

> **raquette** : signalétique et balisage terrain

Signalétique directionnelle
indiquant la direction à suivre aux carrefours des itinéraires



Facile
distance : 0 à 4 km
dénivelé : 0 à 150 m

Moyen
distance : 2 à 7 km
dénivelé : 151 à 300 m

Difficile
distance : 6 à 12 km
dénivelé : 301 à 500 m

Très difficile
distance > 12 km
dénivelé > 500 m

Balisage
indiquant la direction à suivre entre les carrefours



Recommandations
précisant des règles de sécurité ou de cohabitation avec les autres pratiques (ski de fond notamment)



Règles de sécurité

- > Vous empruntez ces parcours sous votre propre responsabilité, ils ne sont ni contrôlés, ni protégés par le service des pistes.
- > Assurez-vous d'être correctement équipés pour pratiquer la raquette à neige en toute sécurité et faire face aux aléas climatiques.
- > Prévenez quelqu'un si vous partez seul et ne vous laissez pas surprendre par la nuit.
- > Sur les itinéraires, des balises repères de **A** à **N** vous permettent de vous localiser sur le plan.
- > **Renseignez-vous sur les conditions météorologiques, d'enneigement, et le risque d'avalanche. Respectez les consignes de sécurité affichées au départ des parcours.**

1	2	3	4	5
Faible Conditions généralement favorables	Limité Instabilité limitée le plus souvent à quelques pentes	Marqué Instabilité marquée, parfois sur de nombreuses pentes	Fort Forte instabilité sur de nombreuses pentes	Très fort Conditions très défavorables

Météo et secours

En cas de mauvais temps, reportez votre sortie.
> **Météo des neiges** 08 99 71 02 38
> **Secours** 112

Recommandations

- > Restez sur les itinéraires de raquettes à neige balisés.
- > Quand les itinéraires sont communs aux pistes de ski de fond, respectez l'espace skating et les traces parallèles réservées à l'alternatif et marchez en file indienne en bord de piste.
- > Ne laissez aucun déchet sur place.
- > Respectez la propriété privée.

Sorties accompagnées

Les itinéraires présentés sur cette carte ne sont qu'une sélection parmi les possibilités de randonnée qu'offre le territoire.

Des professionnels, guides et accompagnateurs en montagne, encadrent chaque jour des sorties. Grâce à eux, vous pourrez aller plus loin dans la connaissance du territoire, de ses traditions, du terroir. Ils vous dévoileront les secrets de la faune, de la flore sauvages et du patrimoine.

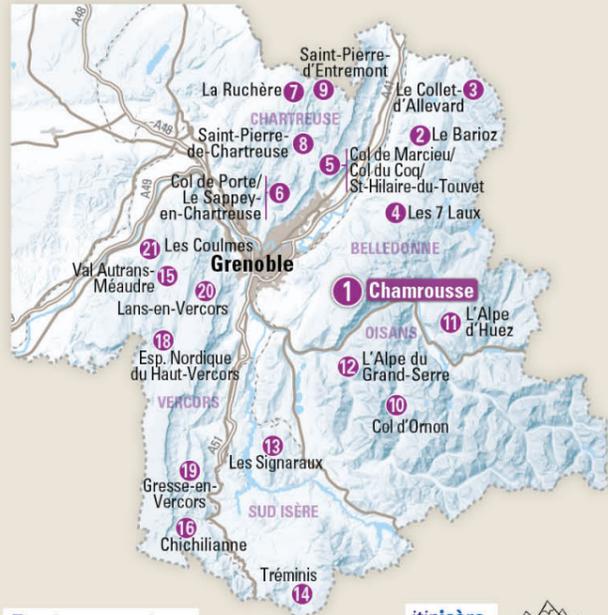
Leurs conseils vous permettront de découvrir une nature préservée en toute sécurité.

Renseignez-vous auprès des offices de tourisme.

Hébergements et restaurants

chamrousse.com

isère Le Département de l'Isère et les stations iséroises œuvrent ensemble pour vous proposer des itinéraires de raquettes à neige balisés et sécurisés.



Accès aux sites

> Etats des routes, transports en commun, co-voiturage, vélo... retrouvez toutes infos déplacements en Isère sur l'appli et le site internet [itinistere.fr](http://www.itinistere.fr)

> Des idées de sorties outdoor sans voiture : changerdapproche.org



Marcher. courir. rouler. grimper. voler. naviguer. nager. glisser. galoper : à chacun sa façon de parcourir l'Isère.

- ✓ J'accède à une sélection de sites et itinéraires de qualité d'une vingtaine d'activités de nature,
- ▼ je choisis les itinéraires qui me conviennent grâce aux filtres,
- ▼ je me géolocalise en direct sur l'itinéraire pour suivre ma progression,
- ↓ je télécharge les cartes et les données pour les utiliser quand il n'y a pas de réseau,
- 📍 je repère facilement le point de départ : « Se rendre au départ ».

Et bien plus encore, le tout dans votre poche ...

Application Isère Outdoor disponible gratuitement sur



Dérangement hivernal

Pour mieux préserver la faune sauvage l'hiver :

- > **Privilégions les itinéraires balisés** : sur les sols enneigés, restons sur les sentiers balisés.
- > **Évitons de sortir avec un chien ou tenons-le en laisse.**
- > **Respectons les zones d'hivernage des animaux** : les combes nord, les crêtes dénégées et les lisières de forêt sont des zones de refuge pour les animaux en hiver, à éviter si possible. Respectons les zones de mise en défend pour le tétras lyre et les autres espaces naturels protégés.
- > **Utilisons les zones découvertes** afin d'être vu de loin et d'éviter l'effet de surprise.



