



Depuis Chambéry : ligne Belle Savoie Express C4, arrêt au terminus (office du tourisme de Saint-Pierre-d'Entremont).

Depuis Saint-Laurent-du-Pont : ligne Transisère 7500 jusqu'à Saint-Pierre-d'Entremont.

## Vallée du Guiers

### Promenade nature à l'Herretang

Située entre Saint-Joseph-de-Rivière et Saint-Laurent-du-Pont, la tourbière de l'Herretang est un Espace Naturel Sensible protégé de 60 hectares, remarquable par sa faune et sa flore. C'est une sortie idéale pour les enfants. Un sentier pédagogique aménagé et un observatoire permettent de découvrir de nombreux habitants et plantes des marais, dont des plantes carnivores. Des visites guidées sont organisées en été avec des animateurs nature du Département de l'Isère.

*Des visites guidées et animations sont proposées en saison estivale, renseignements à l'office de tourisme Cœur de Chartreuse à St-Laurent-du-Pont (04 76 06 22 55). Les chiens sont interdits, même tenus en laisse.*



**Activité**  
**Randonnée**  
**pédestre**

**Durée**  
**1 jour**

**Difficulté**  
**Facile**

Depuis Chambéry ou Voiron : ligne Transisère 7010,  
depuis Grenoble ou Voreppe : ligne Transisère 7000,  
arrêt Le Cotterg à Saint-Laurent-du-Pont.  
Puis à pied : chemin de Bagatelle (environ 1,2 km).

## Saint-Pierre-de-Chartreuse

### Raquettes à Pierre Mesure depuis la Diat

Une agréable randonnée en boucle sur un versant boisé débouchant sur d'anciennes prairies (distance 8 km, dénivelé positif 355 m). Au départ de la Diat, le parcours visite plusieurs hameaux permettant de découvrir tout le charme de l'architecture cartusienne, les Granges de Pleynan, le hameau des Revols, le hameau des Marrons et la Martinière.

*Pour louer du matériel à Saint-Pierre-de-Chartreuse, descendre au terminus de la ligne Transisère 7000.*

**Activité**  
**Randonnée**  
**raquettes**

**Durée**  
**1 jour**

**Difficulté**  
**Moyenne**

Depuis Grenoble : ligne Transisère 7000,  
arrêt La Diat à Saint-Pierre-de-Chartreuse.  
Depuis Chambéry : ligne Transisère 7010 puis correspondance  
à Saint-Laurent-du-Pont avec la ligne Transisère 7000.



## Plateau des Petites Roches

### Via ferrata de Crolles et baptême en vol libre

La via ferrata de la cascade de l'Oule est accessible avec le funiculaire de Saint-Hilaire-du-Touvet. Elle offre un parcours extraordinaire le long de la falaise qui relie Crolles à Saint-Hilaire-du-Touvet. Trois itinéraires sont proposés : Les Sangles, facile avec une possible échappatoire à mi-parcours (1h30) ; La vire des Lavandières, difficile avec quelques passages aériens (3h) ; et Le grand Dièdre, très difficile avec des passages athlétiques et gazeux (3h). Pour encore plus de sensations, on peut poursuivre par un baptême en parapente au décollage de Saint-Hilaire-du-Touvet (renseignements Vertical Aventure).

*Funiculaire ouvert de mars à novembre. Via ferrata fermées en hiver. Pour savoir où manger et dormir, s'adresser au bureau d'information touristique des Petites Roches à St-Hilaire-du-Touvet.*



**Activité**  
Via ferrata  
Parapente

**Durée**  
2 jours

**Difficulté**  
Facile à  
très difficile

Accès au funiculaire de Saint-Hilaire-du-Touvet (arrêt Montfort Funiculaire Crolles) au départ de : Grenoble : ligne Transisère 6060, 6020, EXPRESS1 ; Chambéry : ligne Transisère 6060 ; Voiron : ligne Transisère EXPRESS1 ; Goncelin : ligne TOUGO G3.

## Grésivaudan

### Les coteaux de Chapareillan à VTT

Une balade agréable et facile à travers les coteaux des vignobles de Savoie. Au départ du charmant village de Chapareillan, ce parcours comporte peu de difficultés techniques ou physiques. Il est court (seulement 1h30) et présente peu de dénivelé.

Il suit les sentiers et petites routes au pied du mont Granier, à la limite du Grésivaudan, du massif de la Chartreuse et de la Savoie, offrant un beau point de vue sur les massifs.

*Sur la commune de Chapareillan sont produits de nombreux vins de l'appellation AOC Vin-de-Savoie : blancs, rosés, rouges, mousseux, pétillants et Abymes.*

**Activité**  
VTT

**Durée**  
1 jour

**Difficulté**  
Facile

Depuis Grenoble ou Chambéry : ligne de TER 60 Grenoble - Chambéry, arrêt Pontcharra. Prendre la D523A (toutes directions), puis la D1090 (direction Chapareillan) et la D285C (direction Chapareillan). Départ de la boucle : place de la mairie.



