

## Règles de sécurité

- Vous empruntez ce parcours sous votre propre responsabilité. Choisissez un itinéraire adapté à votre capacité physique et technique. En cas de doute, privilégiez les sorties encadrées par des professionnels.
- Renseignez-vous sur les conditions météorologiques avant de partir. En cas de mauvais temps, reportez votre sortie.
- 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.

Météo des neiges : 08 99 71 02 38  
Secours en montagne : 112

## Prévention des avalanches



La stabilité du manteau neigeux est très variable, renseignez-vous sur le risque d'avalanches auprès du service des pistes et respectez les consignes de sécurist.

## 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. Merci de marcher en file indienne en bord de piste.
- Ne laissez aucun déchet sur place.
- Respectez la propriété privée.

## Renseignements

### Office de tourisme :

Place de la mairie 38 700 Le Sappey en Chartreuse  
Tél : 04 76 88 84 05 / Mail : info@sappey-tourisme.com

# Montjalat

## Sappey en Chartreuse



1h30



200 m



3 km

Facile



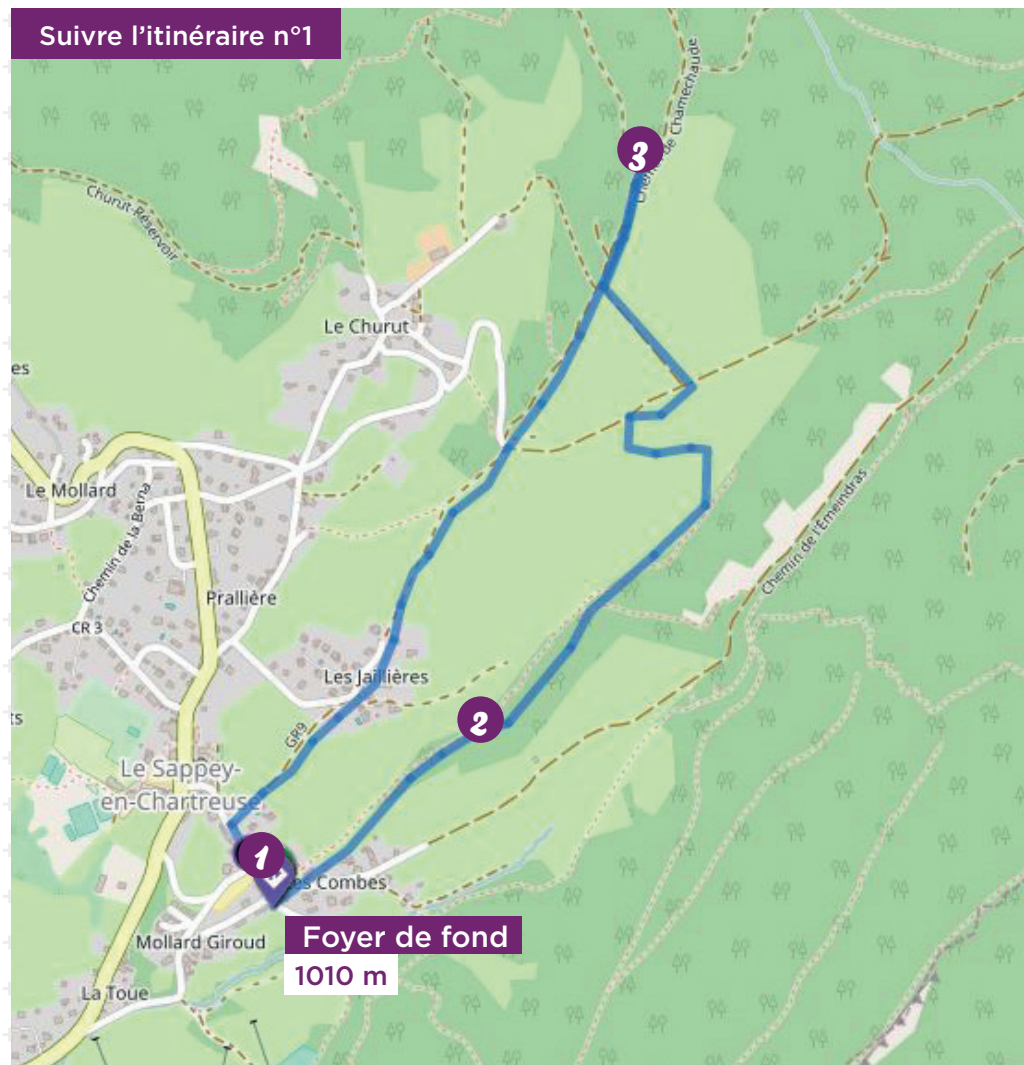
### Aller-retour.

Balade facile en aller-retour, idéal à faire en famille, depuis le village du Sappey en Chartreuse.

Départ / Arrivée : Foyer de fond

Parking : parking du Foyer de fond

## Suivre l'itinéraire n°1



- 1 Départ de la Croix du rocher, au dessus du parking du foyer de ski de fond, monter le chemin qui passe entre les deux maisons et suivez-le. Au bout, passer une ouverture dans la clôture et monter à travers le pré en suivant le balisage.
- 2 Une fois sur la grande piste montez encore par le chemin en face jusqu'à l'embranchement au lieu-dit Monjalat.
- 3 Redescendre ensuite par le chemin suivant le GR et redescendant à la Charmette, non loin du point de départ.

## Signalétique et balisage



### Signalétique directionnelle

indiquant la direction à suivre aux carrefours des itinéraires.



### Recommandations

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



### Balisage

indiquant la direction à suivre entre les carrefours.