

# Amitié Nature Fontaine

## Programme des Randonnées du jeudi pour la Saison 2021

MASSIF	DESTINATION	Diff.	Alt. Somm.	DEPART	Alt. Dep.	Déniv.	Km	Durée	Proposé par	Animée par		Carte	Commentaires
Aravis	La Tournette		2 350 m	Col de La Forclaz	1 150 m	400 à 1300	9 à 14 Km	4 à 6	Fernand C	Fernand C		3532 OT	Pour chaque randonnée il est possible d'organiser à partir du même lieu de départ 3 randonnées de 3 niveaux.
Aravis	Mont Charvin	***	2 409 m	Les Sardoches / Les Fontanettes	1 380 m	1 030 m	15 Km		Fernand C	Fernand C		3531 OT	
Bauges	Mont Margériaz	***	1 845 m	Col De Plainpalais	1 173 m	672 m	12 Km	6,0 h	Fernand C	Fernand C		3432 OT	
Bauges	Mont Colombier		2 043 m	Aillon le Vieux- La Botière	930 m	530 à 1140	4 à 10 Km	3 à 6	Fernand C	Fernand C		3432 OT	
Bauges	Pointe de Banc Plat	***	1 907 m	Le Reposoir/Mont Devant	1 165 m	935m			Fernand C	Fernand C		3432 OT	
Bauges	Mont Colombier		2 045 m	Route Forestière	1 170 m	900 m			Jackie	Jackie	Dominique	3432 OT	
Beaufortain	Le Grand Mont		2 686 m	Lac de St Guérin	1 560 m	550 à 1130	7 à 12 Km	4 à 6	Fernand C	Fernand C		3633 OT	
Beaufortain	Tour de l'Aiguille du Grand Fond		2 671 m	Plan de Laley	1 818 m	1 100 m	17 Km		Jackie	Gilbert	Roger		Voiture au Cornet de Roselend
Beaumont	Tour du Colombier	**	1921 m	Col de Parquetout	1436 m	650 m	14 km	5H30	Elisabeth M	Elisabeth M		3336 ET	
Belledonne	Col de La frêche, Col D'Arpington	***	2 262 m	Parking de la station de Val Pelouse Arvillard	1 684 m	978 m	11 Km	5h30	Daniel	Daniel		3433 OT	1H45 de route , Boucle partielle
Belledonne	La cabane des Chalanches 1809 m, Refuge des Chazeaux	***	1 900 m	Hameau de la Traverse Allemont	1 128 m	1 100 m	14 Km	6h00	Daniel	Daniel		3235 OT	En circuit a faire hors neige ! sentiers à flanc très pentus ! variante peut être raccourci par le lieu dit les farret vers la traverse
Belledonne	Le Gargas (2208m) , Le Chamoux (2198m)	**	2 208 m	le Sanctuaire de la Salette le Villard	1 751 m	650 m	7 Km	3h00	Daniel	Daniel		3336 ET	Sans difficultés petits AR le Sanctuaire, le Gargas, le Chamoux
Belledonne	Circuit vers Les Sept Laux	***	2 146 m	Parking de la Martinette	1 060 m	1 158 m	12 Km	6h00	Daniel	Daniel		3335 ET	3334 OT boucle partielle sans difficultés
Belledonne	De Vizille à Montsec	***	1 130 m	Parc du château de Vizille	270 m	947 m	13 Km	6h00	Daniel	Daniel		3335 OT	Boucle
Belledonne	Lac des Querlies par l'Echine de Praouta	***	2 566 m	Parking le perron	1 617 m	1 140 m	15 Km	5h30	Daniel	Daniel		3335 OT	En circuit , de juin à septembre
Belledonne	Autour de Saint-Maximin	*	770 m	Saint-Maximin	420 m	535 m	11,7 km	4H	Elisabeth M	Elisabeth M		3433 OT	
Belledonne	Boucle du pays Vizillois	**	780 m	Vizille	300 m	610 m	13 Km	5,5 h	Evelyne	Evelyne		3335OT	
Belledonne	Circuit du Balcon de Combeloup	**	1 070 m	ST Nizier d'Uriage	650 m	420 m	12 Km	5,0 h	Evelyne/Michèle	Evelyne	Michèle	3335OT	
Belledonne	Circuit des Gardes	**	1 480 m	les Seiglières	1 065 m	420 m	12 Km	5,0 h	Evelyne/Michèle	Evelyne	Michèle	3335 OT	
Belledonne	Chalet de Pré Rond col de Claran	***	1 956 m	D 109 À 1578 m	1 578 m	378 m		3,0 h	Fernand C	Fernand C		3433 OT	
Belledonne	Lac Achard, col de l'Infernet, cols de la Botte et Lessines, les Vans et retour par les lacs Robert et lac des Vallons	***	2 439 m	Roche Béranger	1 800 m	900 m	13 Km	5,5 h	Gérard	Gérard	Dominique	3335 OT	
Belledonne	Lac Crozet - col de Sitre - Refuge de Pré Molard	***	2 170 m	Pré Raymond	1 370 m	1000 m		6 h	Gérard	Gérard		3335 OT	
