

LE GUIDE DES

SORTIES

NATURE  
*Coeur de Chartreuse*







Crédit photo : Isère Attractivité - Alexandre Gelin

# Vos offices de tourisme

*Coeur de Chartreuse*

Besoin d'un renseignement, d'un conseil personnalisé ? Poussez la porte des Offices de Tourisme Coeur de Chartreuse. Vous y trouverez un accueil chaleureux, de la documentation, des idées et des bons plans

## Nos services

- Vente de cartes de pêche
- Billetterie
- Agence Transisère (St Laurent du pont)
- Relais Transisère (St Pierre de Chartreuse et Les Echelles)
- Wifi Chartreuse Gratuit
- Inscriptions aux activités

## Nous contacter

✉ [info@coeurchartreuse-tourisme.com](mailto:info@coeurchartreuse-tourisme.com)

☎ 04 76 88 62 08

🌐 [www.chartreuse-tourisme.com](http://www.chartreuse-tourisme.com)

📘 @coeurchartreuse-tourisme

## Nos horaires



### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

**Du lundi au samedi :**

De 9h à 12h et de 14h à 18h

**Dimanche :** De 9h à 12h30



### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

**Du lundi au samedi :**

De 9h à 12h30 et de 14h30 à 18h30

**Dimanche :** 9h à 12h30



### SAINT LAURENT DU PONT

**Du mardi au samedi :**

De 9h à 12h30



### LES ECHELLES

**Du lundi au dimanche :**

9h30 à 13h et de 14h à 18h



# MARCHEZ



## Rando "Les apprentis montagnards"

### ENTREMONT LE VIEUX

Une demi-journée où les enfants découvrent plein d'astuces pour s'amuser dans la nature, sous l'œil bienveillant des parents qui repartent avec de nouvelles idées pour agrémenter les futures balades avec les enfants.

Nous apprendrons à lire une carte et utiliser une boussole pour découvrir tout au long du parcours des balises représentant tous les animaux de la montagne.

- 📅 Les mardis 4, 11, 18 et 25 août de 9h30 à 12h
- 💶 Enfant 15€ (gratuit pour les parents)
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Journée Randonnée en Montagne

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Partez à la découverte des plus beaux sites de Chartreuse par les itinéraires préférés des accompagnateurs en Montagne de Cartusiana.

- 📅 Tous les mardis, mercredis, jeudis, vendredis et samedis de 9h à 16h30
- 💶 35€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana)

## Marche consciente en Chartreuse©

### ENTREMONT LE VIEUX

Vivez l'expérience de la méditation marchée en pleine nature spirituelle et sauvage de Chartreuse. Marche lente, sans difficulté, ponctuée de pratiques de sophrologie, de yoga et de méditation. La marche consciente a pour but de vous faire entrer dans une relation consciente avec vous-même, dans la nature.

- 📅 Les mardis 4, 11 et 18 août de 15h à 17h
- 💶 Adulte 59€ - Enfant (-12 ans) 49€
- 📞 Sur inscription : 09 67 12 90 57 (Florence Ratat)

## Rando insolite, découverte des cascades

### CIRQUE DE ST MÊME - SAINT PIERRE D'ENTREMONT

Partez à la découverte des cascades du Cirque de St Même avec un accompagnateur en montagne. En une demi journée, offrez-vous une sortie que vous ne feriez pas seul ! Petit passage sous terre, montée à résurgence par les pas escarpés sur un sentier ludique.

- 📅 Les mardis 4, 11, 18 et 25 août de 9h à 12h
- 💶 22€ par personne - Famille 15€ par enfant (13-18 ans) si accompagné des parents.
- 📞 Sur inscription 06 07 62 35 17 / 04 79 26 20 65 (Patrice Pauly). Autres disponibilités sur demande.

## Rando Yoga en demi-journée

### LIEU À DEFINIR

Ballade en montagne avec une initiation yoga pour tous en fin de journée. Idéale pour découvrir la discipline et ses bienfaits... Tout en douceur, faite une pause avec vous-même !

- 📅 Les mardis 4, 11, 18 et 25 et les vendredis 7, 14, 21 et 28 août en après-midi
- 💶 25€ par personne
- 📞 Sur inscription : 06 49 69 44 89 (Cartusiana)

## Apéro Rando

### ST PIERRE DE CHARTREUSE / ST PIERRE D'ENTREMONT

Le plaisir d'une balade dégustative, découvrez les bons produits locaux dans une ambiance conviviale.

