



L'été...

Sur le Plateau des Petites Roches

**Programme des animations et activités
du 3 juillet au 31 août 2021**

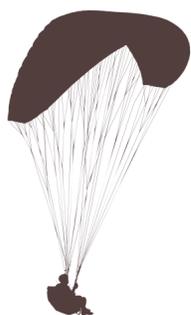
Sommaire



- Animations hebdomadaires page 3-4

- Calendrier des animations pages 4-5-6-7

- Espace ludique du Col de Marcieu pages 8-9



- Funiculaire de St Hilaire pages 10-11

- Vol libre pages 12-13

- Sorties sportives accompagnées page 14-15

- Escalade et via ferrata page 16

- Équipements sportifs page 17



- Rando thématiques et ludiques page 18-19

- Balade avec les animaux page 20

- Baignade (en vallée) page 21

- Producteurs page 22

- Artisans page 23



- Bien-être page 24 -25

- Musées page 26

- Transports en commun page 27

- Commerces et infos pratiques page 28



- Services publics, santé page 29

- Restaurants page 30



- Les grands événements de l'été page 31



INFO COVID-19

Compte tenu de possibles évolutions des recommandations sanitaires, nous vous invitons à contacter le Bureau d'Information Touristique afin de prendre connaissance des éventuelles modifications de notre programme d'animations et d'activités.

Merci de votre compréhension..

ANIMATIONS HEBDOMADAIRES

TOUS LES LUNDIS

Réveil en douceur (en juillet)

de 9h30 à 11h, salle Felix Jourdan (au dessus du Bureau d'Info Touristique) ou extérieur selon la météo.

Relaxation guidée, méditation active, mouvements régénérateurs, étirements doux...

Séances animées par Catherine, sur inscription. 06.12.02.06.28 - www.terreenvie.ovh/contact

Tarif : 12€/personnes , inscription au plus tard 2 jours avant l'atelier.



TOUS LES MARDIS

Balade VTT électrique au coucher du soleil

En juillet de 20h à 22h, en août de 19h30 à 21h30, départ de l'Evasion au Naturel (col de Marcieu).

Pour adultes et enfants (+ de 1m30) Prêt matériel compris. Encadrement par un moniteur.

Tarifs : 40€/enfant, 50€/adulte - inscription auprès de Claude 06 62 83 96 19



Atelier d'initiation aux huiles essentielles et fabrication d'un baume

De 16h 30 à 19h00 (sauf semaine du 14 juillet) , avec Catherine à l'Evasion au Naturel (col de Marcieu)

tarif : 22€/personne - information et réservation au 06 45 84 48 04



Yoga : détente du corps (en août)

18h à 19h, par Anaïs à l'Evasion au Naturel (col de Marcieu)

Venez relâcher le stress et les tensions du quotidien pendant cette séance de détente.

Débutant accepté, mini de 6 pers. Tarif : 10€/personne. Inscription par sms au 0670835601



TOUS LES MERCREDIS

Marché hebdomadaire

Devant le Bureau d'Information Touristique, à partir de 14h30. Fromages, fruits, légumes, charcuterie, olives...



Randonnée et photographie

De 9h30 à 12h, Rdv devant l'Office de Tourisme (tout public, dès 12 ans)

Venez vous initier à la photo montagne, prendre le temps de l'image à petit pas avec Alain accompagnateur et photographe.

Techniques de prise de vue, échanges et visions artistiques sont au menu.

Nombre limité à 12 pers. Mini : 6 pers. Tarifs : 25€/adulte 15€/enfant la demi-journée

Infos et réservation : www.instants-sensibles.com / 06.23.00.01.74



Concert au cœur de la nature (à partir du 14 juillet)

Balade musicale au départ du Funiculaire, à 10H45

Retrouvez Christophe, flutiste autodidacte, qui vous fera voyager au son des musiques celtiques et vous contera son histoire.

Profitez d'un concert de flûte dans un cadre idyllique où tous les sens sont en éveil. Les notes dansent dans les oreilles, les pieds s'agitent au rythme des mélodies, les paysages grandioses emplissent les yeux...