# Randonnée au sommet de Chamechaude

Grande classique des Grenoblois, Chamechaude est le point culminant de la Chartreuse (2082m). Le sommet offre une vue imprenable sur le Mont Blanc et autres massifs des Alpes du Nord. De juin à septembre, on peut croiser les 400 moutons qui montent sur l'alpage chaque année. Sur cette période, les chiens ne sont pas autorisés, même tenus en laisse, afin de ne pas déranger le troupeau et la faune locale.

*Lorsque la ligne de bus ne dessert pas le col de Porte, on peut partir du Sappey-en-Chartreuse (320 m de dénivelé pour atteindre le col). Autre alternative intéressante : enchaînement La Pinéa > Chamechaude au départ de Sarcenas et retour par le Sappey-en-Chartreuse.*



**Activité**  
**Randonnée**  
**pédestre**

**Durée**  
**1 jour**

**Difficulté**  
**Moyenne**

Depuis Grenoble : ligne de bus Flexo 62, arrêt col de Porte.  
Arrêt desservi les week-end et jours fériés et également en semaine pendant les vacances scolaires.

## Pays Voironnais

# Randonnée à Rochebrune depuis la Croix Bayard

Traversée du plateau du Grand Ratz, de Coublevie au col de la Placette, en passant par le sommet de Rochebrune. L'itinéraire emprunte des chemins et petites routes le long des champs, traverse des forêts et rejoint les gorges du Bret avant d'arriver au belvédère de Rochebrune qui offre une jolie vue sur le nord du massif du Vercors et la vallée de l'Isère.

*Depuis le col de la Placette on peut aussi redescendre vers Voreppe (suivre la direction de Pommiers-la-Placette, puis Voreppe).  
On peut évidemment faire la sortie dans le sens inverse, du col de la Placette à Coublevie.*

**Activité**  
**Randonnée**  
**pédestre**

**Durée**  
**1 jour**

**Difficulté**  
**Moyenne**

Depuis Voiron : ligne Transisère 7010 ou ligne interurbaine D du Pays Voironnais, arrêt Croix Bayard.  
Retour : ligne Transisère 7000 jusqu'à Voreppe (place Dr Thevenet), puis ligne interurbaine W du Pays Voironnais.



[www.parc-chartreuse.net](http://www.parc-chartreuse.net)

Écrin vert auréolé de blanches falaises calcaires, la Chartreuse sait dévoiler aux curieux une richesse naturelle, humaine et patrimoniale unique. Depuis 1995, les acteurs du territoire portent au sein du Parc un projet de développement durable fondé sur la protection et la valorisation de ces patrimoines remarquables.



[www.changerdapproche.org](http://www.changerdapproche.org)

Idées de sorties sans voiture, bons plans écotourisme, vidéos et publications... ce site vous donne accès à de nombreuses idées et ressources pour concocter vos sorties en montagne autrement. Vous y trouverez notamment un outil cartographie de recherche ouvrant la voie à 15 000 itinéraires sans voiture et 200 bons plans écotourisme.



[www.mountainwilderness.fr](http://www.mountainwilderness.fr)

Ouverte à tous les amoureux de la montagne, l'association Mountain Wilderness défend une approche globale dans laquelle préservation du milieu naturel, équité sociale et amélioration de l'économie constituent le même défi. Agissons Ensemble !



[www.campcamp.org](http://www.campcamp.org)

Ce site est un lieu d'échange multilingue dédié aux pratiquants. Vous y trouverez des milliers d'itinéraires en transports en commun, les conditions des sorties récentes, des articles, des cartes, des forums, des photos...

Photos : Jérôme Bailly, Jérôme Biju-Duval, Véronique Brette, Thomas Hytte, Bruno-Jourdain, Guillaume Laget, Laurent Madelon-CIVS, Parc naturel régional de Chartreuse, J.F. Rossillon, Béatrix Voigt. Merci à Alain, Catherine, Corentin, Jean-Baptiste, Louise, Lucie, Marguerite, Marion, Sophie, Suzanne, Vincent / Mountain Wilderness 2019.

Cette plaquette a été élaborée par Mountain Wilderness avec le soutien de :



## Je protège la montagne avec mountainwilderness

Nom, prénom .....

Adresse .....

Mail .....

Tél. ....

- Adhésion "petit budget" : 10 € (3 € après déduction fiscale)
- Adhésion "classique" : 40 € (13 € après déduction fiscale)
- Adhésion "soutien" : 80 € (26 € après déduction fiscale)
- Don :  €

- Paiement par chèque à libeller à l'ordre de Mountain Wilderness
- Paiement par prélèvement automatique (merci de compléter les formulaires disponibles sur notre site Internet / Rubrique Adhérer)

Chaque adhésion légitime nos actions, nous donne plus de sérénité financière et assure une plus grande capacité de travail. En adhérant à Mountain Wilderness, vous recevez nos publications directement chez vous et restez informé !

Je souhaite recevoir les publications au format électronique

À RETOURNER À  
mountain wilderness France  
5 place Bir Hakeim 38 000 Grenoble  
04 76 01 89 08