L'Oisans
terre de randonnée
950 KM DE SENTIERS LABELLISÉS

OISANS, THE LAND OF HIKING
950 km of labeled trails

montagne-oisans.com

Parc national des Écrins
isère CONSEIL GÉNÉRAL www.isere.fr

LA ROUTE DES SAVOIR-FAIRE DE L'OISANS

Découvrez la Route des Savoir-Faire de l'Oisans… un itinéraire à composer vous même au gré de vos envies !

La Route des Savoir-Faire de l'Oisans est une porte ouverte sur la culture montagnarde ussanne, la richesse de son patrimoine et ses savoir-faire multiples. En sillonnant ses routes vous découvrirez des paysages variés et des personnalités attachantes dont vous apprécierez la qualité du travail et la saveur des produits.

Artistes, artisans, agriculteurs et sites culturels vous accueilleront dans leur atelier, ferme ou musée, pour une découverte privilégiée.

Au total : 42 membres : 17 artisans/artistes, 13 agriculteurs et 12 musées

Bonnes visites !

Guide de la Route des Savoir-Faire de l'Oisans
disponible dans les offices de tourisme ou sur route-savoir-faire-oisans.fr

The Oisans Savoir-Faire Route guide is available in tourist offices or at route-savoir-faire-oisans.fr

Artists, craftspeople, farmers and cultural attractions invite you for a privileged tour of their workshops, farms and museums.

There are 42 members in total: 17 craftspeople/artists, 13 farmers and 12 museums

Enjoy your visit!

route-savoir-faire-oisans.fr

montagne-oisans.com

L'OISANS
TERRE DE CONTRASTES

L'Oisans est un territoire de montagne exceptionnel entre Grenoble et Briançon dont la capitale est Bourg d'Oisans.

L'Oisans, c'est à la fois l'effervescence de ses stations internationales (Les 2 Alpes et l'Alpe d'Huez), la tranquillité de ses villages, et le caractère authentique de ses stations villages. En tout, ce sont 23 destinations qui vous accueillent pour vous faire découvrir toutes les facettes de la montagne.

Découvrez des paysages hors du commun avec des sommets prestigieux (La Meije 3983m, La Barre des Ecrins 4102m), de vastes plateaux, des vallées verdoyantes, de nombreux glaciers, des lacs et autres cascades… Situé au cœur de l'Oisans, le Parc national des Écrins offre aussi une faune et une flore extrêmement variées.

Territoire sauvage et préservé, l'Oisans est un véritable paradis pour les amoureux de nature et de montagne.

Le village de la Grave | The village of La Grave

OISANS,
LAND OF CONTRASTS

An extraordinary mountain area, Oisans lies between Grenoble and Briançon and has Bourg d'Oisans as its capital.

Oisans has it all: lively international ski resorts (Les 2 Alpes and Alpe D'Huez), tranquil villages and authentic village resorts. A total of 23 destinations will bid you a warm welcome and show you all aspects of the mountains. Explore extraordinary landscapes with their prestigious peaks (La Meije 3983m, La Barre des Ecrins 4102m), vast plateaux, verdant valleys, numerous glaciers, lakes and waterfalls… Situated at the heart of Oisans, the Parc national des Ecrins also boasts a huge variety of flora and fauna.

A wild and unspoilt region, Oisans is a dream come true for lovers of nature and the mountains.

LE PARC NATIONAL DES ÉCRINS

Les Écrins… c'est l'un des plus grands parcs nationaux français, classé depuis 1973 en raison de la richesse de sa biodiversité et de son patrimoine culturel. À cheval sur l'Isère et les Hautes-Alpes, le massif compte plus de 150 sommets atteignant les 3000 m.

En Oisans, un réseau de sentiers, entretenus par le Parc, sillonne les versants de la Barre des Écrins (4 102 m), de la Meije ou des Rouies permettant ainsi d'accéder à l'univers des lacs, alpages et refuges d'altitudes.

Une "maison" pour vous accueillir en Oisans !

La maison du Parc propose une scénographie (faune, flore, métiers, etc.), des animations et une librairie spécialisée sur la montagne et la randonnée qui permettent de préparer vos sorties.

Maison du Parc | Rue Gambetta
38520 Le Bourg d'Oisans
+33 (0) 476 80 00 51 | ecrins-parcnational.fr

THE ECRINS NATIONAL PARK

Les Écrins… is one of France's biggest national parks. Its rich biodiversity and cultural heritage have justified its national park status since 1973. Straddling the Isère and Hautes-Alpes departments, the range boasts 150 peaks over 3,000 m.

In Oisans, a network of footpaths, maintained by the park, criss-cross the slopes of La Barre des Ecrins (4,102 m), La Meije or Les Rouies providing access to a world of mountain lakes, pastures and refuges.

A warm welcome to Oisans!

The Maison du Parc offers an exhibition (flora, fauna, crafts, etc.), events and a bookshop specialising in mountain and walking guides. They are sure to have everything you need to plan your excursions.

Maison du Parc | Rue Gambetta
38520 Le Bourg d'Oisans
+33 (0) 476 80 00 51 | ecrins-parcnational.fr

Réglementation du cœur du Parc national

Un parc national est un territoire d'exception, ouvert à tous sous la responsabilité de chacun. Il est protégé par une réglementation. Merci de la respecter.
A National Park is an exceptional territory for everyone and on everyone's responsibility. It is protected by application of rules. Thank you for accepting them.

- Pas de chien, même tenu en laisse pour la tranquillité des animaux sauvages et domestiques.
- Je cueillette, ni prélèvement minéraux, plantes, minéraux et fossiles appartiennent au paysage.
- Pas d'arme ici tous les animaux sont protégés.
- Pas de déchets pour conserver la nature propre.
- Pas de feu pour éviter incendies et dégradation du sol.
- Pas de camping, pas de stationnement pour préserver la beauté des sites et éviter les pollutions.
- Bivouac réglementé autorisé à plus d'une heure de marche des limites du parc ou d'un accès routier entre 19 h et 9 h.
- Pas de véhicule sur espace ou découvre à pied, circulation interdite en dehors des voies autorisées.
- Pas de voile tout terrain la tranquillité et les sentiers ne peuvent supporter d'autre fréquentation que pédestre.

Les limites du cœur du Parc national des Écrins sont matérialisées par des marques bleues, blanches et rouges peintes sur les rochers ou les arbres.

The boundaries of the heart of the Parc national des Écrins are indicated by blue, white and red marks painted on the rocks and trees.

Rando Écrins, la randonnée sur le web

Préparez vos randonnées et accédez à une offre de circuits illustrés en ligne avec la possibilité d'imprimer des fiches pratiques pour vos sorties (descriptions, cartes, données GPS, etc.) **rando.ecrins-parcnational.fr**

Rando Écrins, Walking on the web

Plan you walks and consult a range of illustrated tours online. You can also print out information sheets for your excursions (descriptions, maps, GPS data, etc.) at rando.ecrins-parcnational.fr

rando.ecrins-parcnational.fr

montagne-oisans.com

LES REFUGES
DE L'OISANS

Les refuges sont souvent perçus comme inaccessibles et réservés aux montagnards aguerris… Il n'en est rien ! Les refuges sont des lieux de convivialité ouverts à tous. Les enfants sont également les bienvenus. Bien sûr, il convient d'adapter le choix du refuge à votre expérience de la montagne et à votre condition physique. Les gardiens de refuge sont à votre disposition pour vous renseigner et vous accueillir. De même, n'hésitez pas à faire appel à un guide de haute montagne pour accéder à un refuge d'altitude et ses sommets environnants, ou à un accompagnateur en montagne pour randonner en sécurité et découvrir les richesses de l'Oisans.

Guide des refuges de l'Oisans disponible dans les offices de tourisme ou sur montagne-oisans.com

Les Jeudis des Refuges de l'Oisans :
Tous les jeudis durant les mois de juillet et août, les gardiens de refuge partagent leur univers et accueillent petits et grands autour d'une animation spéciale.

Refuge de l'Alpe du Pin

OISANS
MOUNTAIN HUTS

Mountain huts are often considered inaccessible and only for seasoned mountaineers… Nothing of the sort! Mountain huts are friendly places open to all. Children are also welcome. You should, of course, choose a refuge which is suitable for your level of climbing experience and your physical condition. The mountain hut wardens are on hand to welcome you and provide any information you may need. Similarly, don't hesitate to call on a high mountain guide to reach a high-altitude refuge and surrounding peaks or a mountain guide with whom you can walk in safety and discover the beauty of our mountains.

Oisans mountain huts guide available from tourist offices or at montagne-oisans.com

Les Jeudis des Refuges de l'Oisans : Every Thursday in July and August, the mountain hut wardens share their world and welcome young and old to a special show.

LA BÉRARDE
BERCEAU DE L'ALPINISME

La vallée du Vénéon, au cœur du massif des Écrins, est une montagne sauvage aux sommets prestigieux où l'esprit des lieux résonne encore des grands noms de l'alpinisme.

La Bérarde, qualifiée de "Mecque de l'alpinisme", est le point de départ de nombreuses courses. Le musée Mémoires d'Alpinismes, retrace l'épopée de ces hommes venus conquérir ces sommets et l'histoire des guides qui les ont accompagnés là-haut !

Marchez sur les traces de ces aventuriers en empruntant les 200 km de sentiers balisés qui offrent un large panel pour petits et grands. Attention, panoramas à couper le souffle ! De la majestueuse face sud de la Meije, en passant par l'immense glacier de la Pilatte, l'incroyable Aiguille Dibona ou la face Sud Est des Écrins qui culmine à 4102 m, ces itinéraires uniques récompenseront vos efforts!

Les 10 refuges répartis dans les différents vallons vous offriront l'expérience d'une nuit en montagne et le spectacle de la nature en direct !

Office de Tourisme de St Christophe en Oisans | La Bérarde | 04 76 80 50 01
berarde.com

LA BÉRARDE
CRADLE OF MOUNTAINEERING

The Vénéon valley, at the heart of the Ecrins Mountains, is a mountain wilderness with prestigious peaks around which echo the great names of mountaineering.

La Bérarde, dubbed the "Mecca of mountaineering", is the starting point for various races. The Mémoires d'Alpinismes museum retraces the epic adventures of those who came to conquer our peaks and the story of the guides who accompanied them!