> Plus d'informations : Hiver sauvage, montagne en partage biodiversite.isere.fr

Plan des itinéraires de raquettes à neige 2023-2024

Espace raquette de Chamrousse [Belledonne]



Office de Tourisme de Chamrousse chamrousse.com • 04 76 89 92 65

Chamrousse

Noms des itinéraires	Sens	➔	⚓	🕒
1 Les Crêtes de l'Arselle	↻	3,8 km	105 m	2 h 00
2 Les Clairières	↻	3,3 km	80 m	1 h 30
3 Lac Achard par les Clairières	↻	5,6 km	230 m	3 h 00
4 Lac Achard par l'Arselle	↻	6,8 km	305 m	3 h 30
5 La Croix de Chamrousse	↔	8 km	510 m	4 h 30
6 Pré Gaudet	↻	7 km	190 m	3 h 30

Sens des itinéraires ↻ boucle ↔ aller retour

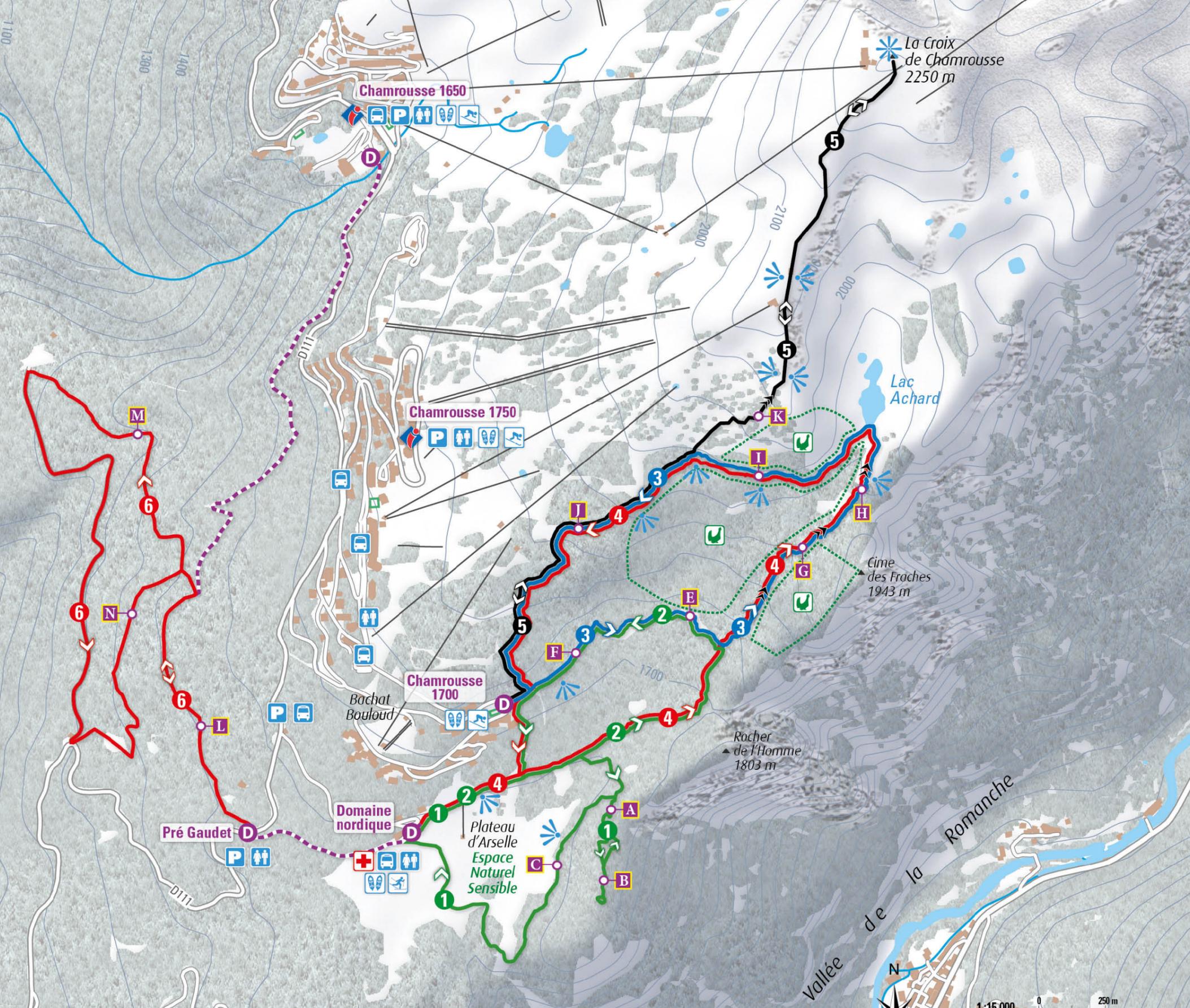
- point de départ — Domaine nordique **D**
- numéro itinéraire et difficulté **1**
- sens de circulation —
- itinéraire très facile —
- itinéraire facile —
- itinéraire difficile —
- itinéraire très difficile —
- liaison entre les itinéraires —
- balise repère — **N**
- office de tourisme —
- parking — **P**
- poste de secours — **+**
- restauration — **H**
- arrêt de bus — **B**
- toilettes publiques — **♿**
- point de vue — **V**
- location de raquettes — **R**
- station de ski alpin — **S**
- domaine nordique — **D**
- zone de quiétude du Tétralyre — **Z**



Lors de votre randonnée en raquettes, merci de ne pas détériorer les traces des pistes de ski de fond.



L'application SURICATE permet de signaler les problèmes que vous rencontrez lors de la pratique d'un sport de nature (erreur de balisage, besoin de sécurisation...)



1:15 000
1 cm sur la carte équivaut à 150 m sur le terrain