

## 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

En aucun cas les auteurs des contenus de ce site ne sauraient être tenus pour responsables de problèmes ou d'accidents sur les itinéraires cités. Cependant, nous comptons sur vous pour signaler toutes contradictions importantes entre cette fiche et le terrain. Ne pas jeter dans la nature.  
Document réalisé par Chartreuse Tourisme. Malgré tout le soin apporté à cette édition, elle ne saurait être parfaite. N'hésitez pas à nous contacter pour nous faire part de vos remarques.

## Emeindras du dessus



### Sappey en Chartreuse



3h30



400 m



5 km

Difficile



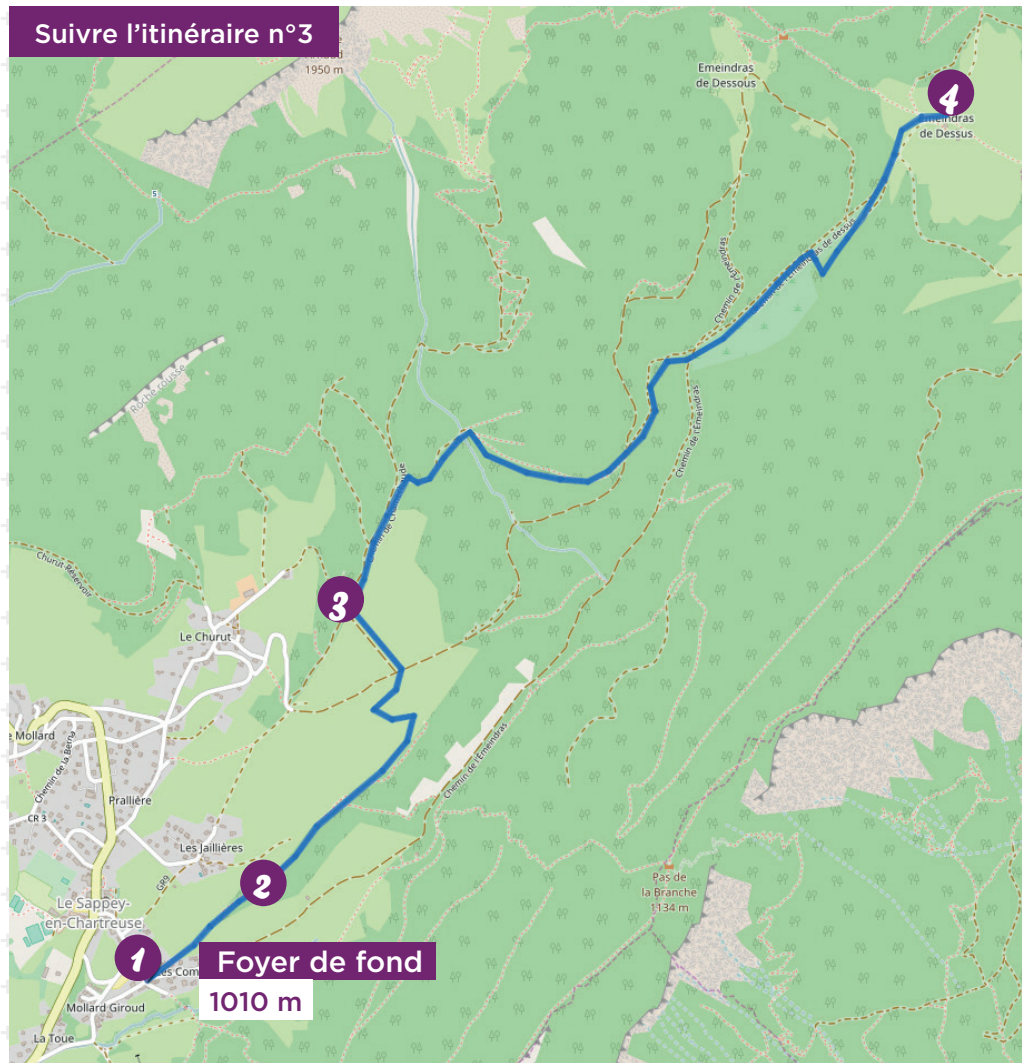
### Aller-retour.

Balade en forêt jusqu'aux alpages paisibles de l'Emeindra du dessus. Beau panorama à l'arrivée.

Départ / Arrivée : Foyer de fond

Parking : parking du Foyer de fond

## Suivre l'itinéraire n°3



**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 Montjalat. Poursuivre en montant jusqu'à Montjalat le haut.

**3** Partir sur la droite pour suivre un sentier en sous bois qui surplombe la piste de ski de fond (ne pas descendre sur cette dernière, bien respecter le balisage). Le circuit mène d'abord à la ruine de l'Emeindras du dessous, puis poursuivre en montant pour arriver à l'alpage de l'Emeindras du Dessus.

**4** Après avoir profité de l'endroit, revenir par le même chemin.

## Signalétique et balisage



### Signalétique directionnelle

indiquant la direction à suivre aux carrefours des itinéraires.



### 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)