Follow in the footsteps of these adventurers along the 200 km of signposted footpaths which provide a wide range of walks to suit people of all ages. A word of warning, the views will take your breath away! The majestic south face of la Meije, the huge Pilatte glacier, the incredible Aiguille Dibona or the south-east face of the Ecrins, which reaches a height of 4,102 m - these remarkable routes will provide you with a well-deserved reward for your effort!

There are 10 refuges dotted across the different valleys where you can spend a night in the mountains and witness the wonders of nature at first hand!

St Christophe en Oisans tourist office | La Bérarde | 04 76 80 50 01 berarde.com

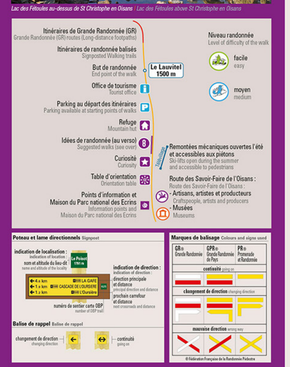
Refuge du Chatelleret

Oisans Tourisme | montagne-oisans.com

RANDONNÉES en Oisans
HIKING IN OISANS

Oisans
BIENVENUE DANS LES ALPES

Lac des Fétoules au-dessus de St Christophe en Oisans | Lac des Fétoules above St Christophe en Oisans



Cette carte a été réalisée avec la plus grande rigueur afin de représenter fidèlement les données de terrain. Les informations géographiques et touristiques, tant 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.

The map was produced with the utmost care and attention so as to provide a faithful representation of the field data. All geographical and tourist information, although based on verified and up-to-date data, is provided for information only. The authors and editors assume no responsibility for any errors or omissions. You are moving around in a natural environment, please be vigilant and behave responsibly.

Photos de couverture :
Refuge Temple Ecrins / Bouquetin /soubarte à toile d'araignée / Lac Noir - *Cover photos: Temple Ecrins refuge / Ibex / Cobweb houseleek / Lac Noir*

Imprimé sur papier issu de forêts gérées durablement
Ne pas jeter sur la voie publique
Ne pas jeter sur la voie publique
Imprimerie Imprimerie Dubois
Imprimerie Dubois
Imprimerie Dubois

Les Écrins et le torrent du Vénéon | The Écrins Mountains and the Vénéon torrent

LACS D'ALTITUDE ET CASCADES
MOUNTAIN LAKES AND WATERFALLS

Les lacs et cascades des massifs de l'Oisans sont un patrimoine naturel, véritable attrait touristique. Leur ressource en eau est précieuse et ils abritent de nombreuses espèces. Ils sont aussi des témoins de l'évolution des climats et de l'érosion au fil du temps. Les lacs de montagne et cascades se sont souvent créés lors de l'érosion glaciaire ou du fait de failles géologiques. Les lacs polaires se situent au dessus de 2500 m, dans des milieux glaciaires et minéraux. Ils dégèlent 2 à 3 mois par an (lacs des Rouies ou d'Arsine). Les lacs de pelouse, dégelés la moitié de l'année, sont bordés de végétation. Elle est parfois constituée d'une tourbe qui met des millénaires à se former, celle-ci abrite des plantes rares et fragiles. Dans le massif des Écrins, le Lauvitel est le seul grand lac d'altitude (37 ha). Il est dégelé pendant 7 mois

Pierrick NAVIZET - Chargé de mission éco-tourisme au Parc national des Écrins.

The lakes and waterfalls of Oisans range are a natural asset and a genuine tourist attraction. With their precious water resources, they provide habitats for many species. They also bear signs of the effects of climate change and erosion over time. The mountain lakes and waterfalls were often formed by glacial erosion or resulted from geological faults. High-altitude lakes are situated above 2500 m, in glacial and mineral environments. They thaw for 2 to 3 months a year (The Lac des Rouies and the Lac d'Arsine). The Lacs de Pelouse, thawed for half the year, are bordered by vegetation. It sometimes consists of peat which is formed over millenia and which provides a habitat for rare and delicate plants. In the Écrins Mountains, the Lac du Lauvitel is the only large high-altitude lake (37 ha). It thaws for 7 months a year.

Pierrick NAVIZET - Project officer eco-tourism in the Ecrins national Park.

1 Idée rando — Suggestion for walks

Lac du Lauvitel

Au cœur du Parc national des Écrins
At the heart of the Ecrins national Park

C'est le plus grand lac d'altitude du massif des Écrins. Il est entouré de falaises et de nombreuses cascades qui l'alimentent. L'ensemble du vallon du Lauvitel forme un paysage exceptionnel.
The biggest high-altitude lake in the Écrins Mountains. The lake is ringed by cliffs and is fed by a large number of waterfalls. The entire Lauvitel valley is a remarkable sight.

Lac du Lauvitel

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Venosc - Parking à l'entrée de la Danchère
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 516 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 3h
DISTANCE DISTANCE: 5,2 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: mai à novembre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 06 82 | venosc.com
+33 (0) 476 80 03 25 | bourgdoisans.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 5 sentier path n° 505

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- Les marmottes qui se prélassent sur les rochers | Marmots basking on the rocks
- Les chalets de pêcheurs à proximité du lac | The fishermen's refuges by the lake
- Les nombreuses cascades qui alimentent le lac | The large number of waterfalls which feed the lake

La partie sud et le fond du vallon sont classés en réserve intégrale : espace interdit à toute fréquentation humaine et dédié à la recherche | The southern part and the valley bottom are classified as a wilderness reserve - an area reserved for research and off limits to human beings

À PROXIMITÉ NEARBY:
- Le village artisanal de Venosc | The craft village of Venosc
- À Bourg d'Oisans : le musée des Minéraux et de la Faune des Alpes et la Maison du Parc national des Écrins | In Bourg d'Oisans: the Musée des Minéraux et de la Faune des Alpes and the Maison du Parc national des Écrins

Sortie accompagnée — Guided excursion

Pêche en lac d'altitude

Guidés par un accompagnateur en moyenne montagne et guide de pêche, les randonneurs découvrent les richesses des montagnes mais aussi le plaisir de la pêche en altitude et tous les secrets d'un professionnel de la pêche. Randonnée accessible aux pêcheurs débutants et initiés. À partir de 8 ans.
Fishing in a high-altitude lake. Accompanied by a mountain guide and a fishing guide, walkers can discover the beauty of the mountains, enjoy some high-altitude fishing and learn all the secrets of a professional fisherman. The walk is suitable for both novice and experienced fishermen.
Age 8 upwards.
Enfants : 20€ journée et 15€ ½ journée, dans le cadre d'une inscription au Club enfant | Children: Full day €20 and half day €15, with kids' club membership.
Adultes : 200€ la journée (4 personnes max.) | Adults: Full day €200 (max. 4 people)

Office de Tourisme de Vaujany :
+33 (0) 476 80 72 37 | vaujany.com

Lac Noir et les glaciers de la Meije | Lac Noir and the la Meije glaciers

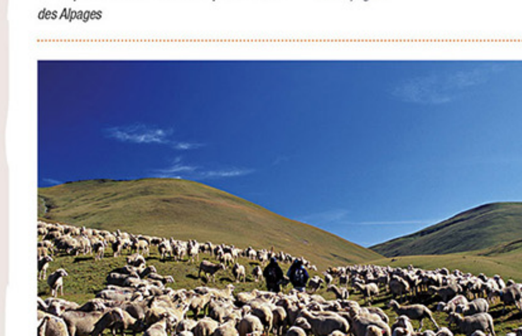
ALPAGES
MOUNTAIN PASTURES

À partir du mois de juin, les sonnailles résonnent dans les montagnes de l'Oisans, le premier territoire pastoral du département. Le plateau d'Emparis s'étend sur 2900 hectares. C'est un alpage très actif et bien représentatif du massif. Plus de 20000 moutons et des centaines de vaches et de chèvres le parcourent en été. Remarquable belvédère sur les glaciers de la Meije, le plateau d'Emparis bénéficie, pour son intérêt paysager, d'une mesure de protection au titre de site classé, et ce depuis 1991. La saison des alpages est tissée de moments rares et précieux, qui invitent le voyageur à s'immerger dans la culture montagnarde, à s'émerveiller des paysages et à appréhender la vie en alpages avec les bergers, les éleveurs et leurs troupeaux. La Maison départementale des Alpages située au cœur du village classé de Besse en Oisans, au pied du plateau d'Emparis, est un centre d'interprétation des patrimoines pastoraux de l'Oisans. Elle propose de nombreuses animations en lien avec le pastoralisme.

Véronique CARDONE - Maison Départementale des Alpages

From the month of June, the hills of Oisans are alive with the sound of cowbells, as this is the department's main area of pasture land. The Plateau d'Emparis stretches over 2,900 hectares. It is a very animated expanse of pastureland which reflects the mountain range. More than 20,000 sheep and hundreds of cows and goats roam across the plateau in summer. A stunning viewpoint overlooking the La Meije glaciers, the Plateau d'Emparis' scenic value has earned it protected status since 1991. The pasture season provides rare and precious moments for travellers to immerse themselves in mountain culture, marvel at the scenery and gain an insight into life on the mountain pastures in the company of shepherds, breeders and their herds. Located at the heart of the listed village of Besse en Oisans, at the foot of the Plateau d'Emparis, the Maison départementale des Alpages is an interpretation centre showcasing the pastoral heritage of Oisans. It offers a large number of events related to animal herding.

Véronique CARDONE - Maison Départementale des Alpages



Alpages du plateau d'Emparis | Mountain pastures on the Plateau d'Emparis

3 Idée rando — Suggestion for walks

Le plateau d'Emparis

À la belle saison, ses immenses prairies se transforment en océan de fleurs où les seules constructions humaines que l'on croise sont des chalets d'alpages. Il offre une vue imprenable sur les glaciers de la Meije. Ce site majestueux est classé. Restez sur le sentier pour le préserver !
During the summer months, these vast meadows become a sea of flowers, the only human constructions in sight being refuges. The Plateau affords a fabulous view of the La Meije glaciers. This majestic site is listed as a heritage site. Please help to protect it by keeping to the footpath!