Tarifs : 9€/adulte, 6€/moins de 14 ans

Sur inscription auprès du Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99) ou Christophe (06 21 92 87 45)

Stretching postural (en août)

de 9h30 à 11h, salle Félix Jourdan (au dessus du Bureau d'Info Touristique) ou extérieur selon la météo.

Technique globale d'étirements et de contractions musculaires, associées à des respirations spécifiques.

Approche douce, travail corporel en profondeur et en conscience.

Séances animées par Viviane, sur inscription. 06 32 11 55 23 – viviane.armati@free.fr

Tarif : 12€/personnes , inscription au plus tard 2 jours avant l'atelier.



Méditation guidée (en août)

De 18h45 à 19h45 pour adultes et enfants avec Hugues, à l'Evasion au Naturel (col de Marcieu)

Atelier de méditation, de détente et de ressourcement dans un espace zen. Minimum de 3 personnes.

Tarifs : 10€/adulte, 6€/enfant Inscription par sms au 06 63 73 98 85



Atelier d'apprentissage des massages de détente (du 1er au 22 août)

De 16h30 à 18h00 entre adultes et aussi entre adultes et enfants avec Hugues, à l'Evasion au Naturel (col de Marcieu)

Maximum 6 personnes. Tarif : 20€/personne. Inscription par téléphone au 06 63 73 98 85

TOUS LES JEUDIS



Visite Ferme Spiruline Chartreuse au Touvet, à 16h30

Au programme : présentation de la spiruline et de la ferme, observation au microscope, dégustation.
Sur réservation auprès de l'Office de Tourisme : 04 76 08 33 99. Gratuit, tout public.

Sortie méditation sous les étoiles (en août)



De 20h à 22h, , minimum 3 personnes, sortie à partir du gîte et "méditation dans la montagne sous les étoiles" avec Hugues
Tarif : 15€/personne.

Découverte des plantes sauvages comestibles ou médicinales

De 16h 30 à 18h30 (sauf semaine 14 juillet) pour adulte et enfant de plus de 6 ans, dans le jardin de l'Evasion au Naturel et aux alentours avec Catherine (diplôme de l'Ecole Lyonnaise des Plantes Médicinales). Tarifs : 12€/+ 16 ans - 30€/famille
Information et réservation au 06 45 84 48 04



TOUS LES VENDREDIS

Visite de la chèvrerie "La Ferme des Petites Roches"

Visite libre, traite des chèvres et vente directe à la ferme de 17h à 19h.
En accès libre et gratuit. Contacts : 06 99 35 32 11



CALENDRIER DES ANIMATIONS

Du 3 au 8 juillet et du 13 au 18 juillet

Stages et baptêmes de trapèze volant à St Hilaire

Débutant, initié, confirmé à partir de 8 ans. Baptême 2h : 35€, stage 3 jours : 95€, stage 6 jours : 185€
Renseignements et inscriptions flyingbiquettes@gmail.com 07 68 07 24 38



Dimanche 4 juillet

Recette sauvage des montagnes

De 10h à 15h au départ du parking du col du Coq.

Au cœur de l'Espace Naturel Sensible du Col du Coq découvrez les plantes sauvages de montagne et comment les cuisiner. Prévoir pique-nique, à partir de 6 ans. Gratuit, sur inscription au Bureau d'Info Touristique (04 76 08 33 99)

Journée plantes médicinales et aromatiques

Week-end d'ateliers de partage de connaissances sur les plantes alimentaires, médicinales de chartreuse.
Infos et réservation auprès de l'asso Les Milieux : contact@lesmilieux.net



Vendredi 9 juillet

Chant vivant et méditatif

Matinée d'éveil à la vibration de votre voix en pleine nature, de 9h à 12h.

Une expérience collective et vivante adaptée à chacun. Invitation au voyage : vibrer avec les instruments, chanter le monde, prendre conscience du souffle, apprécier le silence, improviser ensemble, chanter en groupe, libérer sa voix.
RDV à 8h45 au Bureau d'Info Touristique, départ à 9h. Participation 30€. Possibilité de pique-niquer ensemble après l'atelier. Réservation auprès de Jean-Patrick : 07 82 13 81 34 ou arnaudjeanpatrick@gmail.com



Cinétoiles

Projection gratuite du film "Donne-moi des ailes" en plein air dans le parc du Pré Lacour (gare haute du Funiculaire). Ouvert à tous, tout public, à 21h30

Dans le cadre de cet évènement, le Funiculaire fonctionnera en nocturne 20h30 à 21h et 23h à minuit. 5€ l'aller-retour.