Belledonne	Lac Blanc	***	2 160 m	Parking La Souille	1 350 m	850 m		5h	Gérard	Gérard	Patrick B	3335 OT	
Belledonne	Lac de Belledonne	***	2 140 m	Allemond - Coteyssart	1 280 m	980 m	12 km	5h	Gérard	Daniel	Gérard	3335 OT	
Belledonne	Gîte d'alpage de Pré Mollard	**	1 730 m	Pré Raymond	1 370 m	570 m	11 Km	4,5 h	Gérard	Gérard		3335 OT	
Belledonne	Circuit des Cimes			Les Seiglières	1 650 m	850 m	13 km		Michèle	Michèle		3335 OT	Circuit qui tient son nom à la montée à l'Aiguille (1839 m) où le panorama sur les cimes est saisissant
Belledonne	Tour des Lacs de Chamrousse - La Pra	***	2 250 m	Chamrousse - Le reconin	1 650 m	750 m	16 Km		Patrick B	Patrick B	Denis	3335 OT	Montée à la Croix de Chamrousse en téléphérique, Lacs roberts, Lac David , Refuge de La Pra, Retour: Lac Longet, Lac des Pourettes, Le Reconin. D-: 1350 m
Belledonne	La Cime de la jasse en traversée	***	2 478 m	Prapoutel: Le pré de l'Arc	1 541 m	950 m	13 Km	6,5 h	Patrick B	Patrick B	Dominique	3335 ET	Boucle: Descente par la Bédina
Belledonne	Allemont - Les Chalanches	**	1 800 m	Allemont - La Traverse	1 130 m	700 m	9 Km		Patrick B	Patrick B		3335 ET	Par le chemin Ferret; Variante de la proposition de Daniel
Belledonne	Circuit du Bit	**	900 m	Uriage	400 m	500 m	9 Km	3,3 h	Evelyne	Evelyne		3335OT	

MASSIF	DESTINATION	Diff.	Alt. Somm.	DEPART	Alt. Dep.	Déniv.	Km	Durée	Proposé par	Animée par		Carte	Commentaires
Belledonne	De Jarrie au Château de Bon Repos en passant par Montchaboud	**	590 m	Gare Jarrie	300 m	370 m	11 Km	4,0 h	Evelyne	Evelyne		3335OT	
Bornes	La Tournette		2 351 m	Chalet de l'Aulp	1 425 m	1 000 m			Jackie	Gilbert	Roger		
Châbons	Foret de la Sylvie Bénite (boucle)	*	735 m	Château de Pupetières	449 m	440 m	11 Km	4h30	Elisabeth M	Elisabeth M		3233 OT	Si possible pour le 21 mai (ou le 18 juin)
Châbons	Forêt de la Sylvie Bénite (boucle)	*	735 m	Château de Pupetières	449 m	440 m	11 Km	4h30	Elisabeth M	Elisabeth M		3233 OT	
Chartreuse	Le Chaos de bellefond		1 975 m	Perquelin	960 m	1 050 m	12 Km	7,0 h	Daniel	Daniel	Patrick B	3334 OT	Et Michèle
Chartreuse	L'Aup du Seuil	***	1 830 m	St Bernard du Touvet parking de Macieu	1 060 m	832 m	8 Km	4h00	Daniel	Daniel		3334 OT	AR/ sans grandes difficultés
Chartreuse	La Grande Sure par les Cols de La Vache	***	1 908 m	Col de la Charmette Pomarey	1 283 m	829 m	11 Km	5h15	Daniel	Daniel		3334 OT	Boucle partielle
Chartreuse	La Pinéa	**	1 771 m	Direction Charmant Som Parking lieu dit « la Prairie	1 330 m	460 m	13 Km	4h00	Daniel	Daniel		3234 OT	AR /dernière pente un peu raide et il faut mettre un peu les mains sans grandes difficultés
Chartreuse	Boucle de Saint Aupre	**	876 m	Parking du cimetière St Aupre	450 m	500 m	12 Km	5h00	Daniel	Daniel		3333 OT	sans difficultés
Chartreuse	Tour de La Tençon	**	623 m	Parking des randonneurs de Voreppe	248 m	550 m	9 Km	4h00	Daniel	Daniel		3235 OT	3334 OT sans difficultés
Chartreuse	Les crêtes Nord du saint Eynard	***	1 582 m	Parking du foyer de ski de fond du Sappey	982 m	935 m	12,8	5h50	Daniel	Daniel		3334 OT	3335 OT en circuit
Chartreuse	La Cochette et le Mont Outheran		1 618 m	Les Bruyères	1 200 m	600 m		4,0 h	Dominique	Michèle		3333OT	
Chartreuse	Col de L'Aliénard par le Col de La Ruchère	**	1500 m	Foyer de fond La Ruchère	1165 m	590 m	13 km	5H	Elisabeth M	Elisabeth M		3333 OT	
Chartreuse	Boucle depuis Saint-Aupre	*	876 m	Saint-Aupre	459 m	490 m	12 km	4 H	Elisabeth M	Elisabeth M		3333 OT 3233 OT	
Chartreuse	Autour du Canal de l'Herretang	*	709 m	Saint-Joseph-de-Rivière	400 m	320 m	12 km	4 H	Elisabeth M	Elisabeth M		3333 OT 3334 OT	