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Besse en Oisans (Parking du Châlet Josserand accessible en 20 mn en voiture par une piste pastorale)
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 60 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 1h50
DISTANCE DISTANCE: 5,4 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: juin à octobre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 00 85
valleeduferrand.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 3 sentier path n° 357

À SAVOIR TO KNOW

Site classé Natura 2000 : le plateau d'Emparis est un vaste ensemble d'alpages au relief glaciaire ponctué de zones humides qui abritent des espaces rares. Ici, les pelouses et tourbières sont sensibles car elles se forment lentement. Rester sur les sentiers balisés permet de préserver la beauté de ces paysages naturels !
The Natura 2000 heritage site: the Plateau d'Emparis is a vast area of pastureland shaped by glaciers and punctuated by wetlands which are home to a number of rare species. Here, the grasslands and bogs form slowly and are, therefore, fragile. By staying on the signposted footpaths, you can help to preserve the beauty of these natural landscapes!

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- Le panorama sur les sommets mythiques (La Meije et ses glaciers, 3983 m, le Pic du Mas de la Grave, les Aiguilles d'Arves...) | the panoramic view over the legendary peaks (La Meije with its glaciers, 3983 m, the Pic du Mas de la Grave, the Aiguilles d'Arves...)
- Les chalets d'alpage et troupeaux de moutons | Refuges and herds of sheep
- Le village classé de Besse en Oisans | The listed village of Besse en Oisans
- La Maison Départementale des Alpages The Maison Départementale des Alpages
- La "Tourte de Besse" : boulangerie artisanale | The "Tourte de Besse": artisan baking

À PROXIMITÉ NEARBY:
- Le lac Noir et le lac Lérié (à 1h30 de marche du refuge des Mouterres – sentier n° 359) | Lac Noir and Lac Lérié (1½ hours' walk from the refuge des Mouterres – footpath no. 359)
- Les edelweiss sur les hauteurs à proximité du lac Noir | Edelweiss on the uplands near Lac Noir

Sortie accompagnée — Guided excursion

Escapade familiale à la rencontre des bergers

Vivez l'expérience insolite d'une rencontre avec les bergers de nos montagnes et leurs troupeaux… Après une escale gourmande, le berger vous montrera son travail et de celui des chiens. De retour au village, vous profiterez d'une visite guidée de la Maison des Alpages.
À partir de 5 ans. 2 à 3 h de marche.
Family day out with shepherds. Come and meet our farmers and their flocks for a truly unusual experience. After a break to eat, you can see the shepherd and his dogs at work. On your return to the village, you can enjoy a guided tour of the Maison des Alpages.
Age 5 upwards. 2-3 hours' walk.
Les jeudis du 1/07 au 31/08 de 9h à 18h. Tarifs : 20€ adulte - 10€ enfant jusqu'à 15 ans (pique-nique à prévoir) | Thursdays from 01/07 to 31/08, 9am to 6pm. Prices: Adults - €20, children aged 15 and under - €10 (bring your own picnic)

Maison Départementale des Alpages :
+33 (0) 476 80 19 09
maisondesalpages-besse.com

L'Oisans, terre de contrastes
22 idées de randonnées
OISANS - LAND OF CONTRASTS
22 suggested walks

Retrouvez 300 randonnées dans la collection des topos-cartes de l'Oisans au bout des pieds
You can find 300 walks in the "l'Oisans au bout des pieds" map-guide collection

De Villard Notre Dame à Villard Reymond | From Villard Notre Dame to Villard Reymond

SENTIERS PANORAMIQUES
SCENIC FOOTPATHS

Routes en encorbellement, sentiers en balcon avec panoramas sur les vallées et les sommets… L'Oisans compte de très nombreux sentiers panoramiques, tous spectaculaires et majestueux. Il faut courir cette montagne pour la comprendre, s'y attacher et devenir "accro" de l'Oisans. Cette région concentre une foule de sommets sur divers massifs : les Écrins, les Grandes Rousses, le Taillefer, Belledonne et les Sept Laux. C'est aussi une féerie de ruisseaux, torrents, cascades, lacs, vallées, vallons, combes, versants, plateaux d'altitude, alpages, forêts, parois sans compter les sommets couronnés de glaciers, parcourus par le chamois et le bouquetin, survolés par le chocard et l'aigle... Comment ne pas avoir de beaux panoramas avec de tels ingrédients !

Éric DURDAN, président du CAF Pays d'Oisans

Corbelled tracks, panoramic footpaths providing vistas over the valleys and peaks... Oisans boasts a large number of truly spectacular and majestic scenic footpaths. You've got to run the mountain to really understand it, be captivated by it and get "hooked" on Oisans. The region boasts a host of peaks across the Écrins, Grandes Rousses, Taillefer, Belledonne and Sept Laux ranges. It is also a wonderland of streams, torrents, waterfalls, lakes, valleys, dales, coombs, slopes, high plateaux, mountains pastures, forests, rock faces not to mention the glacier-topped peaks where chamois and ibex roam free and jackdaws and eagles soar on high. It's no surprise that the views are so stunning with ingredients like these!

Éric DURDAN, president of the Club Alpin Français, Pays d'Oisans

Lac du Chambon à proximité du refuge des Clots | Lac du Chambon near to the refuge des Clots

4 Idée rando — Suggestion for walks

Villard Notre Dame Villard Reymond Col de Saint Jean

Splendide sentier en balcon sur la vallée de la Romanche et les massifs de l'Oisans reliant deux villages traditionnels, les plus hauts perchés de l'Oisans : Villard Notre Dame (1520 m) et Villard Reymond (1630 m). Une piste forestière vous conduira jusqu'au Col du Solude puis gagnera Villard Reymond. Cette balade se termine au Col de Saint Jean. Une randonnée sans difficultés à faire en famille !
Superb panoramic footpath overlooking the Romanche valley and Oisans ranges which links Villard Notre Dame (1520 m) and Villard Reymond (1630 m), the two highest-perched traditional villages in Oisans. A forest track will take you to the Col du Solude and then on to Villard Reymond. The walk ends at the Col de Saint Jean. An easy walk for the whole family!

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Villard Notre Dame (église)
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 480 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 4h10
DISTANCE DISTANCE: 8 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: mai à septembre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 03 25 | bourgdoisans.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 1 sentier path n° 625 sentier path n° 634 de Villard Reymond au Col de Saint Jean

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- Panorama sur la vallée de la Romanche et les massifs des Grandes Rousses, Belledonne, Taillefer et Écrins. Vous comprendrez pourquoi Bourg d'Oisans est construit sur le fond d'un ancien lac ! | View of the Romanche valley and the Grandes Rousses, Belledonne, Taillefer and Écrins ranges. You will appreciate why Bourg d'Oisans is built on the bed of a former lake!
- Clocher de l'église, bassin et four à pain à Villard Reymond | Church steeple, pond and bread oven in Villard Reymond
- Chapelle Ste Philomène, en plein champs, qui existerait depuis le début du XV[e] siècle | Ste Philomène chapel, set in the open fields, believed to date from the early 15th century
- Église de Villard Notre Dame | Church in Villard Notre Dame
- "Terra Rêve" : Atelier de sculpture sur bois à Villard Notre Dame | "Terra Rêve": Wood-carving workshop in Villard Notre Dame
- "Les Jardins d'en Haut" : Culture de génépi, plantes et petits fruits à Villard Reymond | "Les Jardins d'en Haut": Wormwood, plants and small fruit grower in Villard Reymond

La plaine de Bourg d'Oisans | The Bourg d'Oisans plain

Sortie accompagnée — Guided excursion

La Croq'Oisans Sud 2014 : "Le Vénéon comme une marche himalayenne"

Après un départ du plateau des 2 Alpes, nous cheminerons dans la vallée sauvage du Vénéon par un ancien sentier muletier en balcon. 5 jours de randonnée, de découvertes et discussions sur des thèmes comme la révolution touristique, les plantes comestibles, l'histoire des Alpes. **La Croq'Oisans Sud 2014 : "Le Vénéon comme une marche himalayenne" (The Vénéon like a Himalayan trek).** Setting out from Les 2 Alpes, we will follow an old panoramic mule track through the wild Vénéon valley. 5 days of Walking, exploration and discussion on topics such as the tourist revolution, edible plants, the history of the Alps.
Du 21 au 25 juillet 2014 | July 21-25, 2014
Tarif : 495€ (5 jours, 4 nuits) | Prices: €495 (5 days, 4 nights)

CONTACT CONTACT DETAILS:
Oisans Accueil
+33 (0) 673 19 22 09 | rando-oisans.com
Bureau des guides de la Bérarde :
+33 (0) 476 79 54 83

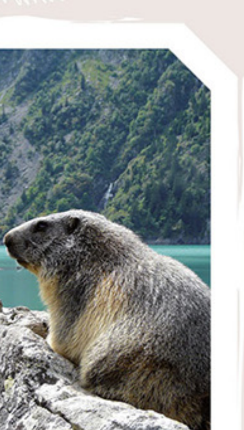
FAUNE
FAUNA

De la plaine aux neiges éternelles, une grande diversité faunistique s'exprime en Oisans. Espèce emblématique, les chamois peuplent les versants. Le bouquetin doit son retour aux réintroductions dans les massifs de Belledonne et des Écrins. Ici, certaines espèces s'adaptent à merveille à la rudesse de l'hiver. La marmotte s'enfonce dans un profond sommeil, le lièvre variable et le lagopède alpin revêtent leurs habits blancs et le tétras-lyre se love au creux de la neige. Les rapaces bénéficient de l'abondance relative de la grande faune et il n'est pas rare d'observer, dans le ciel, le ballet de l'aigle royal, du gypaète barbu ou des vautours fauves. La plaine de Bourg d'Oisans abrite le crapaud sonneur à ventre jaune. Ce petit crapaud, rare, fréquente les ornières et les flaques des habitats forestiers.

Pierrick Navizet - Chargé de mission éco-tourisme au Parc national des Écrins.

From the plain to the snow fields, a huge variety of wildlife flourishes in Oisans. The iconic chamois graze on the mountain slopes. The ibex has been successfully reintroduced in the Belledonne and Écrins ranges. Some species are perfectly suited to the harsh winters. The marmot sinks into a deep sleep, the mountain hare and the rock ptarmigan don their white coats and the black grouse nestles in the snow. Birds of prey enjoy the relative abundance of large mammals and the aerial ballet of the golden eagle and the bearded and griffon vultures is not an uncommon sight. The Bourg d'Oisans plain is home to the yellow-bellied toad. This small rare toad lives in ruts and puddles in forested habitats.

