



NOS CONSEILS *rando*

Car une belle sortie rando est une sortie préparée !

1 La veille, prenez le temps de vérifier la météo, le risque d'orage notamment, et choisissez un itinéraire adapté aux capacités du groupe.

2 Partez à plusieurs (ou prévenez un proche de votre itinéraire), bien équipés. Chaussures montantes, eau, de quoi manger, un topo et un téléphone dans le sac à dos. Chapeau, crème solaire, veste de pluie et vêtements chauds permettront également de parer aux conditions d'altitude.

3 Ici la nature est préservée : restez bien sur les sentiers et laissez les jolies plantes et animaux sauvages là où ils sont.

4 Certains itinéraires traversent des alpages, lieu de vie et de travail des bergers et de leurs troupeaux. Refermez bien les clôtures après votre passage et restez sur les sentiers. Parfois, des chiens de protection sont présents. Renseignez-vous en amont pour avoir le bon comportement et vérifiez si vous pouvez emmener votre chien (certains espaces sont interdits aux chiens toute l'année ou sur certaines périodes).

>> parc-chartreuse.net/lamontagnerespect

5 Envie d'un pique-nique à base de nos bons produits de Chartreuse ? Faites une halte dans un de nos villages pour vous ravitailler dans les commerces locaux :

>> destinationchartreuse.fr/produitslocaux

6 Envie d'itinéraires confidentiels, d'observer la faune et l'étonnante flore de montagne ? Faites appel à un professionnel pour une sortie en toute sécurité !

>> destinationchartreuse.fr/accomp

Une carte de randonnée pour vous repérer

Carto-guide "Promenades et randonnées en Chartreuse"
30 idées randonnées sur carte
IGN Chartreuse Nord et Sud (1:35 000).
7 € (En vente sur destinationchartreuse.fr ou dans les Offices de Tourisme)



Météo montagne > 32 50
Secours en montagne > 112
ou 114 (sourds/malentendants)

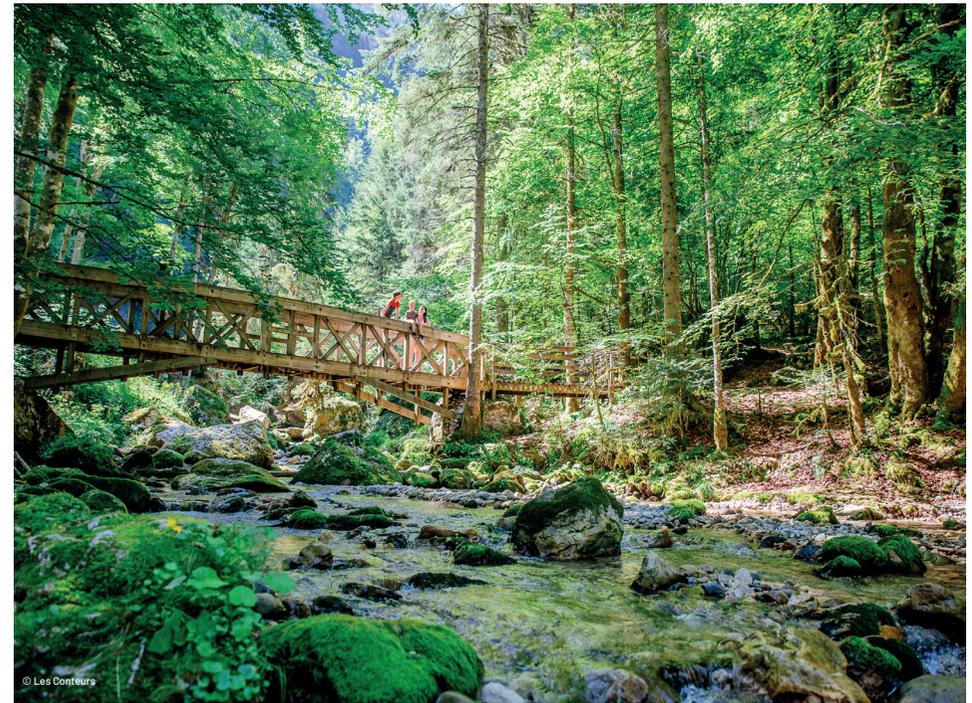
RENSEIGNEMENTS *Office de Tourisme /*

15 place de l'Eglise
38 380 St Pierre d'Entremont
04 79 65 81 90 / info@coeurchartreuse-tourisme.com



UN PROBLÈME ?