Chartreuse	La tour au chamois ou l'Oeuillon	**	1 200 m	Proveysieux D 105 1600 m Après L'Eglise	490 m	710 m	12 Km	6,0 h	Fernand C	Fernand C		3334 OT	
Chartreuse	Piton et dôme de Bellefond	***	1 975 m	Le Prayer Saint Bernard	920 m	1 055 m		6,0 h	Fernand C	Fernand C		334 OT	
Chartreuse	Arpison		1 489 m	La Ruchère	1 170 m	200 à 600	6 à 12 Km	2 à 4	Fernand C	Fernand C		3333 OT 3334 OT	
Chartreuse	Chalet des Bannettes	***	1 650 m	Namières- Mt St Martin	800 m	900 m	11 Km		Gérard	Gérard		3334 OT	
Chartreuse	Col d'Hurtières	***	1 790 m	Monastère de Chalais	930 m	900 m	13 Km		Gérard	Gérard	Daniel	3334 OT	
Chartreuse	Cabane de Bellefond	***	1 650 m	St Pierre de Chartreuse : Route de Perquelin	880 m	950 m	14 Km	6,0 h	Gérard	Gérard		3334 OT	
Chartreuse	Chalet des Bannettes Retour par col et goulet d'Hurtières	**	1770 m	Chalet de la Charmette	1 280 m	680 m	12 km	5 h	Gérard	Gérard		3334 OT	
Chartreuse	La Sure	**	1930 m	Chalet de la Charmette	1280 m	750 m	10 km	5 h	Gérard	Gérard		3334 OT	
Chartreuse	Le Cozon	**	920 m	OT de St Pierre d'Entremont	600 m	570 m	14,5 km	4,5 h	Gérard/Marie Elisabeth	Gérard/Marie Elisabeth		3333 OT	
Chartreuse	Le tour de la Roize par la vieille église de Pommiers	**	670 m	Voreppe parking de blayère	270 m	700 m	10 Km		Gilbert	Gilbert		3334OT	
Chartreuse	St M le Vinoux le Mont Jalla arrivée à la mairie de La Tronche (bus16 arrêt "Bastille")	**	210 m	Tram E St M le Vinoux arrêt "Hotel de ville"	660 m	620 m	9 Km		Gilbert	Gilbert		3334OT	Issu de la liste intersaison randos douces
Chartreuse	Voreppe le tour de la plaine	*	280 m	Parking de la Blayère	190 m	250 m	14 Km		Gilbert	Gilbert		3334OT	Issu de la liste intersaison randos douces
Chartreuse	La Buisse le tour du Grand Ratz	*	560 m	La Buisse hameau du Bret	885 m	450 m	9 Km		Gilbert	Gilbert		3233 SB	Issu de la liste intersaison randos douces
Chartreuse	La Chapelle Saint Michel		1 050 m	D29 au dessus de La Terrasse	650 m	500 m			Jackie	Jackie		3334 OT	Retour par La Croix de Coquet
Chartreuse	Les Rochers de Lorzier	***+	1 830 m	Monastère de Chalais	950 m	950 m	15 Km		M. Elisabeth	M. Elisabeth	Elisabeth M	3334 OT	Deux cheminées, dont une raide, cablée, aérienne, et en descente,
Chartreuse	Pas Ruat et Pas de la Mort	**+	1 400 m	Saint-Même d'en Bas ou d'en haut (suivant accessibilité au parking (payant l'été)	760 ou 850	750m ou 650m	7 à 8	6h?	Marité D	Patrick B	Marité D	3333 OT	Tronçons équipés de Barre de fer, câbles et échelons. Parties exposées, et restant souvent humides et glissantes. Rando du vertige (P Sombardier)
Chartreuse	Chamechaude par la rampe de l'écureuil + Le Jardin	***	2 082 m	Col de porte	1 324 m	900 m	15 Km		Patrick B	Patrick B	Michèle	3334 OT	Chamechaude par la rampe de l'écureuil, le pas de l'arche, le jardin
Chartreuse	Le Grand Manti	**	1 800 m	Les Varvats	1 042 m	900 m	10 Km	6,0 h	Patrick B	Patrick B	Dominique	3333 OT	Par l'Alpettaz
Chartreuse	Le Sangle de Belles Ombres	***	1 835 m	Pré Orcel	1 400 m	650 m	11 Km	5,0 h	Patrick B	Patrick B		3333 OT	Boucle

MASSIF	DESTINATION	Diff.	Alt. Somm.	DEPART	Alt. Dep.	Déniv.	Km	Durée	Proposé par	Animée par	Carte	Commentaires	
Chartreuse	Le Charmant Som par les Dalles	**	1 870 m	Les Revols	1 080 m	750 m			Patrick B	Patrick B	3334 OT	Boucle	
Chartreuse	Crête des Charmilles - Petite Vache - Pas de La biche	***	1 660 m	Chartreuse de Curière	870 m	900 m	13 Km		Patrick B	Patrick B	3334 OT	Pas de La Biche Raide et difficile; à faire en montant	