Pierrick Navizet - Project officer eco-tourism in the Ecrins national Park.



Marmotte au lac du Lauvitel | Marmot at the lac du Lauvitel

Chamois au Freney d'Oisans | Chamois at le Freney d'Oisans

5 Idée rando — Suggestion for walks

Auris station - Les Sures

Une randonnée au cœur de la plus haute forêt d'épicéas d'Europe ! Ce sentier en balcon vous offrira un panorama grandiose sur les massifs environnants et une vue plongeante sur la plaine de Bourg d'Oisans. Ce secteur est particulièrement favorable à la présence de chamois tant par le relief accidenté que par les possibilités d'hivernage en forêt. Soyez attentif et discret, il n'est pas rare d'en apercevoir !
A walk through Europe's highest spruce forest! This panoramic footpath affords a breath-taking vista across the surrounding mountain ranges and a commanding view of the Bourg d'Oisans plain. With its rugged terrain and forests, which are ideal for overwintering, the area provides a particularly suitable habitat for chamois. If you stay alert and respect their habitat, there's a good chance that you'll see one!

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Auris station
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 303 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 2h05
DISTANCE DISTANCE: 5,2 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: mai à octobre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 13 52 | auris.fr

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 3 sentier path n° 313

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- Panorama sur le célèbre Prégentil et ses plissements géologiques | View of Prégentil with its famous geological folds
- Chamois | Chamois

À PROXIMITÉ NEARBY:
- Auris et ses 9 hameaux traditionnels dont le hameau des Cours qui abrite une chapelle, un musée rural et quelques cadrans solaires signes d'un grand ensoleillement | Auris and its 9 traditional hamlets including Les Cours with its chapel, museum of rural life and sundials which reflect the generous hours of sunshine in the region
- Les nombreuses chapelles : la chapelle des Anges dont certains objets sont inscrits à l'inventaire des monuments historiques ou la Chapelle St Jean Baptiste dont le clocheton en bois en fait la particularité | The large number of chapels: the Chapelle des Anges, some of whose objects are listed as historic monuments or the Chapelle St Jean Baptiste whose wooden bell tower makes it so special
- Les oratoires tous préservés | The preserved oratories
- L'Église romane | The Romanesque church

Sortie accompagnée — Guided excursion

Observation des marmottes

Nous approcherons les terriers des marmottes et utiliserons la longue vue pour les observer sans les déranger. C'est l'occasion de découvrir leur mode de vie et l'organisation de la colonie. À partir de 5 ans.
Marmot watching. We approach the marmots' burrows and observe them through telescopes so as not to disturb them. It is an opportunity to find out about how they live and how their colonies are organised. Age 5 upwards.
Tous les jeudis du 1/07 au 31/08 (hors saison me contacter) | Every Thursday from 01/07 to 31/08 (Please contact me for out-of-season availability)
Tarifs : 16€ - de 14 ans / 28€ adulte / 85€ famille (les parents + les enfants, quelque soit le nombre d'enfants) / 180€ groupe (de 8 à 14 personnes) | Prices: Under 14s - €16 / Adults - €28 / Families (parents + any number of children) - €85 / Groups (8-14 people) - €180

Sylvain MARULAZ :
+33 (0) 601 74 95 67 | lepleinair.com

Aigle royal à Clavans-en-Haut-Oisans | Golden eagle at Clavans-en-Haut-Oisans

Le Jardin Alpin au col du Lautaret | The Lautaret Botanical Gardens

FLORE
FLORA

Plus de 1800 espèces végétales sont identifiées dans les Écrins. Cette diversité est liée à l'étagement de la végétation de 700 à 4102 m et à la situation géographique du massif à mi-chemin des alpes du sud et du nord. Les forêts de hêtres, d'érables et de résineux (sapins, épicéas...) occupent le bas des versants des vallées de l'Oisans.
Au dessus de la forêt, les alpages dominent, composés d'herbacées, de rhododendrons ou encore de myrtilles qui enflamment les versants comme ceux du Taillefer. Certains végétaux ont une forte valeur patrimoniale : le sabot de Vénus ou la potentille du Dauphiné. Les lichens sont souvent les derniers représentants du monde végétal et colorent les éboulis et rochers, attribuant à chaque montagne sa teinte originale.

Pierrick NAVIZET - Chargé de mission éco-tourisme au Parc national des Écrins.

Over 1,800 plant species have been identified in the Écrins range. This diversity stems from the layering of vegetation between the altitudes of 700 and 4,102 m and the range's geographical position midway between the Northern and Southern Alps. Beech, maple and softwood (pine, spruce...) forests cover the lower slopes of the valleys of Oisans.
Above the forests, mountain pastures dominate with their herbaceous plants, rhododendrons or even blueberries, which set slopes, such as those in the Taillefer range, ablaze. Some plants are of great heritage value: lady's-slipper orchid or the Dauphine cinquefoil. Lichens are often considered the lowest form of plant life and colour boulders and rocks, giving each mountain its distinctive hue.

Pierrick NAVIZET - Project officer eco-tourism in the Ecrins national Park.

6 Idée rando — Suggestion for walks

Les sources de la Romanche - L'Alpe de Villar d'Arène

Au cœur du Parc national des Écrins
At the heart of the Ecrins national Park

Cette randonnée domine la vallée de la haute Romanche, où la principale rivière de l'Oisans prend sa source et nous conduit au cœur du massif des Écrins. Elle offre des paysages variés (cascades, alpages, glaciers) et une flore sompteuse : gentianes, orchidées, joubarbes, aster, épilobes... Une douce balade dans un décor de haute montagne !
This walk overlooks the upper Romanche valley, where the Oisan's main river has its source, and leads us into the heart of the Écrins range. It offers diverse landscapes (waterfalls, mountain pastures and glaciers) and rich flora; gentians, orchids, houseleeks, asters, willowherbs... A gentle stroll in a high mountain setting!

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Villar d'Arène
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 366 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 2h30
DISTANCE DISTANCE: 7 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: de juin à octobre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 13 52 | auris.fr

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 4 sentier path n° 400

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- Vue imprenable sur les glaciers | The fabulous view of the glaciers
- Faune sauvage : chamois, marmottes… | Wildlife: chamois, marmots…
- Alpage de l'Alpe de Villar d'Arène et ses troupeaux de vaches | Mountain pasture on the Alpe de Villar d'Arène with its herds of cows
- Refuge de l'Alpe de Villar d'Arène (cf encart "Refuges de l'Oisans") | Refuge de l'Alpe de Villar d'Arène (see inset "Refuges in Oisans")
- Chalet-refuge la Chamoissière | La Chamoissière chalet-refuge

À PROXIMITÉ NEARBY:
- Au Col du Lautaret At the Col du Lautaret: Jardin botanique Alpin | Alpine botanical garden
- L'Atelier du Lautaret, miellerie | L'Atelier du Lautaret honey farm.

Moulin éco-musée au Pied du Col | The old mill eco-museum in Le Pied du Col
- À Villar d'Arène In Villar d'Arène: Le four à pain | The bread oven
- À La Grave In La Grave: L'église classée monument historique depuis 1959 | The church listed as a historic monument since 1959
- La Grav'Créa, création de bijoux | La Grav'Créa, jewellery design
- Les Téléphériques de La Grave | Les Téléphériques de La Grave (cable cars)
- La Meije pour une visite de la Grotte de glace | La Meije (cable cars) for visits to the Grotte de glace (Ice cave)
- Au Chazelet In Le Chazelet: L'oratoire classé 3* au Guide Vert Michelin | The oratory awarded 3 stars in the Michelin Green Guide

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 79 90 05
lagrave-lameije.com

Sortie accompagnée — Guided excursion

Les plantes en tout sens

Au cours d'une promenade en montagne, nous goûterons les saveurs étonnantes du cerfeuil musqué, de l'oseille ou du polypode vulgaire. Nous humerons la douce odeur de la berce, de la reine des prés, du serpolet… et de bien d'autres encore. Le monde végétal dévoilera quelques secrets d'adaptation, de formes et de vertus. À partir de 8 ans.
Plants in all directions. During our mountain stroll, we will sample the surprising flavours of sweet cicely, sorrel and the common polypody. We will savour the sweet smell of cow parsnip, meadowsweet, wild thyme... and many others. We will discover some of the plant world's secrets - how they adapt, how they are formed and their properties. Age 8 upwards.
De 9h30 à 16h30 - du 1/07 au 31/08 sur réservation. Tarif : 23€/pers (10 pers. max) | From 01/07 to 31/08, 9.30am to 4.30pm - advance booking required. Price: €23 per person (max. 10 people)

Bureau des guides et accompagnateurs des 2 Alpes : +33 (0) 476 11 36 29
guides2alpes.com

Lys orangé | Orange lily

HYDROÉLECTRICITÉ
HYDROELECTRICITY

La montagne devient le berceau de l'hydroélectricité dès la fin du 19[e] siècle. On la surnomme alors houille blanche, en écho à l'eau des glaciers et de la neige. En Oisans, d'audacieux entrepreneurs comprennent très vite que ses torrents sont généreux en énergie, que les vallées ont des profils idéaux. En haute Romanche, le barrage du Chambon récupère, depuis 1935, l'eau tout juste fondue du massif des Écrins. À Livet, Keller et Leleux édifient en 1918 la centrale hydroélectrique des Vernes classée Monument Historique. Les torrents du Vénéon, de la Sarenne et de la Lignarre, se parent eux aussi de conduites forcées, de barrages, de turbines et de générateurs. Au cœur des centrales, la technologie évolue, plus performante, voire d'exception. Grand'Maison, dans la vallée de l'Eau d'Olle, est l'équipement hydraulique le plus puissant de France. L'hydroélectricité en Oisans impressionne et témoigne du savoir-faire hérité au fil du temps.

