

**Contacts utiles**

> pour louer des raquettes et/ou utiliser les salles hors-sac (gratuites),  
 > pour louer des raquettes et/ou utiliser les salles hors-sac (gratuites),  
 N'hésitez pas à vous arrêter aux foyers :  
 leur accès est soumis à une redevance modique.  
 Ces parcours, balisés et sécurisés, totalisent environ 33 km, peintes d'animals ou d'indices d'activités humaines passées. La figure hébraïque des Coulmes agrémentée de points de vue, d'em-  
 les parcours raquette permettent la découverte de la magni-  
 figure hébraïque des Coulmes agrémentée de points de vue, d'em-

**Bienvenue au domaine nordique des Coulmes**



21

ALPES ISÈRE

Presles, Rencurel  
**Domaine nordique des Coulmes**  
 [Vercors]

**Plan des itinéraires de raquettes à neige**



**Le Département de l'Isère et les stations iséroises œuvrent ensemble pour vous proposer 770 km d'itinéraires de raquettes à neige balisés et sécurisés.**



**Les stations de l'Isère : 150 itinéraires**

Massif	Num.	Station	Circuits	Km
Belledonne	1	Chamrousse	7	40
	2	Le Barioz	5	11
	3	Le Collet l'Alleverd	5	17
	4	Les 7 Laux	6	33
Chartreuse	5	St-Bernard - Col de Marcieu	1	6
	5	St-Pancrasse - Col du Coq	2	15
	5	St-Hilaire du Touvet	3	8
	6	Sarceas - Col de Porte	2	4
	6	Le Sappey en Chartreuse	5	33
	7	St-Christophe/Guiers- La Ruchère	4	33
Oisans	8	Saint-Pierre de Chartreuse	10	51
	9	Saint-Pierre d'Entremont	3	16
	10	Col d'Ornon	7	20
	11	L'Alpe d'Huez	11	35
Sud Isère	12	L'Alpe du Grand Serre	5	25
	13	Les Signaroux	3	14
Vercors	14	Tréminis	5	26
	15	Autrans-Méaudre	17	127
	16	Chichilianne	5	15
	17	Col de l'Arzelier	6	25
	18	Esp. Nordique du Haut Vercors	13	107
	19	Gresse en Vercors	8	40
	20	Lans en Vercors	8	31
	21	Les Coulmes	8	33



**Règles de sécurité**

- > Vous empruntez ces parcours sous votre propre responsabilité. Choisissez l'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.
- > Sur les itinéraires, des balises repères de A à M vous permettent de vous localiser sur le plan.

**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 sécurité.

1	2	3	4	5
<b>Faible</b>	<b>Limité</b>	<b>Marqué</b>	<b>Fort</b>	<b>Très fort</b>
Conditions généralement favorables	Instabilité limitée le plus souvent à quelques pentes	Instabilité marquée, parfois sur de nombreuses pentes	Fortes instabilités sur de nombreuses pentes	Conditions très défavorables

**Météo et secours**

- > Météo des neiges : 08 99 71 02 38
- > Service des pistes à Presles : 04 76 36 06 06
- > Service des pistes à Rencurel : 04 76 38 96 61
- > Secours en montagne : 112

**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 pratiquants (ski de fond notamment)

**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

**Une idée de sortie raquette sans voiture ?**

Mountain Wilderness et Camptocamp vous proposent la plus grande base de données européenne en faveur de la mobilité douce et de l'écotourisme en montagne.

RENSEIGNEMENTS Consulter le site [changerdapproche.org](http://changerdapproche.org)