Chartreuse	Le Tour des Haberts de Chartreuse	**	1 500 m	La Correrie	830 m	760 m	12 Km	5h	Patrick B	Patrick B	3334 OT	Boucle	
Chartreuse	Le Saint Eynard par le Rocher du Bret	***	1 340 m	La Pillonnière	980 m	400 m	5 Km		Patrick B	Patrick B	3334 OT	Passages aériens avec les mains. A repérer	
Chartreuse	Le Charmant Som par ses sangles	***	1 867 m	Col de La Charmette	1 270 m	650 m	8 Km		Patrick B	Patrick B	3334 OT	Passages aériens hors sentiers	
Chartreuse	Le sangle du Fouda Blanc	***	1 852 m	Les Varvats	1 040 m	1 010 m	14 Km		Patrick B	Patrick B	Gérard	3333 OT	Passages aériens avec les mains
Chartreuse	Les Rochers de Chalves	***+	1 840 m	Mont Saint Martin	800 m	1 050 m	12 Km		Patrick B / Michèle	Michèle	Patrick B	3334 OT	Boucle par le Pas du Sappey
Chartreuse	La Voie Sarde	*	603 m	St Christophe sur Guiers	416 m	250 m	9 Km		Patrick B	Patrick B		3333OT	Boucle
Chartreuse	La Cascade d'Alloix	*	740 m	Montalieu	395 m	480 m	5 Km	3,0 h	Patrick M	Patrick M		3333OT	
Dévoluy	Les crêtes de la Sambue	***	1 581 m	L'Église /Pellafol Les Payas	933 m	570 m	12 Km	6,0 h	Fernand C	Fernand C		3337 OT	
Dévoluy	La montagne de Jajène	***	1 572 m	Lus La Croix Haute - Pont des Amayeres	1 180 m	628 m	11 Km	5,0 h	Fernand C	Fernand C		3237 OT	
Dévoluy	Le Chatel ou Bonnet de Calvin	***	1950 m	Mens : Le Verdier	930 m	1000 m	13 km	5 h	Gérard	Gérard	Daniel + Dominique	3337 OT	
Dévoluy	L'Arête de Rattier	***	2 474 m						M.Elisabeth	Michèle	M.Elisabeth		
Dévoluy	L'Obiou par les Chatières		2 789 m	Cabane de Beaumes	1 580 m	1 250 m		7,0 h	Odette	Michèle / Gérard	Daniel		Rando Très Alpine, Casque et corde 20m; Reconnaissance , effectif restreint
Matheysine	Le Sénépy	**	1 757 m	Les Signaroux	1 265 m	623 m	14 Km	5h30	Daniel	Daniel	Lucette	3337 OT	
Matheysine	De la Méharie au Paradis	*	1209 m	La Mure	885 m	350 m	12 km	4 H	Elisabeth M	Elisabeth M		3336 OT	
Matheysine	Le Serre de Chat Pendu sous le col de Sénépy	*	1443 m	Prunières	862 m	620 m	12,5 km	4 H 30	Elisabeth M	Elisabeth M		3336 OT	
Matheysine	Tour du Grand lac de Laffrey	*	1110 m	Laffrey	900 m	500 m	16 km	5H30	Elisabeth M	Elisabeth M		3336 OT	
Matheysine	La Mure dela Meharie au Paradie	*	1145	Parking de la gare	780 m	450 m	11 Km		Gilbert	Gilbert		3336OT	Issu de la liste intersaison randos douces
Matheysine	Le lac de Charlet en circuit	**	1 900 m	Station Saint Honoré	1 500 m	470 m		3h 30	Michèle	Michèle			Rando à 46 km de Grenoble. Difficulté Descente assez caillouteuse. Intérêt : lac peuplé de têtards et bordé de rhododendrons. Période : pas avant mi-juin
Maurienne	La vallée du Ribon			Bessans	1 732 m	500 m	20 Km Maxi	7 Km	Fernand C	Fernand C		3634 OT	
Oisans	Le chemin du facteur	***	1 846 m	Direction le collège parking du Gymnase de Bourg-d'Oisans	747 m	1 295 m	10 Km	6h00	Daniel	Daniel		3235 OT	3336 OT, 3335 ET, 3336 ET sentier sévère autant à la montée qu'à la descente !!! Attention Patous !!! quelques passages délicats !!!
Oisans	Lac Blanc via l'altiport et l'ancienne mine	***	2 596 m	Alpe d'Huez l'Eclosé rond point proche du télésiège	1 780 m	852 m	14 Km	6h00	Daniel	Daniel		3335 ET	Circuit à n'entreprendre que par temps sec
Oisans	La Molière	*	1780 m	Bons	1306 m	510 m	12,2 km	4 H/4H30	Elisabeth M	Elisabeth M		3336 ET	
Oisans	Refuge des Moutettes et lac du même nom	**	2250 m	Besse	1564 m	760 m	13,5 km	5H/5H30	Elisabeth M	Elisabeth M		3335 ET	
Oisans	Refuge Alpe du Pin	**	1 805 m	Les Granges (St christophe en Oisans)	1 340 m	600 m		3h30	Evelyne	Evelyne		3336 ET	