Véronique BOURGOIN - Musée EDF hydrélec

The mountains became the cradle of hydroelectricity at the end of the 19th century. At that time it was known as white coal, reflecting the fact that the water came from the glaciers and snow. In Oisans, daring entrepreneurs very quickly realised that its torrents were a potentially abundant energy source and that its valleys were perfectly suited to the industry. The Barrage du Chambon in the upper Romanche valley has collected freshly melted ice and snow from the Écrins range. In 1918, Keller and Leleux built the Les Vernes hydroelectric power station in Livet. The plant has since been listed as a historic monument. The torrents of the rivers Vénéon, Sarenne and Lignarre are also equipped with millraces, dams, turbines and generators. Within the power stations, the technology continues to advance, becoming ever more effective, or even unique. Grand'Maison, in the Eau d'Olle valley, is France's most powerful hydroelectric power station. Oisans' hydroelectric facilities are impressive and are a tribute to expertise handed down from previous generations.

Véronique BOURGOIN - EDF Hydrélec Museum

Musée EDF Hydrélec à Vaujany | EDF Hydrélec Museum in Vaujany

7 Idée rando — Suggestion for walks

Le Verney - L'Enversin

Cette randonnée démarre de la centrale hydroélectrique du barrage du Verney, à l'origine du développement touristique des stations de Vaujany et Oz en Oisans. Une promenade facile dominant la vallée de l'Eau d'Olle et son lac à l'eau limpide. Le sentier ombragé traverse hameaux et villages typiques des communes de Vaujany et Oz en Oisans.
The starting point for this walk is the Barrage du Verney hydroelectric power plant, which was instrumental in the development of Vaujany and Oz en Oisans as ski resorts. This is an easy walk overlooking the Eau d'Olle valley with its crystal-clear lake. The shady footpath winds its way through the typical hamlets and villages of the communes of Vaujany and Oz en Oisans.

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Vaujany (Le Verney)
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 293 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 2h50
DISTANCE DISTANCE: 5,4 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: toute l'année

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 72 37 | vaujany.com
+33 (0) 476 80 78 01 | oz-en-oisans.com
+33 (0) 476 80 71 60 | allemont.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 2 sentier path n° 206

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- Le musée EDF Hydrélec | The EDF Hydrélec Museum
- La chapelle de Pourchery | The Chapel in Pourchery
- Les vestiges d'un moulin à eau | The remains of a watermill
- Le barrage du Verney, capable de retenir 15 millions de m³ d'eau et constituant le réservoir inférieur de l'aménagement de Grand Maison | The Barrage du Verney is capable of storing 15 million m³ of water and forms the lower reservoir of the Grand'Maison hydroelectric facility

À PROXIMITÉ NEARBY:
- À Vaujany In Vaujany:
- La Maison de la Faune | La Maison de la Faune (fauna museum)
- L'Espace Patrimoine, le plateau des lacs accessible depuis le téléphérique | The Espace Patrimoine (exhibition of village life), the Lakes plateau accessible by cable car
- Au Rivier d'Allemont At Le Rivier d'Allemont:
- La Maison du Bouquetin espace York Mallory | La Maison du Bouquetin (The Ibex House), Espace York Mallory (museum dedicated to commemorating Sir Trafford Leigh-Mallory) and
- La Ferme du Rivier d'Allemont | The Rivier d'Allemont Farm.
- À Allemont In Allemont:
- 3 P'tits Points, artisan membre de la Route des Savoir-Faire de l'Oisans, et la Ferme des Bisons de l'Oisans (à Rochetaillée) | 3 P'tits Points (dressmaker and member of the Route des Savoir-Faire de l'Oisans) and the Ferme des Bisons de l'Oisans at Rochetaillée

Sortie accompagnée — Guided excursion

L'hydroélectricité dans la vallée de l'Eau d'Olle

Nous vous conduirons au cœur de la vallée de l'Eau d'Olle pour vous faire découvrir le fonctionnement des équipements hydroélectriques de la vallée et l'utilisation de l'eau comme force motrice, du captage jusqu'à la production d'hydroélectricité.
Hydroelectricity in the Eau d'Olle valley. We will take you deep into the Vallée de l'Eau d'Olle to show you how the valley's hydroelectric facilities work and how water is used to power the whole process, from collection right to the production of hydroelectricity.
Marche : 2h30 (300 m de dénivelé) + visite commentée du musée Hydrélec. | Walk: 2½ hours (300 m height difference) + guided tour of the Hydrélec Museum
De mai à octobre. Sur réservation.
Tarif groupe : 105€ (12 pers max) | May to October - advance booking required.
Group rate: €105 (max. 12 people)

Association des accompagnateurs de la Vallée de l'Eau d'Olle :
+33 (0) 686 96 96 90
radonnees-en-eau-d-olle.webnode.fr

Barrage du Verney - Allemont et Vaujany | Barrage du Verney - Allemont and Vaujany

PATRIMOINE
HERITAGE

Le patrimoine de l'Oisans conserve les témoignages des activités humaines depuis les temps les plus reculés, puisque dès l'Âge du Bronze on exploite le cuivre du massif des Grandes Rousses. Avec le temps, les vestiges se multiplient. À l'époque romaine, c'est la Voie Romaine d'Oisans dont on peut voir des tronçons à Rochetaillée et à Bons. Au Moyen Âge, c'est le village de Brandes dont les habitants exploitaient une mine d'argent. Pour la période moderne, nombre de chapelles, oratoires, lavoirs, fontaines, fours et cadrans solaires sont édifiés au sein des villages. C'est aussi l'exploitation du charbon à l'Herpie, de l'argent aux Chalanches et de l'or à la Gardette. La construction de centrales hydroélectriques dans le val de Livet-Gavet est à l'origine d'une architecture industrielle remarquable, comme le montre la centrale des Vernes.

Flavien PERAZZA - Président des Richesses culturelles de l'Oisans

The heritage of Oisans provides evidence of human activity from the earliest times, such as the Bronze Age when copper was mined in the Grandes Rousses range. The number of historic remains grew as time moved on. The Roman period brought the Voie Romaine d'Oisans (Roman road), streches of which can still be seen today at Rochetaillée and Bons. From the Middle Ages, we have the village of Brandes, where the inhabitants operated a silver mine. More modern times are represented by the numerous chapels, oratories, wash houses, fountains, ovens and sundials which adorn our villages. Add to that the coal mines of l'Herpie, the silver mines of Chalance and the gold mines of la Gardette. Remarkable industrial architecture, such as the Les Vernes power station, resulted from the building of hydroelectric power stations in the Livet-Gavet valley.

Flavien PERAZZA - Chairman of the Richesses culturelles de l'Oisans organisation

Maison typique de l'Oisans | Typical Oisans house

Oratoire de Villar d'Arène | The oratory in Villar d'Arène

9 Idée rando — Suggestion for walks

La Porte Romaine

Le départ depuis le hameau de Bons offre une vue panoramique sur la vallée du Ferrand, sur le versant ensoleillé d'Auris et sur le glacier de Sarenne dominé par le Pic Blanc. Puis un sentier abrité par une fraîche forêt de feuillus vous conduira jusqu'à la "Porte Romaine".
As you leave the departure point in the hamlet of Bons, you are treated to a panoramic view of the Ferrand valley, Auris' sunny slope and the Sarenne glacier dominated by the Pic Blanc. Then a footpath shaded by a cool deciduous forest will lead you to the "Porte Romaine".

Cadran solaire de Besse en Oisans | Sundial at Besse en Oisans

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Bons
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 362 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 3h
DISTANCE DISTANCE: 4 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: mai à octobre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 18 85
montdelans-tourisme.com
+33 (0) 476 79 22 00 | les2alpes.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 6 sentier path n° 610

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- La "Porte Romaine", un arc monumental taillé dans le rocher, suscite aujourd'hui un intérêt grandissant, d'un point de vue historique et archéologique. De nombreuses recherches aboutissent aujourd'hui à cette quasi-certitude que la "Voie Romaine" qui reliait Turin à Grenoble passait bien par là | La "Porte Romaine", a monumental arch carved into the rock, is currently arousing growing interest from a historic and archaeological point of view. Many recent studies have reached the almost certain conclusion that the Roman road from Turin to Grenoble really did pass through this area
- La porte de Bons | The Roman gate in Bons

À PROXIMITÉ NEARBY:
- À Mont de Lans In Mont de Lans:
- Musée Chasal Lento | Musée Chasal Lento
- Aux 2 Alpes In Les 2 Alpes: La station internationale des 2 Alpes est accessible gratuitement en télésiège depuis Mont de Lans | The internation ski resort of Les 2 Alpes can be reached free of charge by ski-lift from Mont de Lans
- La Maison de la Montagne aux 2 Alpes | The Maison de la Montagne in Les 2 Alpes
- Le lac de la Buissonnière | Lac de la Buissonnière

Sortie accompagnée — Guided excursion

Tour des hameaux de la Grave

Nous partirons à la découverte du patrimoine du canton : église, cimetière et chapelle des pénitents à la Grave, l'église entièrement en Tuf des Terrasses, l'oratoire du Chazelet, la chapelle de Ventelon. Cette journée nous permettra de comprendre comment s'organisait la vie dans cette vallée il y a moins de 100 ans. À partir de 10 ans.
La Grave villages tour. We shall head out to discover the area's heritage: the church, cemetery and penitents' chapel in La Grave, Les Terrasses' church made entirely of tufa stone, the oratory in Le Chazelet and the chapel in Ventelon. The day will provide you with an insight into how life in the valley was organised less than 100 years ago. Age 10 upwards.
Tous les vendredis en juillet et août (hors saison me contacter). Tarifs : 16€ - de 14ans/ 28€ adulte / 85€ famille (les parents + les enfants, quelque soit le nombre d'enfants) / 180€ groupe (de 8 à 14 personnes) | Fridays in July and August (Please contact me for out-of-season availability) Prices: Under 14s - €16 / Adults - €28 / Families (parents + any number of children) - €85 / Groups (8-14 people) - €180

Sylvain MARULAZ :
+33 (0) 601 74 95 67 | lepleinair.com

REFUGES
MOUNTAIN HUTS

Belle et attirante, grandiose et impressionnante, sauvage et parfois méconnue, la montagne offre de fabuleux moments de vie... Même les chemins faciles vous amèneront vers un monde différent où les richesses de la nature, la faune, la flore mais aussi l'air, les nuages, la roche, les paysages deviennent juste essentiels. Rejoindre un refuge en Oisans, c'est une pause bienvenue, une soirée, une nuit, un lever de soleil extraordinaires. C'est aussi retrouver des hommes et des femmes passionnés, attentionnés qui vous aideront à découvrir leurs montagnes et vous feront partager le plaisir d'un bon repas en ces hauts lieux. Les gardiens et gardiennes de refuges font sans doute l'un des plus beaux métiers du monde !