Samedi 10 juillet

Sortie Découverte Papillons

Cette sortie d'initiation, organisée par l'association Les Milieux, sera l'occasion d'apprendre à identifier quelques papillons présents sur le plateau voire d'insectes tels les libellules ou autres coléoptères.

A partir de 6 ans. Participation libre – Sur inscription auprès de Lucie : 06.80.88.18.36 / lucie-gui@orange.fr





Samedi 10 juillet

Concert au restaurant Le Baribal

Avec David Lafore (chanson à texte, humour caustique) à 20h30. Infos et réservations : 04 76 08 31 57

Dimanche 11 juillet

Prenez de la hauteur au col du Coq !

de 10h à 15h au départ du parking du col du Coq

Profitez d'un moment de contemplation pour découvrir les paysages de montagne au cours d'une balade accompagnée par un animateur ENS. Prévoir pique-nique, à partir de 6 ans.

Gratuit, sur inscription au Bureau d'Informations Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)



Mardi 13 juillet

Animations au Col de Marcieu

Initiation au biathlon avec carabine laser, jeux en bois, chasse au trésor et musique (sono), de 14h à 18h.

Gratuit, en accès libre. Organisé par l'Office de Tourisme Belledonne Chartreuse. Renseignements au 04 76 08 33 99

Vendredi 16 juillet

Soirée astronomie



Avec le Groupe d'Astronomie du Grésivaudan, sur le décollage SUD des parapentes à la tombée de la nuit.

Gratuit, ouvert à tous. Infos au Bureau d'Info Touristique 04 76 08 33 99

Samedi 17 juillet

Marché de l'été

Dans le parc du Pré Lacour à St Hilaire (sortie du Funiculaire) de 14h à 22h

14h à 20h : Marché des artisans et producteurs du territoire (textiles, accessoires, bijoux, biscuits, huiles essentielles...)

Démonstrations et petits ateliers (cardage, couture sur cuir, fabrication d'un herbier...).

20h à 21h30 : concert rock festif du groupe Naotogether

21h45 : feux d'artifice sur le déco moquette

A cette occasion, le Funiculaire fonctionnera en nocturne jusqu'à 22h30 (tarif réduit à partir de 19h)

Organisé par le Bureau d'Information Touristique des Petites Roches - Infos au 04 76 08 33 99



Osez la nature au crépuscule !



De 18h30 à 22h au départ du parking du col du Coq

Écoutez les bruits de la nuit et assistez au coucher du soleil.

Pour se raconter des histoires et boire une boisson chaude en observant les étoiles.

Prévoir pique-nique, à partir de 6 ans.

Gratuit, sur inscription au Bureau d'Informations Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)

Jeudi 22 juillet

Concert-nature au coucher du soleil



Balade musicale au départ du Funiculaire, à la tombée de la nuit.

Retrouvez Christophe, flutiste autodidacte, qui vous fera voyager au son des musiques celtiques et vous contera son histoire. Profitez d'un concert de flûte dans un cadre idyllique où tous les sens sont en éveil.

Les notes dansent dans les oreilles, les pieds s'agitent au rythme des mélodies, les paysages grandioses emplissent les yeux. Et ainsi, chaque note prend toute sa dimension.

GRATUIT. Sur inscription auprès du Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)

Dimanche 25 juillet

Journée pastoralisme et histoire de Pravouta

de 9h30 à 17h au départ du parking du col du Coq



En continu entre 11h et 17h : *Expo sonore et visuelle "Ailleurs au coin de la bergerie"* avec la compagnie "Les Passagers".

Atelier de filage de laine avec Florence (bergère). *Stand nature* : Jeu de memory Col du Coq.

9h30 et 10h : départ des balades sur l'histoire de Pravouta. 12h30 : dégustation de l'agneau d'alpage.