Oisans	Lac des Bêches		2 400 m	Pré Clot	1 570 m	550 à 1200	11 à 16 Km	4 à 6	Fernand C	Fernand C		3431 OT	
Oisans	Lac des Fétoules	***	2 210 m	Champhorent-St Christophe en Oisans	1 560 m	1 050 m	14 Km	6,0 h	Gérard	Gérard		3336 ET	
Oisans	Miroir des Fétoules et table d'observation	**	2030 m	St Christophe en Oisans	1470 m	600 m	10,5 km	4,5 h	Gérard	Gérard	Michèle	3336 OT	
Oisans	Le lac de Lauvitel	**	1530 m	La Danchère	990 m	580 m	9 km	4,0 h	Gérard	Gérard		3336 ET	
Oisans	Col et Lac du glacier d'Ar sine	**	2 460 m	Col du Lautaret- AR: Le Casset	2 088 m	1 150 m	20 Km	8,0 h	Monique V	Patrick B	Daniel	3436 ET	Boucle autour du Combeynot par le sentier des crevasses, retour par Le Casset avec manip de voitures. D+ 650 D- 1150
Oisans	Les Balcons du Vénéon	***	1 860 m	St Christophe en Oisans	1 450 m	700 m	9 Km		Patrick B	Patrick B	Daniel	3336 ET	Sens: St Christophe --> Venosc
Oisans	Refuge Temple Ecrin	**	2 400 m	La Béarde	1 700 m	750 m	13 Km		Patrick B	Patrick B		3436 ET	Par le refuge du carret

MASSIF	DESTINATION	Diff.	Alt. Somm.	DEPART	Alt. Dep.	Déniv.	Km	Durée	Proposé par	Animée par	Carte	Commentaires
Oisans	La Croix du carrelet	*	2 128 m	Villard Reymond	1 600 m	600 m	10 Km	5,0 h	Patrick B	Patrick B	3336 ET	Boucle
Pays de St Marcellin	St Antoine l'Abbaye		370 m	Bois St Appo	653 m	350 à 500	16 à 25 Km	5 à 7	Fernand C	Fernand C	3136 ET	
Plaine de Vaulnaveys	Boucle de Brié Bas à Montchaboud	*	732 m	Brié Bas	310 m	495 m	13,7 km	5H/5H30	Elisabeth M	Elisabeth M	3335 OT	
Royannais	Sentier du Martin Pêcheur de Beauvoir en Royans à la Sône	**	300 m	Beauvoir en Royans	200 m	200 m	14 Km	5,0 h	Evelyne	Evelyne		
Taillefer	Le tour du Pérollier	***	2 019 m	Station St Honoré 1500	1 499 m	639m	10,9km	4h40	Daniel	Daniel	3336 OT	juin particulièrement fleuries , troupeaux variante par le sentier du diable
Taillefer	Le Taillefer en circuit partiel avec un retour par le pas de la Vache	***	2 857 m	La Stèle	1 690 m	1 200 m		7h	Michèle	Michèle	3336 OT	Attention passage aérien au dessus du pas de la Mine, pour personnes pas sujettes au vertige.
Taillefer	Pas de la Mine en circuit avec retour par la pas de la Vache	**	2 454 m	La Stèle	1 690 m	800 m			Michèle		3336 OT	Rando qui peut être proposée en même temps que le Taillefer
Taillefer	Plan Col	*	1 900 m	Moulin Vieux	1 225 m	700 m	10 Km		Patrick B	Patrick B	3336 OT	A/R
Trièves	La pierre des sacrifices	*	1104 m	Mens	760 m	517 m	16 km	5H30/6H	Elisabeth M	Elisabeth M	3237 OT	
Trièves	Boucle autour de Saint Jean d'Hérans	*	1052 m	Saint-Jean-d'Hérans	800 m	500 m	14,6 km	5H	Elisabeth M	Elisabeth M	3336 OT	
Trièves	A la découverte des hameaux du Trièves	*	892 m	Saint-Paul-lès-Monestier	800 m	440 m	12,5 km	4 H	Elisabeth M	Elisabeth M	3236 OT	
Trièves	Circuit autour de Clelles	**	867 m	Gare Sncf de Clelles	716 m	250 m	12 Km	4,0 h	Fernand C	Fernand C		
Trièves	Sommet de l'Aulp	***	1 796 m	Parking de Tournavon	1 396 m	400 m		3,0 h	Fernand C	Fernand C	3237 OT	
Trièves	Les Lames de Larçon	***	2 010 m	Longueville	1 016 m	1 050 m	15 Km	6-7 h	Marité D	Michèle Daniel	3337 OT	Avec commentaires sur la géologie par Marité
Tullinois	De St Paul d'Izeaux au bourg du Plan	**	780 m	St Paul d'Izeaux	500 m	420 m	13 Km	5,0 h	Evelyne	Evelyne	3235OT	
Tullinois	De l'Albenc à Chantesse en boucle	**	530 m	Parking face à la mairie	250 m	650 m	16 Km		Gilbert	Gilbert	3235OT	Issu de la liste intersaison randos douces
Tullinois	De l'Albenc à Chantesse en boucle courte	*	450 m	Parking face à la mairie	250 m	470 m	13 Km		Gilbert	Gilbert	3235OT	Issu de la liste intersaison randos douces