Frédi MEIGNAN, Président de l'Association des Gardiens de Refuge de l'Isère

Beautiful and attractive, magnificent and awe-inspiring, wild and sometimes relatively unknown, the mountains provide the setting wonderful experiences... Even the easy paths will transport you to another world where nature's treasures, flora and fauna, as well as the air, the clouds and the scenery create a spirit of place.
A visit to one of Oisans' mountain huts is an opportunity to take a welcome break, enjoy a pleasant evening, spend the night and watch a spectacular sunrise. You will also meet enthusiastic and attentive men and women who will help you to explore their mountain home and invite you to share the joy of a delicious meal in this highland setting. The mountain huts wardens must surely have one of the best jobs in the world!

Frédi MEIGNAN, Chairman of the Gardiens de Refuge de l'Isère Association

Refuge des Mouterres | Refuge des Mouterres

DÉCOUVREZ LES 25 REFUGES DE L'OISANS DANS LE "GUIDE DES REFUGES DE L'OISANS"
DISCOVER THE 25 OISANS MOUNTAIN HUTS IN THE "GUIDE DES REFUGES DE L'OISANS"

10 Idée rando — Suggestion for walks

Le refuge du Carrelet

Au cœur du Parc national des Écrins
At the heart of the Ecrins national Park

Au départ de la Bérarde, Mecque de l'alpinisme, un large sentier en fond de vallée, longeant le lit du torrent, vous conduira jusqu'au refuge. Vous apprécierez l'ambiance haute montagne de cette balade. Le refuge est situé sur un grand replat au milieu des pins à crochets, un terrain de jeu idéal pour les enfants. Un paradis des fleurs en début de saison !
From the starting point in La Bérarde, the Mecca of mountaineering, a wide valley-bottom footpath, which runs right alongside the torrent, will lead you right to the refuge. You are sure to enjoy the mountain atmosphere on this walk. The refuge is situated on a wide ledge amid pine trees, an ideal children's playground. It is a floral paradise at the beginning of the season!

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: La Bérarde
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 199 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 2h
DISTANCE DISTANCE: 7,4 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: juin à septembre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 50 01 | berarde.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 5 sentier path n° 554

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- Le hameau de la Bérarde | The hamlet of La Bérarde
- La chapelle Notre Dame des glaciers | The Notre Dame des glaciers chapel
- Les nombreux chamois | Large numbers of chamois

À PROXIMITÉ NEARBY:
- Le pont des Rajas – La cascade de la Pisse depuis le Plan du Lac | The bridge in Les Rajas – The Cascade de la Pisse seen from Le Plan du Lac
- À St Christophe en Oisans In St Christophe en Oisans:
- Le musée Mémoires d'Alpinismes | The Mémoires d'Alpinismes museum
- Le cimetière où sont enterrés les célèbres guides de la Bérarde et du Vénéon dont le Père Gaspard | The cemetery where famous La Bérarde and Le Vénéon guides, such as Père Gaspard, are buried
- "La Cordée", café historique et littéraire depuis 1907 | "La Cordée", a historic literary cafe since 1907

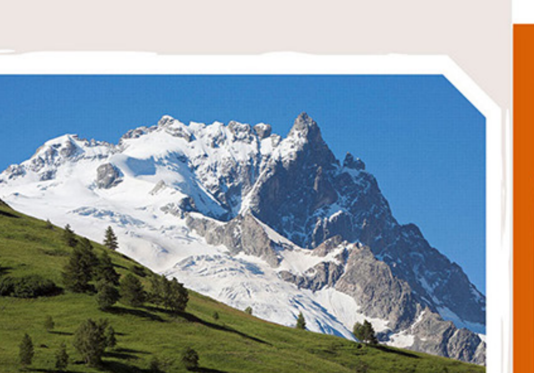
Sortie accompagnée — Guided excursion

Cueillette de plantes comestibles au refuge des Mouterres

Balade dans un cadre grandiose pour découvrir les plantes comestibles. Cueillette, convivialité, préparation, et dégustation sont au rendez-vous. Tous les lundis à 14h30 durant les mois de juillet et août. Rendez-vous au refuge.
Picking edible plants at the refuge des Mouterres. A walk in a magnificent setting where you can learn about edible plants. Picking, a friendly atmosphere, preparation and tasting await. Every Monday at 2.30 pm in July and August. Walks leave from the refuge.
Tarifs : 10€ / pers (encadrement offert par la gardienne). Sur réservation (5 pers mini) | Prices: €10 per person (instruction provided free by the warden). Advance booking required (min. 5 people)

Béatrice CORBIN : +33 (0) 680 13 88 48

Refuge du Carrelet



La Meije depuis Valfroide | La Meije seen from Valfroide

LES GLACIERS
GLACIERS

Le massif des Écrins se classe premier massif glaciaire par son étendue en France.
Depuis le col de Sarenne, ou pour les randonneurs depuis la Croix de Cassini, le paysage glaciaire est d'une grande variété avec le glacier de la Muzelle mais surtout l'ensemble des glaciers du Mt de Lans, de Muretouse, de la Girose, des Enfetchores, de la Meije et du Tabuchet culminant à près de 4000 m d'altitude. Un superbe panorama sur tous les types de glaciers : en dôme, en cascade ou suspendu. C'est une découverte exceptionnelle de crevasses, de rimayes, de langues glaciaires, de séracs et de moraines. Du sommet de la Croix, on comprend le choix du géographe Cassini qui non sans raison a cartographié cette partie du massif des Écrins au 17[e] siècle depuis ce sommet.

Éric DURDAN, président du CAF Pays d'Oisans

The Écrins range is the most extensive range of glaciers in France.
From the Col de Sarenne, or for walkers from La Croix de Cassini, the glacial landscape is very varied with the La Muzelle glacier and, notably, the complex which includes the Mont de Lans, Muretouse, Girose, Enfetchores, La Meije and Tabuchet glaciers which reach a height of almost 4,000 m. The superb panorama includes glaciers of all types: dome-shaped, icefalls or hanging glaciers. It is a unique opportunity to discover crevasses, rimayes, ice tongues, seracs and moraines. From the summit of La Croix, it is easy to see why, in the 17th century, the geographer Cassini, had good reason to choose to map this part of the Écrins range from this peak.

Éric DURDAN, president of the Club Alpin Français, Pays d'Oisans

11 Idée rando — Suggestion for walks

Col de Sarenne - la Croix de Cassini

Aérien, ce sentier progresse sur une arête avec quelques passages délicats. Au sommet, la Croix de Cassini offre un panorama à 360° sur tous les sommets et massifs environnants (Grandes Rousses, Aiguilles d'Arves, Taillefer, Meije, Râteau...).
This path crosses a high ridge and includes a number of difficult stretches. At the summit, the Croix de Cassini offers a 360o panorama of all the surrounding peaks and ranges (Grandes Rousses, Aiguilles d'Arves, Taillefer, Meije, Râteau...).

La Croix de Cassini

Les glaciers de la Meije depuis le plateau d'Emparis | The La Meije glaciers seen from the Plateau d'Emparis

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Col de Sarenne
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 374 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 2h
DISTANCE DISTANCE: 3,6 km
NIVEAU LEVEL: moyen
PÉRIODE PERIOD: juin à septembre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 80 00 85 | valleeduferrand.com
+33 (0) 476 11 44 44 | alpedhuez.com
+33 (0) 476 80 05 82 | lefreney-d-oisans.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 2 sentier path n° 254C

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- La Bergerie du Col de Sarenne | The sheepfold at the Col de Sarenne
- Les alpages de Grange Pellorce | Mountain pastures at Grange Pellorce

À PROXIMITÉ NEARBY:
- Le village de Clavans en Haut Oisans : ses fontaines, ses placettes, son église et ses anciennes habitations | The village of Clavans in Haut Oisans, with its fountains, small squares, church and old houses
- À l'Alpe d'Huez In Alpe d'Huez:
- Le Musée d'Huez et de l'Oisans | The Musée d'Huez et de l'Oisans
- L'église Notre Dame des Neiges (son architecture, son orgue original en forme de main tendue vers le ciel et ses 13 vitraux illustrant des scènes de l'évangile | Notre Dame des Neiges Church with its striking architecture, its unusual organ shaped like a hand reaching up to the heavens and its 13 stained glass windows depicting scenes from the gospels.

Sortie accompagnée — Guided excursion

Le lac glaciaire des Quirlies

Ce lac, limite inférieure du glacier des Quirlies, était il y a 50 ans recouvert par le glacier. Un site superbe au cœur du massif des Grandes Rousses pour observer le recul des glaciers. À partir de 12 ans.
Les Quirlies glacial lake. Fifty years ago, the lake at the lower edge of the Les Quirlies glacier was covered by the glacier. At the heart of the Grandes Rousses range, this is a superb place to see for yourself how the glaciers are receding. Age 12 upwards.
De 8h à 17h du 1/07 au 31/08 (en inter-saison, nous contacter). 3-4 h de montée. Tarifs : 25€ adulte / 18€ enfant (max 13 ans) | From 01/07 to 31/08, 8am - 5pm (please contact us for out-of-season availability) 3 - 4 hours' climb. Prices: Adult - €25 / Child (age 13 and under) - €18

Bureau des guides et accompagnateurs des 2 Alpes :
+33 (0) 476 11 36 29 | guides2alpes.com

FORÊTS
FORESTS

Les forêts de l'Oisans ont un rôle important dans la protection des populations et des voies de communication. Elles participent également au maintien de la biodiversité en montagne. Ces forêts sont exploitées pour fournir du bois d'œuvre et accessoirement du bois de chauffage. Promeneurs et randonneurs pourront les parcourir grâce aux nombreux sentiers de randonnée qui les jalonnent.

