



Bienvenue à La Ruchère en Chartreuse

Sur le domaine de La Ruchère en Chartreuse, entre 1165 à 1450 m d'altitude, avec 35 km de pistes de ski de fond damées pour l'alternatif et le skating, et 34 km d'itinéraires raquettes balisés.

De difficultés variées, les sentiers raquettes débouchent sur les magnifiques prairies des Riondettes et d'Arpison, ou vous conduisent aux belvédères des Riondettes, d'Arpison, de la Pointe du Frou, au col de La Ruchère... Quatre Itinéraires raquettes sont balisés sous la direction du pisteur secouriste de la station. Sur place location d'équipements, gîte auberge communal, salle hors sac, bar, restauration.

> Ouverture des pistes de 9h à 17h.

Contacts utiles

CENTRE DE SKI NNORDIQUE
04 76 66 03 21

CHARTREUSE TOURISME
www.chartreuse-tourisme.com



7

ALPES
IS HERE

Saint-Christophe sur Guiers
La Ruchère en Chartreuse
[Chartreuse]

Plan des itinéraires de raquettes à neige



isère LE DÉPARTEMENT
**Le Département de l'Isère
et les stations iséroises
œuvrent ensemble pour vous proposer
747 km d'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 [itinisere](http://itinisere.com)
- > Des idées de sorties outdoor sans voiture : changerdapproche.org



Dérangement hivernal

Pour mieux préserver la faune sauvage l'hiver :

- > **Privilegions les itinéraires balisés** : sur les sols enneigés, restons sur les sentiers balisés.
- > **Evitons 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.



> Plus d'informations : Hiver sauvage, montagne en partage biodiversite.isere.fr



ISÈRE OUTDOOR
**Retrouvez les tracés et
informations des itinéraires
raquettes à neige sur l'appli
mobile Isère Outdoor.**

- > Géolocalisation en direct sur le tracé du parcours.
- > Plusieurs fonds de cartes au choix dont IGN (connexion internet obligatoire).
- > Téléchargement des données et des fonds de carte pour une utilisation hors ligne (par activité ou par territoire) et téléchargement des GPX.
- > Sélection de l'itinéraire le plus adapté grâce aux filtres (distance, dénivelé, secteur géographique...).
- > Possibilité de signaler un problème et de commenter les itinéraires.
- > Outil « se rendre au départ » qui permet de repérer le point de départ.

> Egalement accessible sur isereoutdoor.fr



Signalétique et balisage

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



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



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.
- > 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.
- > **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
Faible	Limité	Marqué	Fort	Très fort
Conditions généralement favorables	Instabilité limitée le plus souvent à quelques pentes	Instabilité marquée, parfois sur de nombreuses pentes	Forte instabilité sur de nombreuses pentes	Conditions très défavorables

Météo et secours

En cas de mauvais temps, reportez votre sortie.

- > Météo des neiges : 08 99 71 02 38
- > Service des pistes : 04 76 66 03 21
- > Secours en montagne : 112