Tullinois	Varacieux leTravers du Pin	*	590 m	Varacieux mairie	340 m	450 m			Gilbert	Gilbert	3134 SB	Issu de la liste intersaison randos douces
Tullinois	Sentier de Bocsozel	**	645 m	St Hilaire de la Côte	400 m	375 m	13 Km	5,0 h	Evelyne	Evelyne	3133E	
Tullinois	De la Forteresse au Col de Chatain	**	760 m	La Forteresse	500 m	320 m	9 Km	3,3 h	Evelyne	Evelyne	3235OT	
Valbonnais	Le Pique de Nantes (Versant Roizonne)		2 214 m	Falavet, La Grande Combe	1 250 m	964 m		5,0 h	Dominique	Dominique	3336 OT	
Valbonnais	L'Arche du Vet	***+	1 720 m	Le Gragnolet	900 m	1 000 m			M. Elisabeth	M. Elisabeth Elisabeth M		Par le sentier du Granolet (Trace cairnée)
Valbonnais	Boucle du Pays Mésageois	**	730 m	Notre Dame de Mesage	400 m	570 m	12 Km	5,0 h	Evelyne	Evelyne	3336OT	
Vercors	Le tour de l'Eperrimont	***	1 175 m	parking de l'église St Paul de Varcès	620 m	830 m	18 Km	5h00	Daniel	Daniel	3236 OT	à n'entreprendre que par temps sec
Vercors	Le sommet des Gorges de La Bourne par le Pas des Rages	***	1 176 m	Gites d'étapes de Basse Valette	672 m	861 m	12 Km	6h05	Daniel	Daniel	3235 OT	3236 OT circuit , attention Patous
Vercors	Petites merveilles autour de la Crête des Croc s	***	1 991 m	Varcès-Allières et Risset parking Pré Du Four	1 172 m	1 075 m	12 Km	5h10	Daniel	Daniel Patrick B	3235 OT	3236 OT , 3335 OT , circuit , sentes pas faciles à trouver et à suivre
Vercors	Gros Martel	*	1 607 m	Méaudre	1040 m	582 m	11,3 km	4H30/5H	Elisabeth M	Elisabeth M	3235 OT	
Vercors	Boucle en forêt de Bois Barbu	*	1550 m	Bois Barbu	1107 m	500 m	15,5 km	5H/5H30	Elisabeth M	Elisabeth M	3236 OT	
Vercors	Le Bec de l'Aigle et les Gorges du Bruyant	*	1122 m	Lans-en-Vercors	901 m	502 m	12,4 km	4 H30	Elisabeth M	Elisabeth M	3235 OT	
Vercors	Vallon de La Fauge	*	1450 m	Villard-de-Lans	1080 m	470 m	12,5 km	4 H30	Elisabeth M	Elisabeth M	3236 OT	
Vercors	Le Bec de l'Echaillon	*	610 m	Veurey-Voroize	191 m	526 m	10,27 km	4 H	Elisabeth M	Elisabeth M	3235 OT	
Vercors	Pierre des 2 heures	*	1600 m	Col de l'Arzelier	1154 m	590 m	14,5 km	5 H	Elisabeth M	Elisabeth M	3236 OT	
Vercors	Tour du Palais et du Rocher du Château Vert	*	1470 m	Gresse-en-Vercors	1255 m	445 m	11 km	4H/4 H30	Elisabeth M	Elisabeth M	3236 OT	
Vercors	Rocher du Cléton	*	1687 m	Gresse-en-Vercors	1160 m	527 m	8,5 km	4 H	Elisabeth M	Elisabeth M	3236 OT	
Vercors	Montagne de la Pâle	**	1734 m	Gresse-en-Vercors	1186 m	750 m	10,5 km	5 H/5H30	Elisabeth M	Elisabeth M	3236 OT	
Vercors	Boucle du Sentier Gobert	*	1559 m	Villard-de-Lans	1160 m	480 m	11 km	4H	Elisabeth M	Elisabeth M	3236 OT	

MASSIF	DESTINATION	Diff.	Alt. Somm.	DEPART	Alt. Dep.	Déniv.	Km	Durée	Proposé par	Animée par	Carte	Commentaires	
Vercors	La Chapelle St Ours	*	620 m	Veurey Le petit Port	255 m	365 m	5 Km	2H15	Fernand C	Fernand C		3233 SB	
Vercors	La forêt de Noyarey	*	673 m	Noyarey	200 m	473 m	7 Km	2H30	Fernand C	Fernand C		3235 OT	
Vercors	Le plateau du plan St Barthelemy du Guâ	**	632 m	Les Saillants du Guâ	380 m	252 m	10 Km	3,0 h	Fernand C	Fernand C		3236 OT	
Vercors	Serre Plumé	**	1 573 m	Col De Lachau	1 337 m	325 m	15 Km	3,0 h	Fernand C	Fernand C		3136 ET	Retour Col de Carri 1250 m
Vercors	But de Nève	**	1 656 m	Col De Rousset	1 250 m	406 m		4H30	Fernand C	Fernand C		3136 ET	
Vercors	But de la Nève		1 656 m	Col de Rousset	1 250 m	720 à 860		4 à 6	Fernand C	Fernand C		3432 OT	Pour chaque randonnée il est possible d'organiser à partir du même lieu de départ 3 randonnées de 3 niveaux.