Christian BAZIN - Agent forestier à l'Office national des Forêts

The forests of Oisans play an important part in protecting local populations and transport routes. They also contribute to maintaining mountain biodiversity. The forests are exploited for lumber and firewood. Walkers and hikers can roam there thanks to the many Walking trails which criss-cross them.

Christian BAZIN - Forestry officer at the Office national des Forêts

2 Idée rando — Suggestion for walks

Oz station - Villard Reculas

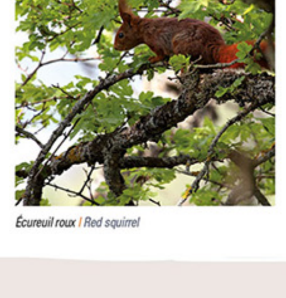
Une randonnée qui offre de beaux panoramas sur la vallée de l'Eau d'Olle et le massif de Belledonne. Ce sentier long mais sans difficulté technique vous fera découvrir des milieux (forêt, alpages) et une végétation variés (myrtilles, rhododendrons…). Un parcours très agréable par forte chaleur !
A walk which affords stunning views of the Eau d'Olle valley and the Belledonne chain. This is a long but not technically challenging footpath which will enable you to discover different environments (forests, mountain pastures) and different types of vegetation (blueberries, rhododendrons...). A very pleasant walk on a hot day!

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Oz en Oisans (station)
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 265 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 5h25
DISTANCE DISTANCE: 14,8 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: juin à octobre

CONTACT CONTACT DETAILS:
Offices de tourisme :
+33 (0) 476 80 78 01 | oz-en-oisans.com
+33 (0) 476 80 45 69 | villard-reculas.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 2 sentier path n° 246



Écureuil roux | Red squirrel

Forêt d'Oz en Oisans | Oz en Oisans forest

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ON THIS ROAD:
- Les chalets de Pré Reynaud à 1340 m d'altitude | The Pré Reynaud chalets at an altitude of 1340 m
- La faune et la flore : chevreuil, écureuil, lièvre variable, lys, orchidées… | The flora and fauna: deer, squirrels, mountain hares, lilies, orchids...

À PROXIMITÉ NEARBY:
- À Oz en Oisans In Oz en Oisans: Plateau des lacs accessible par les remontées mécaniques | The lakes plateau can be reached by sky-lift
Sa station, son village et ses hameaux | The ski resort, the village and the hamlets
- À Villard Reculas In Villard Reculas: La table d'interprétation géologique | The geological orientation table
L'architecture traditionnelle du village | The village's traditional architecture
"Pas de la confession" : nom de la route reliant Huez à Villard Reculas, un belvédère au-dessus de la plaine de Bourg d'Oisans | The "Pas de la confession" (Steps of confession), the name given to the road linking Huez and Villard Reculas, a viewpoint above the Bourg d'Oisans plain
- La Chèvre... Rie, producteur de fromage de chèvres | La Chèvrerie - goats' cheese producer

Sortie accompagnée — Guided excursion

Balade en forêt

Balade de 3h assez facile pour partir à la découverte des plantes, de la forêt et des arbres. En compagnie d'un agent technique forestier, vous apprendrez à reconnaître les principales essences qui peuplent la forêt mais également à identifier les principaux stades de croissance des arbres et à les repérer en forêt. Vous saurez tout sur la méthode permettant de mesurer les arbres ! À partir de 5 ans.
Forest walk. A relatively easy 3-hour walk to explore plants, the forest and trees. Accompanied by a forestry officer, you will learn how to recognise the main species which grow in the forest, to identify their main stages of growth and to spot them in the forest. You'll find out all there is to know about the way to calculate the height of a tree!
Age 5 upwards.
Sortie programmée quelques vendredis en juillet et août. Offert | Scheduled excursions some Fridays in July and August. Free

Office de Tourisme des 2 Alpes :
+33 (0) 476 79 22 00 | les2alpes.com

LES ACCOMPAGNATEURS
DÉCOUVRIR L'OISANS AUTREMENT
OUR GUIDES AN UNUSUAL WAY OF DISCOVERING OISANS

Des professionnels à votre service pour une découverte privilégiée en toute sérénité !

Les accompagnateurs en montagne connaissent parfaitement les 950 km de sentiers de l'Oisans. Laissez-vous guider vers les plus beaux "spots" pour découvrir un panorama, une faune ou une flore exceptionnels !

Passionnés par l'Oisans, ils vous dévoileront son histoire et vous conduiront à la rencontre des "gens du pays" : les bergers du plateau d'Emparis, les gardes-moniteurs du Parc national des écrins, des écrivains, des cristalliers...

Férus de faune, flore, minéralogie, géologie... Ils vous feront partager leurs connaissances du territoire.

Educateurs avant tout, ils sauront sélectionner la sortie adaptée à votre niveau, votre condition physique et vos envies. Ils n'ont pas leur pareil pour captiver les enfants et leur donner le goût à la randonnée.

Randonnées contées, nuit en bivouac, balade en ânes, initiation à la flore comestible, pêche en altitude, randonnées géologique... **Les idées de sorties ne manquent pas alors n'hésitez plus, laissez-vous guider !**

Our professionals are on hand for a special and totally problem-free way of exploring!

The mountain guides know the 950km of footpaths in Oisans like the backs of their hands. Let them guide you to the most beautiful spots where you can discover wonderful view and exceptional flora and fauna!

Passionate about Oisans region, they will enlighten you about its history and introduce you to the "locals": shepherds from the Plateau d'Emparis, the rangers from the Parc national des Écrins, writers, crystal hunters...

Fauna, flora, mineralogy, geology enthusiasts... They are keen to share their local knowledge with you.

Educators first and foremost, they will choose an excursion which suits your level, your physical condition and your tastes. They have a wonderful ability to enthrall children and instil in them an interest in Walking.

Story-telling walks, a night in a bivouac, donkey rides, edible flowers introductory courses, high-altitude fishing, geological walks... **With so many possibilities, what are you waiting for? Hire a guide!**

Rando bivouac au pays de la Meije | Bivouac walk in the La Meije area

BUREAU DES GUIDES DE L'OISANS
Office de tourisme
38520 Bourg d'Oisans
+33 (0) 476 80 42 55
guidesoisans.com

BUREAU DES GUIDES DE L'ALPE D'HUEZ
Pied des Pistes
38750 Alpe d'Huez
+33 (0) 476 80 42 55
guidesalpedhuez.com

BUREAU DES GUIDES ET ACCOMPAGNATEURS DES 2 ALPES
Place des 2 Alpes
38860 Les 2 Alpes
+33 (0) 476 11 36 29
guides2alpes.com

BUREAU DES GUIDES DE LA GRAVE-LA MEIJE
Place du Téléphérique | 05320 La Grave
+33 (0) 476 79 90 21
guidelagrave.com

BUREAU DES GUIDES DE LA BÉRARDE
La Bérarde
38520 Saint Christophe en Oisans
+33 (0) 476 79 54 83
guidesberarde.com

ASSOCIATION DES ACCOMPAGNATEURS DE L'EAU D'OLLE
38114 Allemont
+33 (0) 686 96 96 90
radonnees-en-eau-d-olle.webnode.fr

GROUPEMENT DES ACCOMPAGNATEURS DE L'OISANS (GAO)
38142 Le Freney d'Oisans
+33 (0) 672 92 21 38
gael.sauvegrain@yahoo.fr

GÉOLOGIE
GEOLOGY

La grande richesse géologique de l'Oisans réside dans ses paysages, la diversité de ses roches et une minéralogie exceptionnelle dont la renommée est internationale. "La faille du Col d'Ornon" est un phénomène unique au monde. "La face nord de la Meije" est un bel exemple pour comprendre la genèse des Alpes. L'Oisans possède une richesse minéralogique connue et reconnue dans le monde entier. L'histoire tectonique complexe de cette région a permis à des fluides chauds et minéralisés de déposer, dans le secret de fissures profondes, les délicats et précieux cristaux parfois rares qui ont fait la joie de plusieurs générations de cristalliers. Le musée des Minéraux de Bourg d'Oisans en est l'illustration. Il présente la première collection française de minéraux alpins avec des spécimens extraordinaires.

Thierry GRAND - Centre de Géologie de l'Oisans

The Oisan's extremely rich geology is displayed in its scenery, the diversity of its rocks and its unique and internationally acclaimed mineral deposits. The "Col d'Ornan fault" is quite unique. "The north face of the Meije" provides a clear illustration of how the Alps were formed. Oisans' rich mineral deposits are known and recognised the world over. The region's complex tectonic history enabled hot, mineral-laden fluids to secrete into the deep fissures delicate, precious, and sometimes rare crystals which have thrilled generations of crystal hunters. The Musée des Minéraux in Bourg d'Oisans is a perfect illustration. It houses France's foremost collection of alpine minerals which includes some extraordinary specimens.

Thierry GRAND - Centre de Géologie de l'Oisans

8 Idée rando — Suggestion for walks

Alpe d'Huez - Col de Sarenne

Cet itinéraire passe à proximité du site archéologique de Brandes, ancien village minier où l'on exploitait des mines d'argent au XII[e] siècle. Domaine des alpages, vous y croiserez également de nombreux troupeaux de moutons. Une fois au Col de Sarenne, vous profiterez d'une vue exceptionnelle sur le plateau d'Emparis, la Meije et ses glaciers.
This route runs close to the Brandes Archaeological Site, a former mining village where silver was mined in the 12th century. In this region of pastureland, you will also encounter herds of sheep. On reaching the Col de Sarenne, you will be rewarded with a stunning view of the Plateau d'Emparis and the Meije with its glaciers.

Cristal de La Gardette visible au musée des Minéraux | Crystal from La Gardette on display at the Musée des Minéraux

INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

DÉPART STARTING POINT: Alpe d'Huez (Altiport)
DÉNIVELÉ ELEVATION GAIN: 199 m
DURÉE A/R DURATION THERE/BACK: 4h
DISTANCE DISTANCE: 15 km
NIVEAU LEVEL: facile
PÉRIODE PERIOD: juin à octobre

CONTACT CONTACT DETAILS:
+33 (0) 476 11 44 44 | alpedhuez.com

OISANS AU BOUT DES PIEDS : TOPO-CARTE n° 2 sentier path n° 267

NB. Ce sentier suit principalement la route goudronnée du Col de Sarenne (facilement accessible à vélo, poussette...) | NB. The path mainly follows the tarmaced road to the Col de Sarenne (easily accessible by bike, with a pushchair...)