14 h : dialogue avec un troupeau.

Gratuit, sur inscription au Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)



Mardi 27 juillet

Animations au Col de Marcieu

Initiation au biathlon avec carabine laser, jeux en bois, chasse au trésor et musique (sono), de 14h à 18h.
Gratuit, en accès libre.

Organisé par l'Office de Tourisme Belledonne Chartreuse.

Renseignements au 04 76 08 33 99

Jeudi 29 juillet

Récré des Mômes



Dans le parc à la sortie du Funiculaire, de 14h à 18h

Journée dédiée aux enfants avec de nombreuses animations :



jeux en bois, jeux de société géants, atelier marionnettes, carabine laser, parcours d'orientation, lecture de contes, parcours mobilité à vélo, chasse au trésor...

La journée se clôturera par le spectacle jeune public

"Le pommier des petites bêtes... et des un peu grosses" de Carlota Tralala.

14h à 17h : animations, jeux, ateliers

17h : spectacle Carlota Tralala



Gratuit, en accès libre. A cette occasion, Funiculaire en tarif réduit pour familles de 13h30 à 18h

Organisée par le Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)

Parcours d'orientation

Organisé par le Département dans le cadre de la Récré des Mômes

Découvrez les tout-nouveaux parcours d'orientation du Plateau des Petites Roches.

Départ toutes les 15 minutes.



Sur inscription. Renseignements au Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)

Mercredi 4 août

Récré des Mômes

à l'Espace ludique du col de Marcieu

Journée dédiée aux enfants avec de nombreuses animations :

jeux en bois, jeux de société géants, carabine laser, parcours mobilité à vélo, lecture de contes, chasse au trésor.

La journée se clôturera par le spectacle de clown

"Jean Basil H. Clown Inventeur" de La Bamboche.

14h à 17h : animations, ateliers

17h : spectacle La Bamboche

Gratuit, en accès libre.

Organisée par le Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)



Vis ma vie d'agriculteur

à 10h au Mohair des Petites Roches.

Découvrez le métier d'éleveur de chèvres angora et visitez la ferme du Mohair des Petites Roches.

Cette visite a pour but de faire découvrir l'agriculture locale et de mieux comprendre son fonctionnement et ses enjeux.

Organisé par le Parc Naturel Régional de Chartreuse.

Gratuit, sur inscription : 06 73 77 69 93



Vendredi 6 août

Chant vivant et méditatif

Matinée d'éveil à la vibration de votre voix en pleine nature, de 9h à 12h.

Une expérience collective et vivante adaptée à chacun.

Invitation au voyage : vibrer avec les instruments (bols tibétains, tambours...), chanter le monde, prendre conscience du souffle, apprécier le silence, improviser ensemble, chanter en groupe, libérer sa voix.

RDV à 8h45 au Bureau d'Information Touristique des Petites Roches, départ à 9h.

Participation 30€. Possibilité de pique-niquer ensemble après l'atelier.

Réservation auprès de Jean-Patrick : 07 82 13 81 34 ou arnaudjeanpatrick@gmail.com





Vendredi 6 et samedi 7 août

Nuit des étoiles

Venez observer le ciel et les étoiles filantes avec le Groupe d'Astronomie du Grésivaudan !
Rendez-vous sur le déco Sud des parapentes à 20h30 : gratuit et ouvert à tous.

Mercredi 11 août

Coucher de soleil et étoiles filantes

Rejoignez les animateurs ENS du col du Coq pour une balade au crépuscule de 18h30 à 23h !
Pique-nique au coucher de soleil puis observation des étoiles filantes.
Gratuit, sur inscription au Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)



Vendredi 13 août

Soirée astronomie

Avec le Groupe d'Astronomie du Grésivaudan, sur le décollage SUD des parapentes à la tombée de la nuit.
Gratuit, ouvert à tous. Infos au Bureau d'Info Touristique 04 76 08 33 99

Samedi 14 août

Chantier participatif pour le Tétrasyre au col du Coq

10h-15h : participez avec le gestionnaire du site à l'enlèvement de la zone de défense estivale, installée pour empêcher les moutons de pénétrer dans le secteur de reproduction du Tétrasyre.