Vercors	Le Grand Veymont par le Pas de la Ville	***	2 340 m	Gresse en Vercors	1 200 m	1 100 m	13 Km	6,0 h	Gérard	Gérard		3236 OT	
Vercors	Pas de l'Oeille et retour par le Col Vert	***	1 960 m	Prélenfrey - les Bordeaux	1 310 m	900 m	14 Km	5,0 h	Gérard	Gérard		3236 OT	
Vercors	La plaine de la Queyrie par le pas de la Selle	***	1900 m	St Michel les Portes : les Fréchinets	1150 m	950 m	12 km	5 h	Gérard	Gérard		3236 OT	
Vercors	Tête Chevalière par les crêtes	***	1950 m	Chichiliane (église)	990 m	980 m	14 km	5,5 h	Gérard	Gérard		3236 OT	
Vercors	Pic St Michel et Col de l'Arc	**	1960 m	Lans en Vercors : les Barnets	1250 m	750 m	10 km	5 h	Gérard	Gérard		3235 OT	
Vercors	Bergerie de Darbounouse	**	1 450 m	Corrençon	1 140 m	560 m	16 Km	5 h	Gérard	Gérard		3236 OT	
Vercors	Les rochers de la Balme	***	2100 m	Corrençon	1140 m	1010 m	14 km	6 h	Gérard	Gérard		3236 OT	
Vercors	Château Julien	**	1560 m	Corrençon	1140 m	450 m	12 km	4 h	Gérard	Gérard		3236 OT	
Vercors	Pas du Pertuson	**	1450 m	Méaudre	1000 m	500 m	13 km	4,5 h	Gérard	Gérard		3335 OT	
Vercors	Le Gouffre Berger	**	1630 m	Autrans : Villeneuve	1120 m	650 m	12 km	4,5 h	Gérard	Gérard		3235 OT	
Vercors	Sommet du Platary et son "gouffre"	**	1580 m	Chichiliane - Les Oches	1000 m	650 m	10 km	5 h	Gérard	Gérard		3236 OT	
Vercors	La Plaine d'Herbouilly	**	1450 m	Corrençon	1140 m	510 m	13,5 km	4,5 h	Gérard et Gilbert	Gérard et Gilbert		3236 OT	
Vercors	Le rocher de la truite et la ferme d'Ambel	**	1 230 m	Bouvante le Haut "les Roissards"	590 m	750 m	14 Km		Gilbert	Gilbert		3136 ET	Aller retour - Possibilité de raccourcir pour en faire une randonnée courte en s'arrêtant au niveau du mur des Chartreux. (-4km -120m de dénivelé)
Vercors	La tête de la dame tour du plateau d'Ambel	*	1 506 m	Gardirole (vers col de la bataille)	1 125 m	500 m	15 Km	4h30	Gilbert	Gilbert		3136 ET	
Vercors	Boucle Pas de la Sambue; Roybon; carrefour de la royale.	**	1 470 m	Golf de Corrençon	1 150 m	600 m	12 Km		Gilbert	Gilbert		3236 OT	
Vercors	La Tête de Gaudissart		1 489 m	Trézanne	1 012 m	500 m			Jackie	Jackie		3236 OT	
Vercors	Le Pas de Pré Bourret	**	1 300 m	Centre Tibétain de Montchardon	819 m	525 m	13 Km		M. Elisabeth			3235 OT	Boucle
Vercors	La Balme Noire par la vire de Haute Valette	**+	1 100 m	Basse-Valette	660 m	500 m	10 Km		Marité D	Patrick B	Marité D	3235 OT	Des passages délicats avec du vide!Pieds sûrs, ne pas craindre le vertige. Rando prise dans Vercors Secret (P Sombardier)
Vercors	Pas Brochier Pas de la Clé par la falaise	****	1 554 m	4,8km après les Coings Route de Montaud	1 190 m	400 m	6 Km		Marité D	Patrick B	Marité D	3235 OT	Approche courte mais raide et mal tracée, escalade facile mais exposée dans le pas. Temps sec indispensable et petite corde et sangles. Rando du vertige (P Sombardier)
Vercors	Le Rognon par Le Bouturet et la crête de Cote belle	**	1 851 m	les Amayeres (Luz )	1 160 m	800 m	10 Km	5,0 h	Martine B	Patrick B		3237 OT	Boucle de crêtes
Vercors	Rocher de Ranc Traversier		2 003 m	Bourgmenu	1 018 m	1 000 m			Michèle	Michèle	Elisabeth	3236 OT	En circuit: Montée par le Pas de Serre Brion, retour par Le Pas Morta, D'après: Les 100 Pas du Vercors. (Automne)+Casque
Vercors	Les balcons des Deux Sœurs	*	1 557 m	Col de l'Arzelier	1 154 m	460 m	10 Km	3h 40	Michèle	Michèle		3236 OT	Rando à 33 km de Grenoble. Balisage jaune et vert. Intérêt : panorama et cabane/refuge.
Vercors	Le tour du Palais	*	1 455 m	Les Fraisses (Gresse-en-Vercors)	1 129 m	450 m		3h	Michèle	Michèle		3236 OT	Rando à 45 km de Grenoble. Balisage jaune et vert. Possible dès la mi-mai jusqu'à fin novembre suivant les automnes. Eviter l'été. Intérêt : patrimoine naturel et géologique (rochers de calcaires tithonique).