À VOIR TO SEE

SUR LE PARCOURS ALONG THE WAY:
- Les mines de Brandes | The mines in Brandes
- Les mines de charbon de l'Herpie | The l'Herpie coal mines
- Troupeaux du Col de Sarenne | Herds of sheep at the Col de Sarenne

À PROXIMITÉ NEARBY:
- À l'Alpe d'Huez At Alpe d'Huez:
- Le Musée d'Huez et de l'Oisans et l'Église Notre Dame des Neiges (son architecture, son orgue original en forme de main tendue vers le ciel et ses 13 vitraux illustrant des scènes de l'évangile) | The Musée d'Huez et de l'Oisans and Notre Dame des Neiges Church with its striking architecture, its unusual organ shaped like a hand reaching up to the heavens and its 13 stained glass windows depicting scenes from the gospels
- À Bourg d'Oisans In Bourg d'Oisans:
- Musée des Minéraux et de la Faune des Alpes qui présente la première collection française de minéraux alpins | The Musée des Minéraux et de la Faune des Alpes which houses France's foremost collection of alpine minerals

Les mines de Brandes | Mines in Brandes

Sortie accompagnée — Guided excursion

Une randonnée au fond des mers

Thierry, Mathieu et Eric, géologues et accompagnateurs en montagne au Centre de Géologie de l'Oisans, proposent de partir sur les traces de la formation des Alpes. Une randonnée ludique et riche d'enseignements où pendant une petite journée, chacun se met dans la peau d'un scientifique. Vous comprendrez enfin comment un fond marin se retrouve en altitude ! À partir de 8 ans.
A walk on the sea-bed. Thierry, Mathieu and Eric, geologists and mountain guides at the Centre de Géologie de l'Oisans, offer you the chance to see for yourself how the Alps were formed. It's a fun and highly informative learning experience which, for a whole day, puts you in a scientist's shoes. By the end, you'll appreciate how a sea bed came to be found at such an altitude. Age 8 upwards.
Tous les mercredis de mi-juillet à mi-août de 9h à 16h30 (prévoir un pique-nique). Offert | Every Wednesday from mid-July to mid-August, 9am - 4.30pm (please bring your own picnic). Free

Maison de la Montagne :
+33 (0) 476 79 53 15
mairiedemontdelansles2alpes.fr

Oisans
BIENVENUE DANS LES ALPES

Qui sommes nous ?
Oisans Tourisme est un EPIC (Établissement Public Industriel et Commercial) qui dépend de la Communauté de Communes de l'Oisans. Sa mission est de réaliser la promotion touristique à l'échelle du massif de l'Oisans, en complément de la promotion effectuée par chaque office de tourisme.

About us
Oisans Tourisme is an EPIC (Etablissement Public Industriel et Commercial) that depends on the Oisans Communauté de Communes. Its mission is to promote tourism throughout the Oisans mountain area, in addition to the promotion conducted by each tourist office.

CONTACTS

| Pour le grand public |
| For the general public |
Office de tourisme de Bourg d'Oisans
Bourg d'Oisans Tourist Office
Quai Girard - 38520 Bourg d'Oisans
+33 (0) 476 80 03 25

| Pour les professionnels du tourisme |
| For the tourist industry |
Oisans Tourisme
15 rue Docteur Daday
38520 Bourg d'Oisans
+ 33 (0) 476 11 39 73

Brochures et guides pratiques édités par **Oisans Tourisme**
Brochures printed by

Guide des Refuges — Activités en Oisans — Circuits Touristiques
Route des Savoir-Faire de l'Oisans — Guide Cyclo — Guide VTT
Guide Via ferrata & escalade — Carte touristique — Randonnées en Oisans

Nos sites Web
Web sites

montagne oisans.com
oisans.com
bike-oisans.com
montagne-oisans.com
route-savoir-faire-oisans.fr

stationdetrail.com/oisans

STATION TRAIL© DE L'OISANS, VILLARD RECULAS

Espace 100 % dédié au Trail, la Station de Trail© offre aux amateurs de course nature différents parcours et ateliers pour leur permettre de s'initier et s'entraîner.

Fonctionnement de la Station de Trail de l'Oisans : située dans la station village de Villard Reculas (domaine de l'Alpe d'Huez) la Station de Trail propose :
- 9 itinéraires balisés et classés par difficultés d'une longueur variant de 5 à 50 km. Un balisage spécifique Station de Trail permettra aux coureurs de se repérer.
- Un stade de trail avec les 5 ateliers : kilomètre vertical, pistes de 250 et 700 mètres, côte et une boucle longue de 3,5 km. Chaque atelier est équipé de panneaux explicatifs.
- Une base d'accueil à l'office de tourisme de Villard Reculas.
- Une plateforme web interactive stationdetrail.com
- Un espace test matériel raidlight.
- L'organisation de stages d'initiation ou d'entraînement à la journée ou en week-end encadrés par un coach, des randos-courses encadrées ou en liberté etc.

+ 33 (0) 476 80 45 69
stationdetrail.com/oisans

Le Défi des 3 Villards | Le Défi des 3 Villards (The 3 Villards challenge)

STATION TRAIL© DE L'OISANS, VILLARD RECULAS

A resort totally dedicated to trail running, The Station of Trail© offers various routes and courses to enable lovers of trail running to learn and train.

How the Station de Trail de l'Oisans works: situated in the village resort of Villard Reculas (in the Alpe d'Huez ski area) the Station de Trail offers:
- 9 signposted routes categorised by degree of difficulty and varying between 5 and 50 km. Station de Trail's own system of markings to enable runners to find their way.
- A trail running stadium with 5 courses : vertical kilometre, 250 and 700 metres tracks, a slope and a long 3.5 km circuit. Each course has information boards.
- A reception point at Villard Reculas tourist office.
- An interactive website at stationdetrail.com
- A Raidlight product testing area
- Beginners' courses and training sessions under the guidance of a coach for one day or a weekend, as well as guided or independent run-walks etc.

+ 33 (0) 476 80 45 69
stationdetrail.com/oisans

MODE D'EMPLOI ET RECOMMANDATIONS

CE DOCUMENT N'EST PAS UN TOPO-GUIDE.
Il présente de façon synthétique le territoire de l'Oisans et ses 950 km de sentiers balisés. Il vous propose :
- 11 idées de balade en autonomie, extraites de la collection "Oisans au bout des pieds" (voir notre encadré)
- 11 sorties encadrées par un accompagnateur en montagne.

AVANT DE PARTIR
- choisissez une randonnée adaptée à votre condition physique et à votre niveau,
- préparez votre itinéraire à l'aide des cartes "L'Oisans au Bout des Pieds" du secteur concerné et IGN au 1/25000[e],
- consultez la météo locale.

À EMPORTER
- les cartes OBP et IGN,
- sac à dos, provisions d'eau suffisantes, casse-croûte, chaussures adaptées, lunettes de soleil, coupe-vent, casquette, crème solaire, lainage, couteau, sac poubelle pour redescendre les déchets, petite pharmacie de base.
- en fonction des conditions : bonnet et petite paire de gants (il fait froid en altitude), paire de guêtres (pour passer les névés au printemps).

LES BONS RÉFLEXES
- restez sur les sentiers balisés pour votre sécurité et pour préservez la faune et la flore (très sensibles en montagne),
- dans le Parc national des Écrins, conformez-vous à la réglementation spécifique (voir notre encadré)
- respectez les autres utilisateurs de la montagne : vététistes, cavaliers, bergers, forestiers…
- ramenez vos déchets avec vous,
- en cas de mauvais temps (brouillard, orages, vents violents) faites demi-tour !

SIGNALÉTIQUE ET BALISAGE
Les cartes "Oisans au bout des pieds" identifient les parkings qui correspondent aux points de départ des randonnées. Une fois engagé sur un itinéraire balisé, chaque carrefour comporte un poteau qui indique :
- le nom du carrefour et son altitude (bague verte),
- les principales directions et le nom du prochain carrefour (panneau jaune),
- les distances et le temps de marche.
- les numéros de circuits des topo-cartes "Oisans au bout des pieds".

EN SAVOIR PLUS
Infos pour votre sécurité bien sûr mais également recommandations pour apprécier et préserver nos belles montagnes : **montagne-oisans.com**

INSTRUCTIONS FOR USE AND RECOMMENDATIONS

THIS DOCUMENT IS NOT A GUIDEBOOK.
It provides an overview of Oisans region and its 950 km of signposted footpaths. It offers:
- 11 suggestions for independent walks, taken from the "Oisans au bout des pieds" collection (see our box)
- 11 guided tours with a mountain guide.

BEFORE SETTING OUT
- choose a walk which is suitable for your level of fitness and experience,
- plan your route using the "L'Oisans au Bout des Pieds" maps for the area and IGN's 1:25,000 maps,
- check the local weather forecast.

WHAT YOU SHOULD TAKE WITH YOU
- OBP and IGN maps,
- a rucksack, a good supply of water, snack, suitable footwear, sunglasses, a wind-proof jacket, a cap, sun cream, a jumper, a knife, a bag for disposing of rubbish and a first aid kit.
- depending on the conditions: a hat and a small pair of gloves (it is cold at high altitudes) and a pair of gaiters (for crossing the snowfields in spring).

GOOD HABITS
- keep to the signposted footpaths for your own safety and to protect the particularly fragile flora and fauna of the mountains,
- please follow the specific regulations of the Parc national des Écrins (see our box)
- respect other mountain users: mountain bikers, horse riders, shepherds, foresters…
- take your litter home with you,
- in bad weather conditions (fog, thunderstorms, high winds) turn back!

SIGNAGE AND WAY-MARKING
"Oisans au bout des pieds" maps show car-parks at the starting points of the walks. At each junction on our signposted routes you will find a signpost indicating:
- the name of the junction and its altitude (a green band),
- main directions and the name of the next junction (a yellow sign),
- distances and walking time.
- the numbers of the walks as listed in the "Oisans au bout des pieds" map-guides.

FOR FURTHER INFORMATION
For safety information and suggestions for ways to enjoy and protect our beautiful mountains, visit **montagne-oisans.com**