- 📅 Les mercredis 5, 12, 19 et 26 août à 18h
- 💶 Adulte 35€ - Enfant 20€
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana)

## Marche du silence autour du monastère - 1/2J

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Marcher à petits pas, silencieux et disponible, curieux et sensible. Entrer au Désert de Chartreuse à l'image de Bruno et de ses compagnons en 1084. Au gré des haltes, François vous propose de découvrir l'histoire de ce lieu et de ses habitants.

- 📅 Les mercredis 5, 12, 19 et 26 août de 9h à 12h
- 💶 Adulte 30€ (couple 50€, famille 60€ (3 personnes) et 25€ par personne supplémentaire). (Départ garanti)
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Marche du Silence

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Marche du silence : Bien-être et remise en forme

- 📅 Les mercredis 5, 12 et 19 août de 10h à 12h
- 💶 Adulte 30€ - Enfant (dès 10 ans) 25€
- 📞 Sur inscription : 06 95 69 50 08 (École de porte)

## Nature et silence

### ENTREMONT LE VIEUX

Vivre une expérience du silence entre parents et enfants.

Un moment où la marche et la nature nous enseignent le silence.

- 📅 Les jeudis 6, 13, 20 et 27 août de 9h à 11h
- 💶 Adulte 8€ - Enfant 5€ - Famille (maximum 4 pers.) 20€
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Le merveilleux & la légende des Entremonts

### ENTREMONT LE VIEUX

Partez à la découverte des légendes locales au cours d'une balade contée familiale dans les gorges du Cozon. 1h30 de balade environ, pour tout public à partir de 5 ans.

- 📅 Les jeudis 6, 13 et 20 août de 10h à 12h
- 💶 5€ par personne
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 79 65 81 90



## Rando découverte de Miribel les Echelles

### MIRIBEL LES ECHELLES

Découverte nocturne d'un village de Chartreuse : Miribel les Echelles. Prévoir une lampe de poche.

- 🕒 Les jeudis 6, 13, 20 et 27 août de 20h30 à 22h15
- 💶 Gratuit
- 📞 Sur inscription : 07 85 71 47 65

## Balade écriture

### ENTREMONT LE VIEUX

Venez découvrir la Chartreuse par les œuvres littéraires et vous essayer à l'écriture lors d'une randonnée facile entrecoupée de pauses d'écriture guidées.

- 🕒 Les jeudis 6, 13 et 20 août de 14h à 17h
- 💶 15€ par personne
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 79 65 81 90

## Madame Montagne

### LIEU À DEFINIR

Journée randonnée entre nous Mesdames. Accompagnement et conseils venus d'une expérience solide à côtoyer les hauteurs avec une petite pause méditative pour se ressourcer par le souffle.

- 🕒 Les jeudis 6, 13, 20 et 27 août (niveau débutant)  
Les samedis 1, 8, 15, 22 et 29 août (niveau avancé)
- 💶 37€ par personne
- 📞 Sur inscription : 06 49 69 44 89 (Cartusiana)

## Marche du silence autour du monastère - journée

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Marcher à petits pas, silencieux et disponible, curieux et sensible. Entrer au Désert de Chartreuse à l'image de Bruno et de ses compagnons en 1084. Au gré des haltes, je vous propose de découvrir l'histoire de ce lieu et de ses habitants.

- 🕒 Les vendredis 7, 14, 21 et 28 août à 9h
- 💶 Adulte 40€ (couple 70€, famille 80€ 3 personnes)
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Soirée fondue dans un habert

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Imaginez une expérience unique au cœur de la Chartreuse. Après une courte randonnée, vous rejoindrez une ancienne et mystérieuse demeure.

- 🕒 Les vendredis 7, 14, 21 et 28 août de 18h à 22h
- 💶 55€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana)

## L'Eau, source de Vie

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Une balade vivifiante au fil de l'Eau dans les magnifiques gorges du Guiers mort où Dame Nature nous surprend par sa beauté, tantôt apaisante, tantôt puissante, voire mystérieuse...

- 🕒 Le vendredi 21 août de 9h30 à 16h
- 💶 50€ par personne
- 📞 Sur inscription : 06 42 18 24 38 (Magali Natur'harmonie)

## Rando initiation plantes comestibles

### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

La nature nous révèle bien des surprises, et il suffit parfois simplement de s'y pencher pour y trouver une richesse trop souvent oubliée ! Initiez-vous aux plantes sauvages comestibles en compagnie d'un chef cuisinier et d'un accompagnateur en montagne.