MASSIF	DESTINATION	Diff.	Alt. Somm.	DEPART	Alt. Dep.	Déniv.	Km	Durée	Proposé par	Animée par	Carte	Commentaires	
Vercors	Pas de l'Aiguille et vire des Heures en AR	***		Parking au-dessus de Richardière	1 150 m	781 m	18 km		Michèle	Michèle	3236 OT	Pas de brouillard pour la traversée des Hauts Plateaux du Vercors. Hors sentier pour l'accès à la vire qui est aérienne	
Vercors	Grotte de la Bourgeoise en circuit sportif			Allières-sur-Claix	345 m	1150 m	16 km		Michèle	Michèle	3235 OT	(Possibilité de partir plus haut au pont de la Pissarde avant Chardeyre 736m) Raideur dans le pas de l'Âne	
Vercors	Grotte de la Bourgeoise en circuit moins sportif			Pont de la Pissarde	736 m	760 m			Michèle	Michèle			
Vercors	Cascade la Pissarde en circuit			Allières-sur-Claix	345 m	400 m			Michèle	Michèle	3235 OT	Au printemps pour la cascade, Possibilité d'un AR à la cabane de Chabloz suivant le groupe	
Vercors	Cabane de la Robine + le Peuil en circuit			Malhivert		660 m	11 km		Michèle	Michèle	3235 OT	Préférence par temps sec pour l'accès à la cabane effectif limité (max 10 personnes)	
Vercors	Plateau Charvet en circuit			Pariset	700 m	500 m	13 km		Michèle	Michèle	3235 OT	Intérêt proche de Grenoble Période : inter-saison	
Vercors	Epérimont en circuit			Echailion	600 m	820 m	15 km		Michèle	Michèle	3236 OT	Préférence par temps sec pour le retour par le PR et Gros Moran	
Vercors	Le Trou Saint Michel	**++	1 900 m	Saint Nizier du Moucherotte	1 200 m	750 m			Michèle / Patrick	Michèle	Patrick	3235 OT	Boucle. Corde pour descendre dans le trou St Michel. Montée par le Pas de l'Echelle, descente par le couloir du CAF
Vercors	Le Moucherotte par la Face Est + Retour par la Cheminée et le sentier de l'arête nord	***	1 901 m	St Nizier - Le Tremplin	1 000 m	1 000 m		5,0 h	Patrick B	Patrick B	Gérard	3235 OT	Descente par La Cheminée dite 'du CAF'.
Vercors	Le Pieux	***	1 270 m	Vif	311 m	1 000 m	980 Km		Patrick B	Patrick B		3236 OT	
Vercors	Quinquambaye + Crete du Brisou	***	1 756 m	Gresse en Vercors - La Ville	1 252 m	800 m	11 Km		Patrick B	Patrick B		3236 OT	Boucle par les crêtes
Vercors	Défilé du Coulou, Vire de Fangasset, Pas du Curé, Pas de La Corne	***	1 150 m	Barrage d'Engins	831 m	470 m	7 Km		Patrick B	Patrick B	Marité	3235 OT	Aérien, Pour fortes chaleurs; 7km avec la vire de Fangasset. De: Vercors Secret P.Sombardier
Vercors	La Dent de Moirans	*	988 m	Montaud	680 m	450 m	11 Km	4,0 h	Patrick B	Patrick B		3234 OT	Egalement organisée par l'OMS le 1er Mai
Vercors	Le Balcon du Gerbier	**	1 630 m	Col de l'Arzelier	1 150 m	680 m	15 Km		Patrick B	Patrick B		3236OT	Boucle
Vercors	Le Goutaroux et la Tête de Gaudissart	**	1 489 m	Cielles - Viaduc de Darne	800 m	1 000 m	12 Km	6,0 h	Patrick B	Patrick B		3236OT	Boucle
Vercors	Vierge du Vercors (par Plaine d'herbouilly, Pas Saint Martin et Grotte des Ramats)	*	1 343 m	D221 (Les Tenailles)	1 310 m	460 m	8 Km	4,0 h	Patrick M	Patrick M		3236OT	Point mini 1177 m - Point Maxi 1388
Vercors	La cabane Bertrand par le col de l'Allimas	*	1 466 m	Gresse-Parking de la boulangerie	1 218 m	400 m	10 Km	3h30	Rémy V			3236 OT	Pour rando douce au printemps (on passe sous les passerelles de l'odyssée verte et on longe un peu le sentier des fleurs). Pique nique à la cabane Bertrand.
Vercors	Les Ecouges et bergerie de Fessole	**	1 400 m	Pont Chabert( Saint Gervais)	882 m	520 m	15 Km	5,0 h	Evelyne	Evelyne		3235 OT	
Vercors Sud	Roc Toulau		1 581 m	Bouvante Le Haut	1 590 m	400 à 1200	10 à 17 Km	4 à 7	Fernand C	Fernand C		3336 ET	
Voironnais	Voiron La Vouise Croix St Denis Petit Tour	*	750 m	Parking du collège de la Garenné	360 m	650 m	11 Km		Gilbert	Gilbert		3233 SB	Issu de la liste intersaison randos douces
Voironnais	Chirens Croix des Cochettes et pierre de libre Soleil	*	804 m	Parking place des tilleuls	459 m	450 m	10 Km		Gilbert	Gilbert		3233 SB	Issu de la liste intersaison randos douces
Voironnais	Les étangs de La Cressonnière	*		Réaumont		350 m			M. Elisabeth	M. Elisabeth			
Voironnais	Circuit de la Gabelle	**	500 m	Chélieu	380 m	200 m	11 Km	4,0 h	Evelyne	Evelyne		3233O	
Voironnais	Circuit des deux Chateaux Virieu- Pupetière	**	750 m	Virieu	400 m	360 m	13 Km	5,0 h	Evelyne	Evelyne		3233O	

DIFFICULTÉS : \* Randonnée pour tous  
\*\* Randonnée Moyenne  
\*\*\* Randonnée Bon Marcheurs  
\*\*\*\* Randonnée Difficile  
+ (++) Avec passage cheminée, escalade ... (équipement nécessaire)