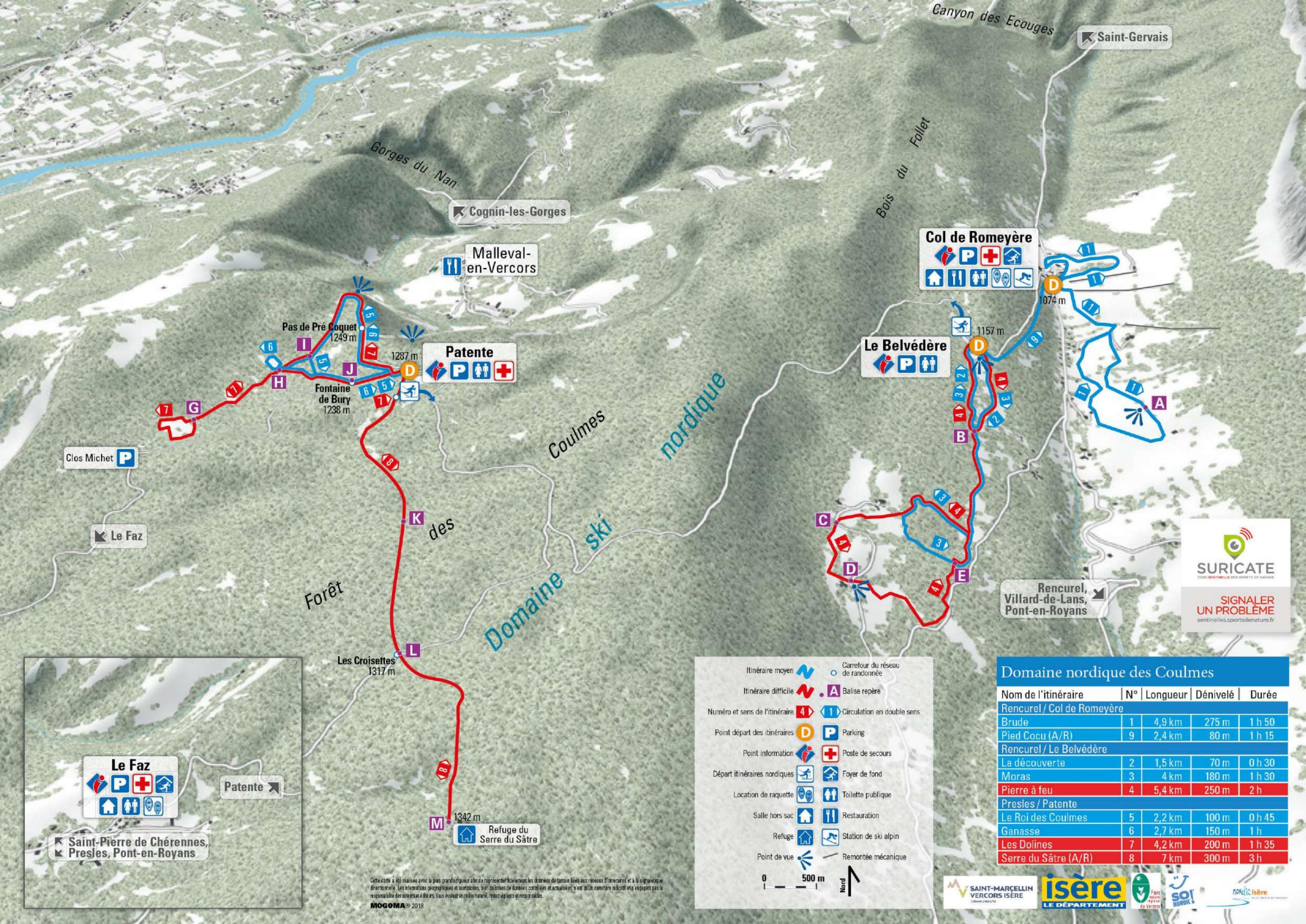


**Recommandations**

- > 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.

**Sorties accompagnées**

Les circuits présentés sur cette carte ne sont qu'une sélection parmi les possibilités de randonnée qu'offre la station. Des professionnels, 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 et du patrimoine. Leurs conseils vous permettront de découvrir une nature préservée en toute sécurité. Renseignez-vous auprès des offices de tourisme.



Saint-Gervais

Cognin-les-Gorges

Malleval-en-Vercors

Col de Romeyère  
1074 m

Patente  
1287 m

Le Belvédère  
1157 m

Pas de Pré Coquet  
1249 m

Fontaine de Bury  
1238 m

Clos Michet

Le Faz

Forêt

Les Croisettes  
1317 m

Refuge du Serre du Sâtre  
1342 m

Rencurel, Villard-de-Lans, Pont-en-Royans

**SURICATE**  
TOUS SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE

**SIGNALER UN PROBLÈME**  
sentinelles.sportsdenature.fr

**Le Faz**

Patente

Saint-Pierre de Chérennes, Presles, Pont-en-Royans

Itinéraire moyen Carrefour du réseau de randonnée

Itinéraire difficile Balise repère

Numéro et sens de l'itinéraire Circulation en double sens

Point départ des itinéraires Parking

Point information Poste de secours

Départ itinéraires nordiques Foyer de fond

Location de raquette Toilette publique

Salle hors sac Restauration

Refuge Station de ski alpin

Point de vue Remontée mécanique

0 500 m Nord

**Domaine nordique des Coulmes**

Nom de l'itinéraire	N°	Longueur	Dénivelé	Durée
<b>Rencurel / Col de Romeyère</b>				
Brude	1	4,9 km	275 m	1 h 50
Pied Cocu (A/R)	9	2,4 km	80 m	1 h 15
<b>Rencurel / Le Belvédère</b>				
La découverte	2	1,5 km	70 m	0 h 30
Moras	3	4 km	180 m	1 h 30
Pierre à feu	4	5,4 km	250 m	2 h
<b>Presles / Patente</b>				
Le Roi des Coulmes	5	2,2 km	100 m	0 h 45
Ganasse	6	2,7 km	150 m	1 h
Les Dolines	7	4,2 km	200 m	1 h 35
Serre du Sâtre (A/R)	8	7 km	300 m	3 h

Cette carte a été réalisée avec le plus grand soin afin de représenter fidèlement les données de terrain liées aux réseaux d'itinéraires et à la signalétique directionnelle. Les informations géographiques et topographiques, bien qu'issues de données contrôlées et actualisées, n'ont qu'un caractère indicatif et n'engagent pas la responsabilité des auteurs de cette carte. Vous évoluez en milieu naturel, restez vigilants et respectueux.