- 🕒 Le samedi 15 et dimanche 30 août de 9h à 16h30
- 💶 Adulte 55€ - Enfant 44€
- 📞 Sur inscription : 06 95 87 87 57 (Bodhgaya)

## Balade en famille pour préparer son séjour

### ENTREMONT LE VIEUX

Les enfants à l'aide d'une carte et boussole mènent le groupe sur l'itinéraire pendant que les parents interpellent François Ruby, accompagnateur en montagne, pour affiner leur séjour en Chartreuse. Nous terminons la balade avec petit encas tiré des sacs.

- 🕒 Les dimanches 2, 9, 16, 23 et 30 août de 19h à 21h
- 💶 Adulte 8€ - Enfant 5€ - Famille (maximum 5 pers.) 20€
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 79 65 81 90

## La tourbière de l'Herretang se dévoile !

### TOURBIERE DE L'HERRETANG - ST LAURENT DU PONT

Découvrez ses plantes carnivores, ses oiseaux, ses libellules mais aussi son histoire et son ancienne Tuilerie.

- 🕒 Les dimanches 16 et 30 août de 10h à 16h
- 💶 Gratuit
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 76 06 22 55

## Insolite : brèche de l'inscription Romaine

### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

La plus belle rando des Entremonts, celle que l'on n'ose pas faire seul... La boucle du Cirque de St Même par la cheminée de Fontanieu, la Réserve Naturelle des Hauts de Chartreuse et le Pas de la Mort !

- 🕒 Les dimanches 2, 9, 16, 23 et 30 août à 8h
- 💶 40€ par personne
- 📞 Sur inscription : 06 07 62 35 17 (Patrice Pauly)



# GRIMPEZ



## Encadrement **Via Ferrata**

### **LA ROCHE VEYRAND ST PIERRE D'ENTREMONT**

Nos moniteurs proposent de vous faire découvrir la via ferrata de Roche Veyrand en toute sécurité. Toute la famille pourra parcourir les passerelles, ponts de singe et parois rocheuses... Sensations fortes dans un cadre spectaculaire !

- 📅 Les vendredis 7, 14, 21 et 28 août
- 💶 45€ par personne (demi-journée)
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Kahotep)

## Encadrement **Via Ferrata** (dès 9ans)

### **LA ROCHE VEYRAND ST PIERRE D'ENTREMONT**

Le plaisir de grimper et lézarder sur les belles falaises de Chartreuse, c'est ce que nous proposons de vous faire découvrir.

- 📅 Sur rendez-vous
- 💶 55 € pour la 1ère partie, 65 € pour la via intégrale
- 📞 06 87 48 41 68 (La maison de la montagne)

## **Grimpe d'arbre**

### **SAINT PIERRE D'ENTREMONT**

Pour vos loisirs, privilégiez une approche ludique et sensorielle en grim pant au sommet des arbres les plus hauts ! Activité nomade, sans câble, ni aménagement fixe... À la manière des grimpeurs élagueurs !

- 📅 Les mardis 4, 11, 18 et 25 août à 14h
- 💶 29€ par personne (matériel fourni)
- 📞 Sur inscription : 06 07 62 35 17 - 04 79 26 20 65 (Patrice Pauly) Autres disponibilités sur demande.

# ROULEZ



## Soirée **VTT au coucher du soleil**

### **SAINT PIERRE DE CHARTREUSE**

Ascension facile d'un sommet proche du village pour profiter des derniers rayons du soleil. Quel que soit votre niveau, une belle descente nous attend.

- 📅 Les mardis 4, 11, 18 et 25 août à 19h30
- 💶 60€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana et VTT MCF)

## Sortie **enduro VTTAE** à la journée

### **ST PIERRE DE CHARTREUSE - ST PIERRE D'ENTREMONT**

Découvrez ou perfectionnez votre pilotage sur les singles secrets de nos moniteurs MCF.

- 📅 Les mercredis 5, 12, 19 et 26 août à 9h
- 💶 100€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana et VTT MCF)

## Sortie en **vélo électrique** tous chemins

### **ST PIERRE DE CHARTREUSE - ST PIERRE D'ENTREMONT**

Venez parcourir nos plus jolis parcours en vélo électrique à la découverte des hameaux de Chartreuse. Une sortie accessible à tous les niveaux à partir de 10 ans.