Je constate un problème sur mon parcours : balisage défaillant, atteinte à l'environnement, conflit d'usage ou incident...
Je le signale sur sentinelles.sportsdenature.fr



DE ST PIERRE à la cascade du Cirque / St Pierre d'Entremont

TOPO RANDO

Cette randonnée vous offre la possibilité de rejoindre le site naturel du Cirque de St Même façonné par l'eau et les glaciers. En chemin, les hameaux du vallon offrent de belles découvertes. L'itinéraire comprend la balade jusqu'à la grande cascade.



DIFFICULTÉ

10 km

550 m

4 h

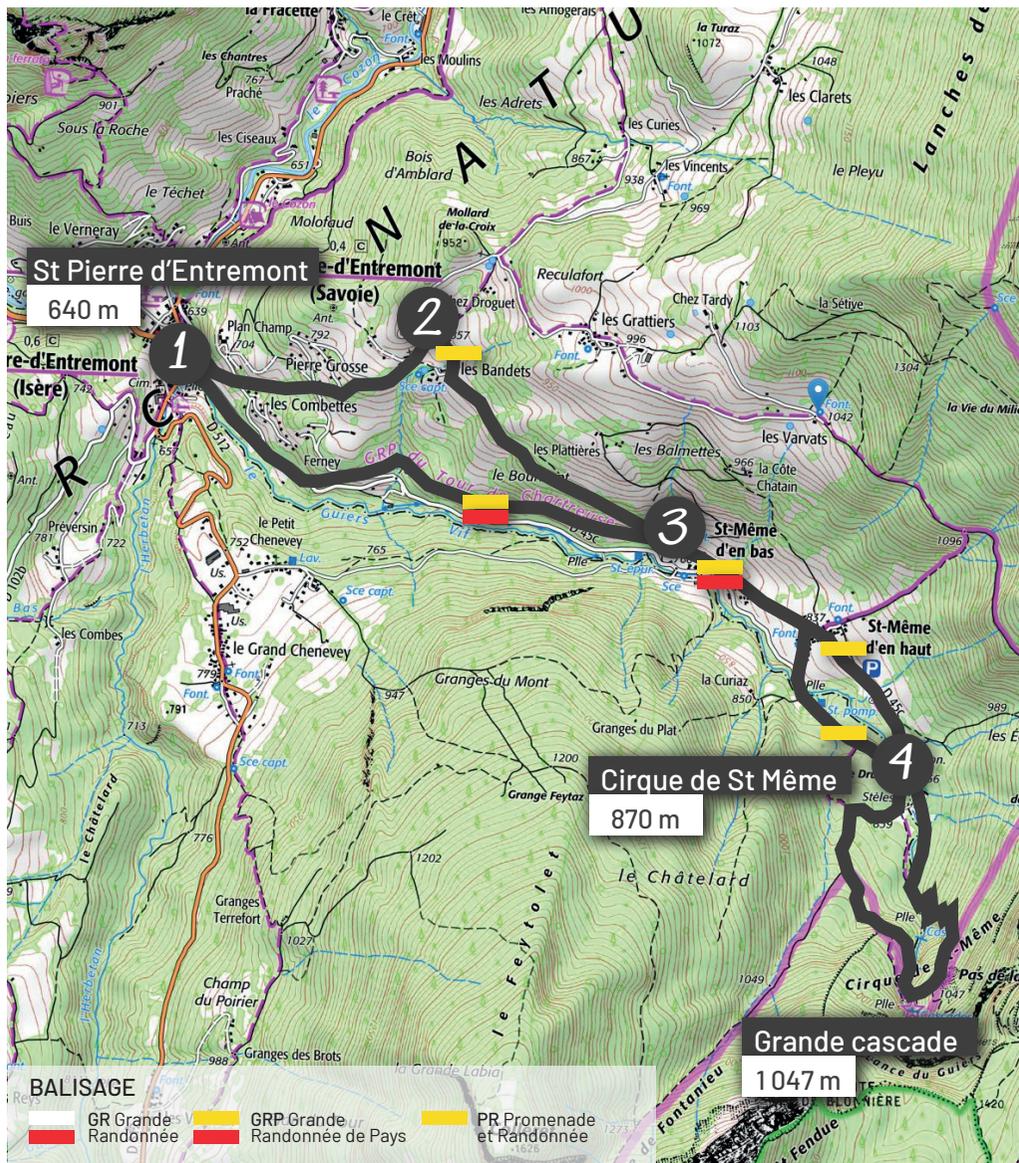
- En boucle
- Animaux acceptés : oui
- Présence chiens de protection : non
- Départ / Arrivée : St Pierre d'Entremont
- Parking : de l'office de tourisme



