



Parcours sportifs balisés de Montbonnot-Saint-Martin



LES PARCOURS

Parcours jaune
→ 4,7 km | Δ +20 m

Ce parcours vous propose un petit tour sur les pistes cyclables à plat : piste cyclable de la Chantourne jusqu'au tunnel de Meylan (sous l'autoroute) et retour chemin des cantines jusqu'au tunnel de Montbonnot-St-Martin (sous l'autoroute), retour par la piste cyclable de la Chantourne.

Parcours vert
→ 9,8 km | Δ +30 m

Parcours à plat qui prend le même départ que le jaune puis qui longe les berges de l'Isère pour profiter de la vue sur les massifs. À la sortie des berges, prendre à gauche en direction du petit bois sur un chemin de balthazar puis le chemin du Moiron.

Parcours bleu
→ 6,9 km | Δ +70 m

Ce parcours démarre par la piste cyclable pour remonter vers le stade municipal (prendre le chemin de terre au bout du stade et monter à gauche direction la Mairie), la redescente se fait chemin des Aubiers, Avenue de l'Europe puis en longeant le Parc des Loisirs et retour par la piste cyclable de la Chantourne.

Parcours rouge
→ 9,4 km | Δ +190 m

Ce parcours suit le même tracé que le bleu en vous proposant de continuer vers le haut de Montbonnot pour faire un peu plus de dénivelé.



NOUS PARTAGEONS LES BERGES



- Soyez attentifs aux autres usagers.
- Maîtrisez votre vitesse et dépassez prudemment par la gauche.
- Certains itinéraires empruntent des chemins en bordure de l'Isère, il est strictement interdit de s'approcher du lit du cours d'eau et des îles et bancs de gravier.

RECOMMANDATIONS - SÉCURITÉ

- Il est de la responsabilité de tout pratiquant d'estimer ses capacités à pouvoir pratiquer une activité physique.
- Ramassez vos déchets, ne laissez rien sur site.
- Respectez les aires de stationnement, les propriétés privées et la réglementation.

SURICATE REPUBLIQUE FRANÇAISE

SIGNALER UN PROBLÈME services.sports@montbonnot.fr

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...).

SECOURS : Effectuez le 112 ou le 18

En cas d'accident, soyez précis et concis. Donnez la position exacte de l'accidenté.

POUR EN SAVOIR PLUS SUR LA COMMUNE

- Commune de Montbonnot www.montbonnot.fr
- Application mobile intraMuros

ISÈRE OUTDOOR Retrouvez les 4 itinéraires sur Isère Outdoor

- Géolocalisation en temps réel sur l'itinéraire pour suivre votre progression.
- ⬇ Les données et les cartes sont téléchargeables directement dans l'appli pour les utiliser quand il n'y a pas de réseau.
- > Et découvrez toute l'offre d'activités outdoor en Isère. Disponible gratuitement sur