- 📅 Les jeudis 6, 13, 20 et 27 août à 14h
- 💶 60€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana et VTT MCF)

## Sortie découverte en **VTT électrique**

### **RDV À BRUN SPORT À SAINT PIERRE DE CHARTREUSE**

Balade découverte en VTT électrique.

- 📅 Les jeudis 6, 13, 20 et 27 août de 10h à 12h
- 💶 25€ (hors location de VTT)
- 📞 Sur inscription : 06 95 69 50 08 (École de porte)



# SURVIVEZ



Crédit photo : Canva

## Stage de survie / Bushcraft

### LIEU À LA DEMANDE

Cet atelier de bushcraft en demi-journée, véritable immersion dans la nature, permet d'apprendre à cuisiner les plantes comestibles, à filtrer l'eau et à se repérer.

- 📅 Les jeudis 6, 13, 20 et 27 août à 14h
- 💶 Adulte 45€ - Enfant 39€
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Nakanai)

## Soirée sauvage - Survie / Bushcraft

### LIEU À LA DEMANDE

Cette soirée sauvage vous plongera en immersion dans la nature, et vous permettra d'apprendre à cuisiner les plantes comestibles sauvages, à filtrer l'eau et à vous repérer.

- 📅 Les jeudis 6, 13, 20 et 27 août à 19h
- 💶 Adulte 45€ - Enfant 39€
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Nakanai)

## Escape game de survie

### SAINT JOSEPH DE RIVIÈRE

Escape game grandeur nature sur une demi journée, venez tester vos compétences en famille ou entre amis.

- 📅 Sur demande
- 💶 220€ par personne, des 12 ans, 5 joueurs minimum
- 📞 Sur réservation : 06 40 64 50 65 (l'appel de la nature)

# CHEVAUCHEZ



## Randonnée anière

### ST PIERRE D'ENTREMONT - ST PIERRE DE CHARTREUSE

Randonnée avec des ânes sur les sentiers de Chartreuse. Initiez-vous aux soins des ânes, apprenez à bâter et à mener cet affectueux compagnon aux longues oreilles ...

- 📅 Les mardis 4, 11, 18 et 25 août à 9h
- 💶 49€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana)

# PLONGEZ



## Canyoning dans les gorges de Chailles

### SAINT FRANC

Les gorges de Chailles présentent un très bel encaissement, insoupçonné depuis la route qui passe au-dessus, reliant Chambéry à Lyon par la voie nationale. Découvrez-les avec un moniteur passionné !

- 📅 Les vendredis 7, 14, 21 et 28 août à 9h
- 💶 89€ par personne
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Kahotep)

## Aquagym

### PISCINE MUNICIPALE - ST PIERRE DE CHARTREUSE

Aquagym, cardio et renforcement musculaire en musique, pour garder la forme, même en vacances !

- 📅 Les mardis et vendredis de 19h à 19h45  
Les samedis de 9h45 à 10h30
- 💶 7€ la séance
- 📞 Inscription sur place 06 28 06 13 32

# EXPLOREZ



Crédit photo : Canva

## Spéléologie Grotte du Curé

### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

La grotte du Curé se situe dans les gorges du Guiers Vif, en amont du Pas du Frou. C'est une cavité idéale pour l'initiation, permettant de découvrir la spéléologie de manière assez complète avec des moniteurs passionnés.

- 📅 Les mercredis 5, 12, 19 et 26 août à 9h
- 💶 Adulte 45€ - Enfant -12 ans 39€
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Kahotep)



