

> 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

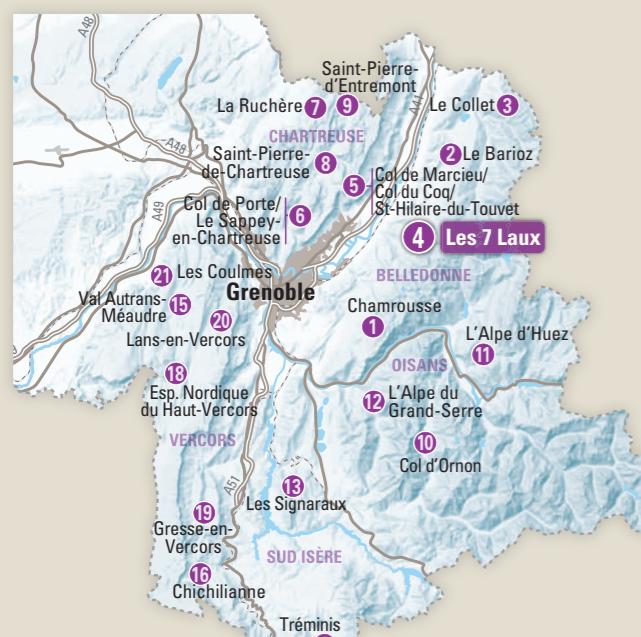
Balisage indiquant la direction à suivre entre les carrefours



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



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 itinisère : www.itinisere.fr



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

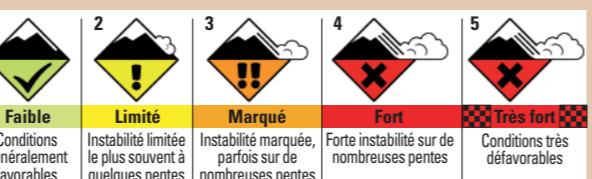
Règles de sécurité

> 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.

> Renseignez-vous sur les conditions météorologiques, d'enneigement, et le risque d'avalanche. Respectez les consignes de sécurité affichées au départ des parcours.



Météo et secours

En cas de mauvais temps, reportez votre sortie.

- > Météo des neiges 08 99 71 02 38
- > Poste de secours 04 76 08 01 47
- > Secours 112

Jalon

Recommandations

> Restez sur les itinéraires de raquettes à neige balisés.

> Lors de votre randonnée en raquettes merci de ne pas détériorer les traces des pistes de ski de fond et de ne pas marcher sur les pistes de ski alpin.

> 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.



des itinéraires de raquettes à neige

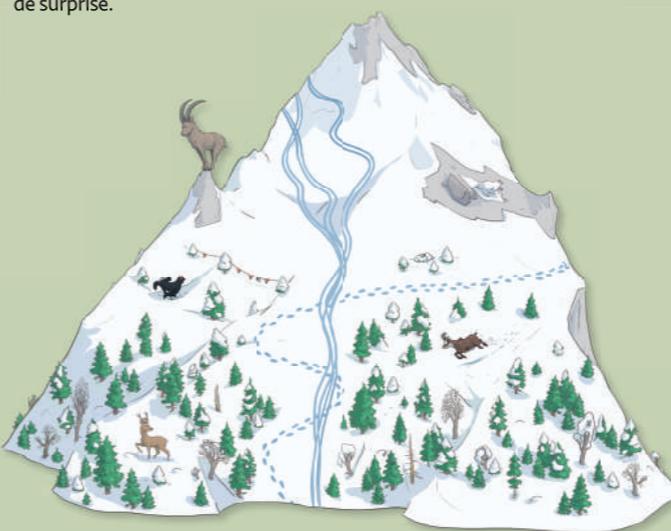
des itinéraires de raquettes à neige



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 déneigées 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.



Espace Naturel Sensible
> Plus d'informations :
biodiversite.isere.fr

Bureau d'Information Touristique de Prapoutel Les 7 Laux

www.les7laux.com • 04 76 08 17 86



Nom de l'itinéraire	Départ	Sens	Distance	Altitude	Temps
1 Prapoutel - Beldina	D OT Prapoutel ou Chalet de Beldina	↔	2,9 km	70 m	1h15
2 Tour du Chalet de Beldina	D OT Prapoutel	↺	3,2 km	80 m	1h30
3 Sentier des Charades	D Parking ou Chalet de Beldina	↺	3,5 km	90 m	1h30
4 Tour du Pré de l'Arc	D Parking ou Chalet de Beldina	↺	4,3 km	140 m	2h00
5 Tour de la Colonne	D Parking ou Chalet de Beldina	↺	5,2 km	210 m	2h45
6 Prapoutel - Pipay	D OT Prapoutel	↔	7,2 km	270 m	3h30

Sens des itinéraires ↺ boucle ↔ aller retour



Lors de votre randonnée en raquettes
merci de ne pas détériorer les traces
des pistes de ski de fond et de ne pas
marcher sur les pistes de ski alpin

- point de départ
- sens de circulation
- circulation en double sens
- itinéraire facile
- itinéraire moyen
- itinéraire difficile
- bureau d'information
- parking
- restauration
- location de raquettes à neige
- station de ski alpin
- domaine nordique
- poste de secours
- point de vue

Office de Tourisme
de Prapoutel



Chalet de Beldina



Pré de l'Arc

Montagne du Pré de l'Arc

Dents de Bédina
2430 m

Le Jas
des Lièvres
2325

Roche Noire
2129 m

Dôme des Oudis
2124 m

Cime de
la Jasse
2478 m



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

MOGOMA® 2025
Cette carte a été réalisée avec la plus grande rigueur afin de représenter fidèlement les données de terrain liées aux réseaux d'itinéraires et à la signalétique directionnelle. Les informations géographiques et touristiques, bien qu'issues de données contrôlées et actualisées, n'ont qu'un caractère indicatif et n'engagent pas la responsabilité des auteurs et éditeurs. Vous évoluez en milieu naturel, restez vigilants et responsables.