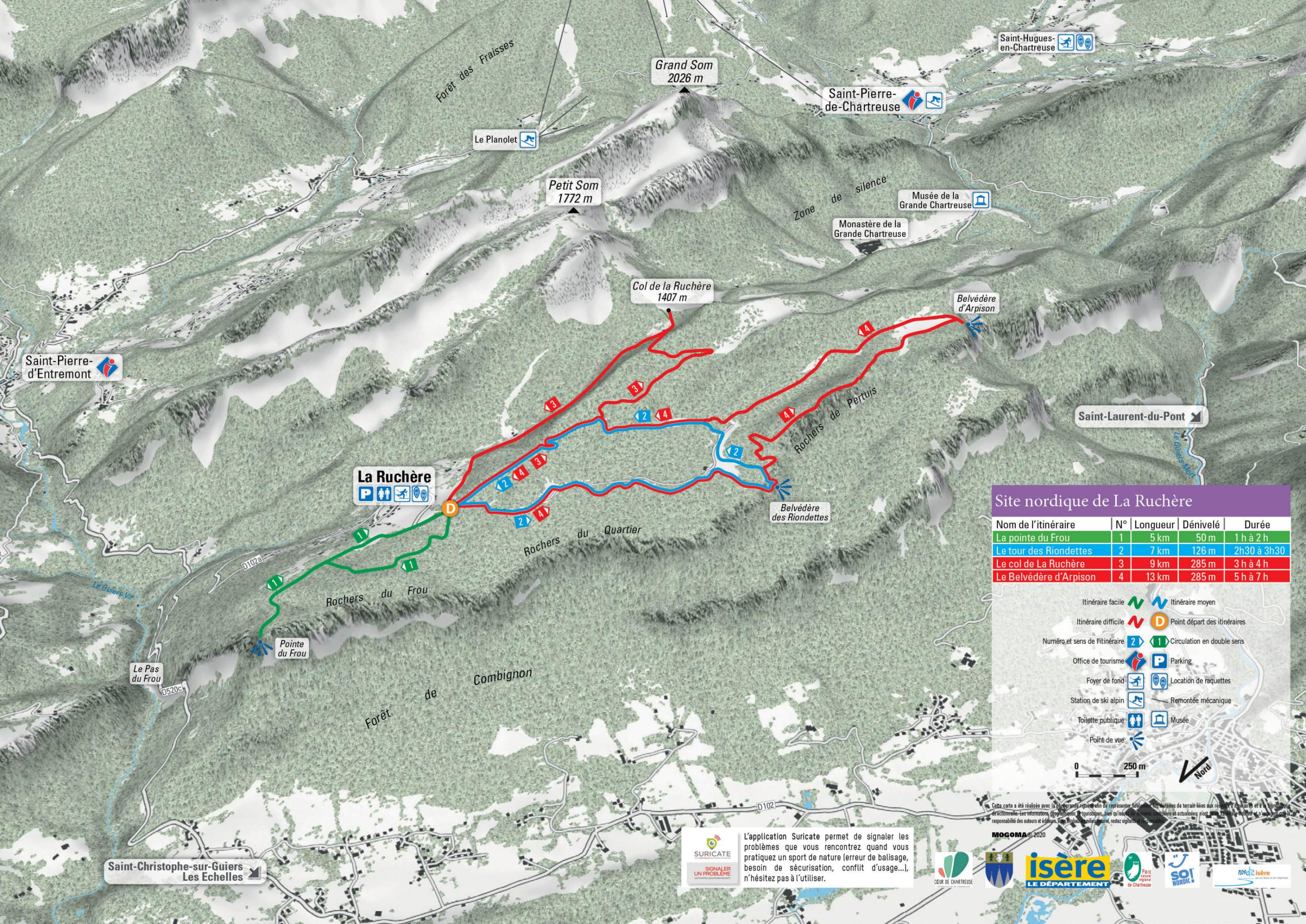


Recommandations

- > **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.**



Site nordique de La Ruchère

Nom de l'itinéraire	N°	Longueur	Dénivelé	Durée
La pointe du Frou	1	5 km	50 m	1 h à 2 h
Le tour des Riondettes	2	7 km	126 m	2h30 à 3h30
Le col de La Ruchère	3	9 km	285 m	3 h à 4 h
Le Belvédère d'Arpison	4	13 km	285 m	5 h à 7 h

- Itinéraire facile Itinéraire moyen
- Itinéraire difficile Point départ des itinéraires
- Numéro et sens de l'itinéraire Circulation en double sens
- Office de tourisme Parking
- Foyer de fond Location de raquettes
- Station de ski alpin Remontée mécanique
- Toilette publique Musée
- Point de vue



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 signalisation directionnelle. Les informations géographiques et topographiques, bien qu'issues de sources contrôlées et actualisées, sont fournies à titre indicatif et n'engagent pas la responsabilité des auteurs et éditeurs. Vous pouvez améliorer le matériel, restez vigilants et responsables.

MOGOMA © 2020

L'application Suricate permet de signaler les problèmes que vous rencontrez quand vous pratiquez un sport de nature (erreur de balisage, besoin de sécurisation, conflit d'usage...), n'hésitez pas à l'utiliser.



Saint-Christophe-sur-Guiers Les Echelles

Saint-Pierre-d'Entremont

Saint-Pierre-de-Chartreuse

Saint-Hugues-en-Chartreuse

Grand Som 2026 m

Petit Som 1772 m

Col de la Ruchère 1407 m

Belvédère d'Arpison

Monastère de la Grande Chartreuse
Musée de la Grande Chartreuse

Zone de silence

Forêt des Fraissès

Le Planolet

La Ruchère

Rochers du Quartier

Rochers de Pertuis

Belvédère des Riondettes

Rochers du Frou

Pointe du Frou

Forêt de Combignon

Le Pas du Frou

0 250 m

Nord