# La boutique de l'Office de Tourisme

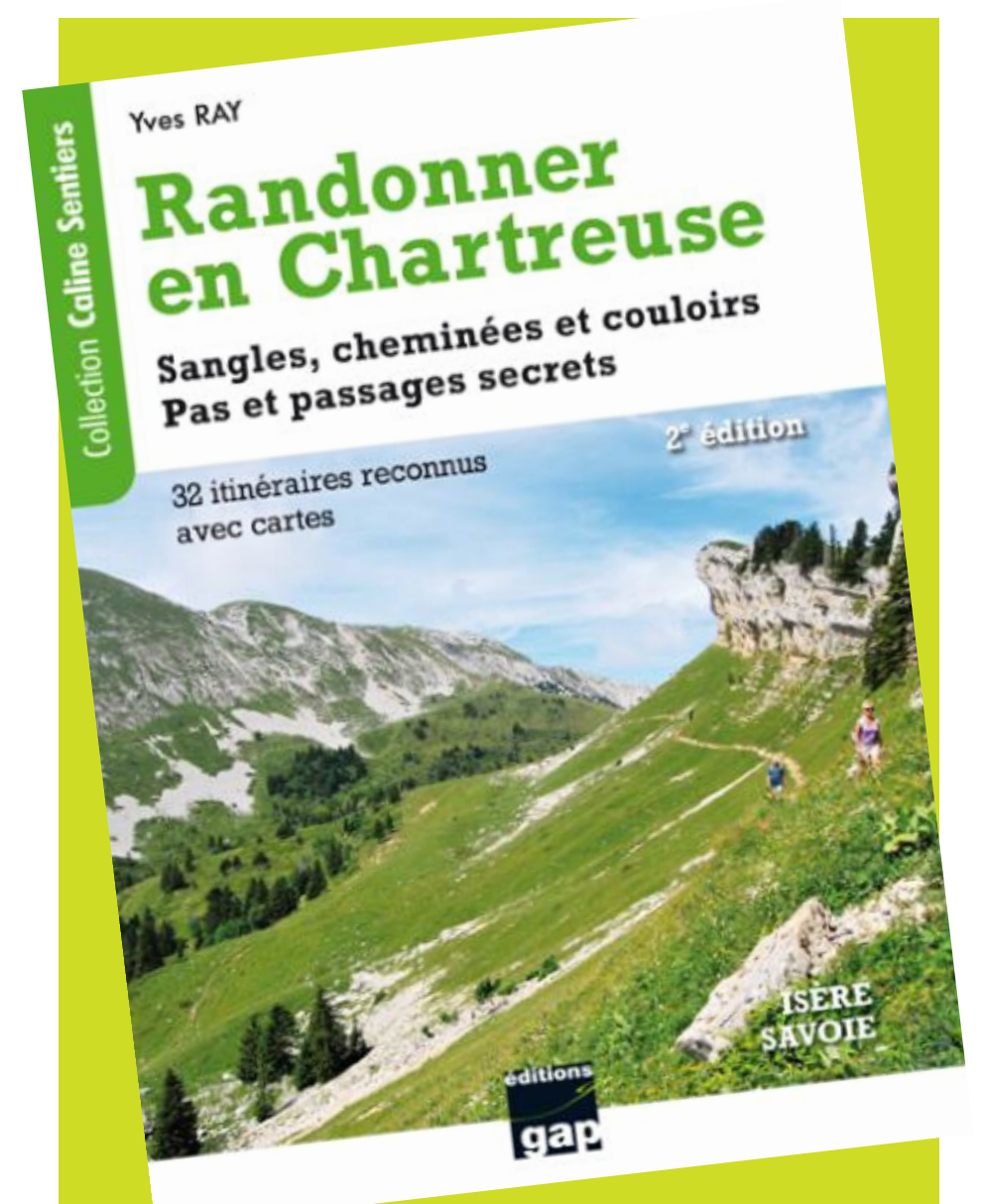
Vous aimez la Chartreuse, ses petits sentiers en sous-bois et ses magnifiques panoramas... Quoi de mieux que vos pieds pour découvrir, à votre rythme, tous les trésors que les 1 300 km de sentiers balisés ont à vous offrir ? Vous randonnez en autonomie ? La règle d'or pour se balader en Chartreuse est de bien préparer son itinéraire ! L'Office de Tourisme Cœur de Chartreuse vous propose différents supports dédiés à la randonnée.



**Topoguides - 0,5€**



**Carte de randonnée - 7€**



**Livre "Randonner en Chartreuse" - 14,90€**

Faites votre choix parmi notre sélection d'itinéraires de promenades et de randonnées dans le massif de Chartreuse ! Plus de 50 topos disponibles dans les Offices !

Une carte pour tout le massif de Chartreuse avec une trentaine d'itinéraires randonnées : des sommets faciles aux plus sportifs, des randonnées incontournables aux plus secrètes...

Sangles, cheminées, couloirs, pas et passages secrets, découvrez dans ce livre 32 itinéraires, de la promenade familiale aux parcours alpins exigeants parfois escarpés et exposés.