Sur inscription au Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)



Dimanche 15 août

Fête du 15 août

Brocante, concours de pétanque, soirée dansante.
Journée organisée par le Comité des fêtes de St Hilaire.



Mardi 17 août

Concert nature au coucher du soleil

Balade musicale au départ du Funiculaire, à la tombée de la nuit.



Retrouvez Christophe, flutiste autodidacte, qui vous fera voyager au son des musiques celtiques et vous racontera son histoire. Profitez d'un concert de flûte dans un cadre idyllique où tous les sens sont en éveil. Les notes dansent dans les oreilles, les pieds s'agitent au rythme des mélodies, les paysages grandioses emplissent les yeux.

Et ainsi, chaque note prend toute sa dimension.

GRATUIT. Sur inscription auprès du Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)

Animations au Col de Marcieu

Initiation au biathlon avec carabine laser, jeux en bois, chasse au trésor et musique (sono), de 14h à 18h.
Gratuit, en accès libre.



Organisé par l'Office de Tourisme Belledonne Chartreuse
Renseignements au Bureau d'Information Touristique (04 76 08 33 99)

Jeudi 19 août

Coucher de soleil et astronomie

Rejoignez les animateurs ENS de 18h30 à 23h30 pour un voyage dans l'espace et le temps au fil des étoiles et des constellations ! Pique nique au coucher du soleil.

Gratuit, sur inscription au Bureau d'Information Touristique des Petites Roches (04 76 08 33 99)



Dimanche 29 août

Foire de St Bernard

Organisée par St Bé en Fête, dans le parc St Benoit à St Bernard. A CONFIRMER



Le Bureau d'Information Touristique des Petites Roches édite un flyer des animations chaque semaine. N'hésitez pas à passer en récupérer, de nouvelles animations se sont peut-être glissées dedans ;)



de COL
MARCIEU

04.76.08.31.58

www.col-marcieu.com



L'espace ludique du Col de Marcieu vous propose tout au long de l'été une gamme d'activités à pratiquer en famille ou entre amis.



L'Espace Ludique est ouvert tous les jours de 10h à 18h !

Aire de pique-nique, snack, salle hors-sac et de nombreux sentiers pédestres.

NOUVEAUTE : TYROLIENNE A VIRAGES

Loops, vagues, grandes courbes plongeant vers le sol et même un virage à 360°, c'est ce qui vous attend avec cette nouvelle activité comprises dans les packs !

A partir de 8 ans.

LA FORET LUDIQUE

Plusieurs parcours avec différents niveaux de difficulté pour que chacun y trouve son compte.

- Mini Kid (à partir de 2 ans et moins d'1m15) : les enfants, équipés d'un baudrier et de longes, sont sous la surveillance de leur parent sur un parcours adapté;
- Kid (entre 1m15 et 1m35) : les enfants, équipés d'un baudrier et de longes, sont reliés au câble tout au long du parcours sans possibilité de se détacher;
- Grand parcours - bleu (accessible au + d'1m35)
- Grand parcours - rouge (accessible au + d' 1 m35)

TYROLIENNES GEANTES

2 tyroliennes géantes qui traversent tout l'espace ludique. 500m d'adrénaline garanties !

ESPACE GLISSE / TUBING

Tubing : descente en bouée sur un grand toboggan naturel de plus de 250m de long Accès grâce à 2 tapis remonte pente.

Descente également possible en trottinette tout terrain avec passage de modules.

QUICK JUMP

Saut dans le vide depuis une plateforme à 10m de hauteur ! Un dispositif de cordage avec descendeur ralentit la chute progressivement jusqu'au sol. Inclus dans le grand parcours Forêt ludique.

TARIFS 2021

FORÊT LUDIQUE

Mini-Kid (2-4 ans) : 6€

Kid (<135cm) : 15,50€

Grands parcours (>135cm) : 20€



GLISSE SUR HERBE ET TUBING

1 heure : 6,50€

2 heures : 10,50€

TYROLIENNE A VIRAGES

2 descentes maxi : 10,50€



PACK 3H *

< 135 cm : 18€

> 135 cm : 24€

Famille (2 adultes + 2 enfants) : 74€

PACK JOURNEE **

< 135 cm : 22€

> 135 cm : 30€

Famille (2 adultes + 2 enfants) : 92€



***Le Pack 3h comprend :**

Forêt ludique et Glisse-Tubing à partir de 5 ans + Tyrolienne à virages (2 descentes maxi, à partir de 8 ans).