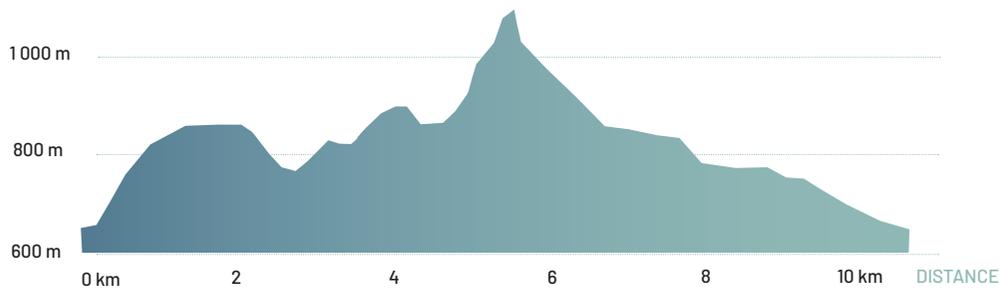
DESTINATION
CHARTREUSE



www.destinationchartreuse.fr



ALTIUDE



Indications

(1) Depuis le parking de l'Office de tourisme, prendre la route direction «Grenoble - St Pierre de Chartreuse», au bout de quelques mètres, prendre la première rue à gauche et emprunter le pont qui enjambe le Guiers Vif. Vers la Tour d'Infernet, suivre la direction Les Bandets par un sentier balisé en jaune qui monte à travers bois et qui recoupe la route en deux endroits. Le chemin débouche sur la route qui permet d'atteindre le hameau des Bandets (2) Au hameau, prendre la première route sur la droite (balisage jaune). L'itinéraire descend ensuite par un chemin jusqu'à St Mème d'en Bas. (3) Suivre le balisage rouge et jaune sur une petite route qui descend à un croisement. Poursuivre par la route qui monte tout droit et après quelques mètres, emprunter un chemin à gauche direction St Mème d'en Haut. Descendre par la route à droite jusqu'au virage en épingle. Prendre le chemin qui monte à gauche (balisage jaune). Après 15 min de marche et au croisement, prendre le chemin qui descend à gauche et rejoindre la prairie du Cirque. (4) Du pont Dugey, suivre le balisage du sentier des Cascades qui fait une boucle (1h30). Variante : suivre le balisage du Fond du Cirque, également en boucle (30 min). Pour le retour, prendre la direction du parking. Continuez sur la route jusqu'à St Mème d'en Haut (balisage jaune). Reprendre le chemin de l'aller jusqu'à St Mème d'en Bas. Remonter la petite route sans issue, passer entre les dernières maisons. (3) Au panneau suivre le chemin à gauche direction St Pierre d'Entremont balisé en rouge et jaune. Le sentier descend doucement dans les bois et en lisière. Il retrouve la départementale jusqu'au village de St Pierre d'Entremont. Les derniers 800 m se font sur la route.



À VOIR / À FAIRE à proximité



- Les Champs du pain (sur l'itinéraire) : boulangerie bio artisanale, ateliers.
- Peter Pan Bois (à 5 km du départ) : tourneur sur bois, ateliers.
- Musée de l'Ours des Cavernes (à 6 km du départ) : visite du musée, ateliers.
- Coopérative laitière (à 6 km du départ) : fabrication de fromages de montagne, visites.



Informations et autres idées de visites sur www.destinationchartreuse.fr/pepites ou sur la carte touristique (disponible gratuitement dans les offices de tourisme du massif).