MOGOMA © 2018

## Présentation des parcours raquette – Zone nordique des Coulmes

Ces parcours raquette sont balisés et sécurisés, c'est la raison pour laquelle il vous sera demandé une participation financière pour les emprunter.

### Côté col de Romeyère – le Belvédère (accès via St Gervais ou gorges de la Bourne)

#### ① **Brude** (4,9 km, +275 m de dénivelé, 1h50 de marche environ)

*Au départ du col de Romeyère, ce parcours vous emmène sur le versant ouest au pied des falaises de Rencurel. Après avoir longé le domaine de ski alpin, l'itinéraire vous permet de parcourir de grandes étendues de neige entrecoupées de petits vallons. Souvent au soleil (dès le milieu de matinée) avec de beaux points de vue, cette balade est un régal.*

#### ⑨ **Pied Cocu** (2,4 km en A/R, +80 m de dénivelé, 1h15 de marche environ)

*Au départ du col de Romeyère, cet itinéraire est aussi une « voie blanche » c'est à dire une liaison praticable aussi bien à ski de fond qu'à raquette. Il permet de rejoindre, à travers bois, le Belvédère, départ des piste de fond.*

#### ② **La Découverte** (1,5 km, +70 m de dénivelé, 0h30 de marche environ)

*Au départ du Belvédère, cette jolie boucle s'adresse aux débutants et « petits » raquettes. Orientée secteur sud, cette balade est une belle entrée en matière.*

#### ③ **Moras** (4 km, +180 m de dénivelé, 1h30 de marche environ)

*Au départ du Belvédère, cet itinéraire propose une sortie plus longue. Au lieu-dit Moras, vous découvrirez la surprenante entrée de la grotte du même nom (attention, son accès est très pentu, rester à distance) à quelques dizaines de mètres du sentier. Puis le sentier remonte un talweg avant d'amorcer une boucle à travers le bois de hêtres et le retour par le chemin de l'aller.*

#### ④ **Pierre à feu** (5,4 km, +250 m de dénivelé, 2h de marche environ)

*Au départ du Belvédère, ce parcours prolonge le parcours précédent. Après avoir quitté le parcours ③ vous arrivez au hameau des Prés et ses espaces dégagés avec vue sur les sommets de Villard-de-Lans. Le retour permet de retrouver le parcours ③ qui ramène au Belvédère.*

### Côté Patente (accès via St Pierre-de-Chérennes ou Malleval-en-Vercors ou Presles)

#### ⑤ **Le Roi des Coulmes** (2,2 km, +100 m de dénivelé, 0h45 de marche environ)

*Cette boucle tracée à travers bois et prairies offre un condensé des Coulmes. Peu après le départ, au pied d'une ruine, une stèle rappelle les combats tragiques de 1944 dans ce secteur du Vercors. Plus loin, au-delà du pas de Pré Coquet, à une centaine de mètre du sentier, un joli point de vue donne sur le cirque de Malleval. Enfin, à proximité de l'arrivée vous découvrirez la fontaine de Bury, l'une des rares source pérenne du massif des Coulmes.*

#### ⑥ **Ganasse** (2,7 km, +150 m de dénivelé, 1h de marche environ)

*Ce parcours est une extension du « Roi des Coulmes » qui permet d'aller jusqu'à la prairie de Ganasse et de revenir à travers un petit sentier forestier avant de rejoindre la fin du parcours ⑤ peu avant la fontaine de Bury.*

#### ⑦ **Les Dolines** (4,2 km, +200 m de dénivelé, 1h35 de marche environ)

*L'itinéraire est commun avec le parcours précédent jusqu'à la prairie de Ganasse puis il emprunte une piste forestière vallonnée qui vous amènera à la grande clairière de Clos Michet et sa belle doline (dépression circulaire). Le retour reprend le chemin de l'aller puis devient commun avec le retour du parcours ⑥ à Ganasse.*

#### ⑧ **Serre du Sâtre** (7 km en A/R, +300 m de dénivelé, 3h de marche environ)

*Un « grand parcours » raquette, en aller-retour, qui offre une belle variété d'ambiances : forêt claire de hêtres, sombre pessière, profondes dolines, petite clairière hors du temps... L'itinéraire n'est jamais très loin de la piste de fond et vous trouverez un abri au refuge du Serre du Sâtre (dont profitent également les skieurs). De là, il faudra penser à faire demi-tour et revoir ce parcours forestier sous un autre angle...*