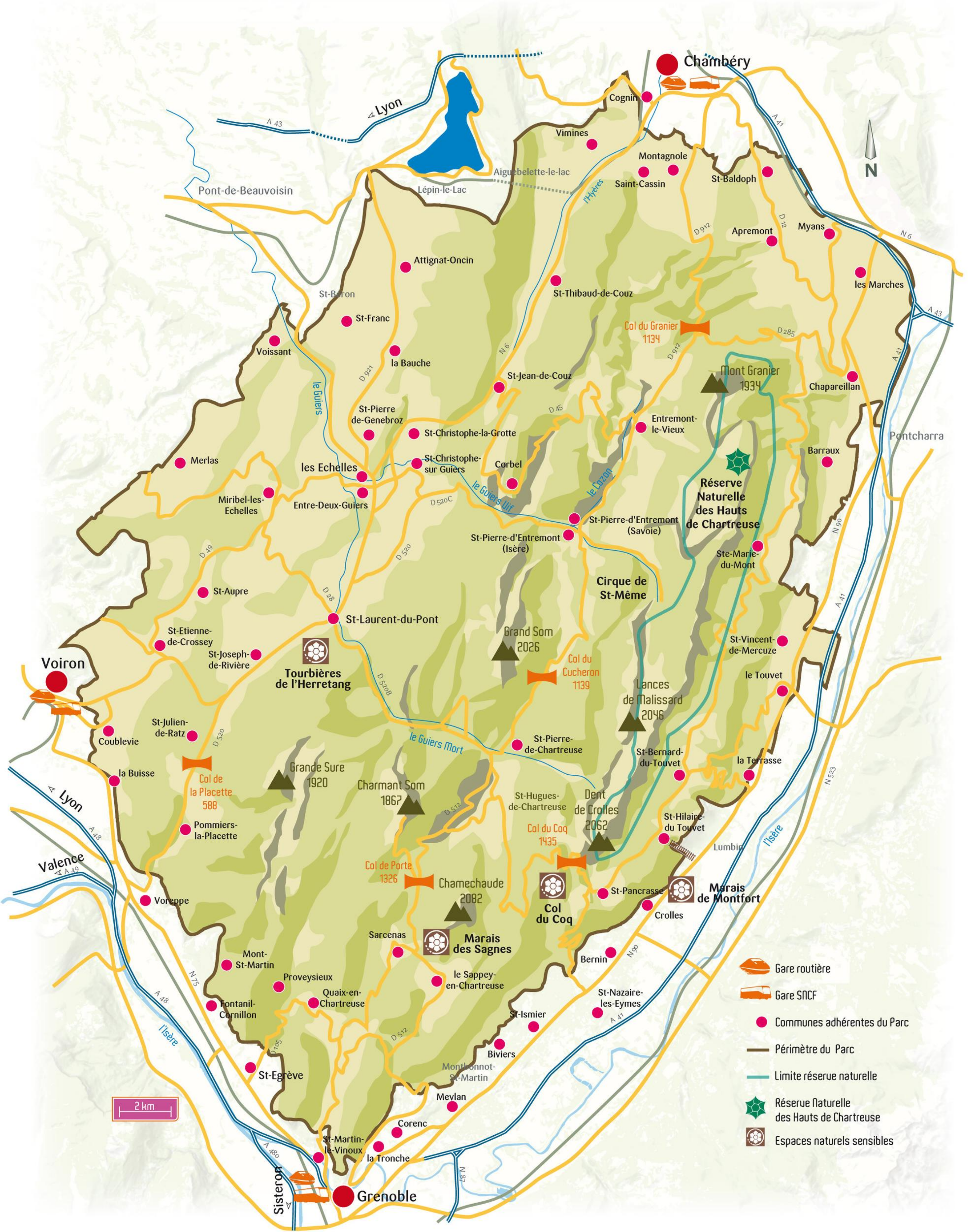


## Pour compléter...

Concerts, spectacles, animations, ateliers, visites guidées, le Cœur de Chartreuse vous propose cette année encore, un programme alléchant ! Découvrez les festivités de l'été dans **LE GUIDE DES ANIMATIONS**

Disponible dans les Offices de Tourisme Cœur de Chartreuse ou en téléchargement sur [www.chartreuse-tourisme.com](http://www.chartreuse-tourisme.com)





-  Gare routière
-  Gare SNCF
-  Communes adhérentes du Parc
-  Périmètre du Parc
-  Limite réserve naturelle
-  Réserve Naturelle des Hauts de Chartreuse
-  Espaces naturels sensibles

2 km