****Le pack journée comprend :**

*Forêt ludique (3 heures maxi), Glisse-tubing (2 heures maxi) à partir de 5 ans
+ Tyrolienne à virages (2 descentes maxi à partir de 8 ans)*

site naturel du funiculaire

SAINT-HILAIRE-DU-TOUVET



04.76.08.00.02
www.funiculaire.fr

**Le Funiculaire est ouvert tous les jours en juillet et août,
de 10h jusqu'à 19h.**

Il est l'un des plus anciens chemins de fer touristiques des Alpes françaises. Il a été construit en 1924 pour acheminer le matériel nécessaire à la construction des anciens Sanatoriums du Plateau des Petites Roches. Aujourd'hui, il vous propose une promenade insolite le long des pentes abruptes de Chartreuse...



NOUVEAUTE :
achetez vos billets
en ligne sur le site
internet

Une sortie sur le site naturel du Funiculaire c'est :

- une escapade « historique » à la rencontre d'un témoin de notre patrimoine ferroviaire alpin.
- une ascension forte en sensations au pays de la verticalité : vous vous élevez sur la pente la plus forte d'Europe et gagnez un balcon naturel ouvert sur un horizon de sommets : du Mont Blanc au Vercors....
- une découverte pédagogique et ludique avec le Laboratoire d'Icare : ce nouvel espace muséographique du Funiculaire qui fait la part belle aux images, à la découverte et au jeu autour du thème de l'air, du vol et de la gravité. Pensez à aller voir la machinerie (visite libre et gratuite)
- un restaurant panoramique en gare-haute

Départs simultanés des 2 gares toutes les 30 minutes.

Cabines sonorisées tout au long du parcours, pour vous conter l'histoire du funiculaire, les points remarquables du paysage...

Possibilité d'embarquer votre vélo avec vous dans le funi !

NOUVEAUTE : vous pouvez réserver votre trajet en ligne et voir le remplissage des cabines en direct !

TARIFS

Aller-retour : 17,20€/adulte – 9,70€/enfant

Aller simple : 11,20€/adulte – 7,20€/enfant

Tarifs pour groupes, familles, étudiants, etc....

Carnet de 5 trajets : 32,70€

Carnet de 10 trajets : 54,50€



Vol libre

Pour que l'un des plus anciens rêves de l'homme devienne réalité...



Le chalet – St Hilaire

04.76.08.38.71

www.prevol.com

prevol@prevol.com

**Baptêmes de l'air - Stage parapente - Boutique parapente
Ecole de parapente de St Hilaire du Touvet depuis 1986.**

La boutique PREVOL sera ouverte 7j/7 de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.
durant les vacances.

Nous vous proposons de découvrir le Vol Biplace accompagné par un moniteur :

- Vol biplace **Kid** (75€) : Le matin (8h-10h) en air très calme pour des enfants de 6 à 12 ans
- Vol biplace **Découverte** (80€) : vol d'environ 15 min
- Vol biplace **Sensation** (95€) : initiation au pilotage ou découverte de la voltige
- Vol biplace **Performance** (150€) : vol de 40 à 45 min

Possibilité de repartir avec les photos et vidéos de son vol !

Tarif groupe à partir de 3 personnes.

Stage découverte (2 séances de pente école + 2 vols biplace) : 290 €
(chaque semaine lundi et mardi ou en week-end, sur réservation)

Stage initiation semaine : 620 €/650 €*

(Chaque semaine du lundi au vendredi, sur réservation.

* Tarif haute saison du 5/7 au 27/8/21)



06 84 55 23 34

air-alpin@air-alpin.com

www.air-alpin.com

Les locaux d'Air Alpin (à côté de l'église, au-dessus du déco Est) sont ouverts tous les jours de 13h00 à 18h00.

Terrasse panoramique où l'on peut se rafraîchir en avec des boissons ou des glaces en regardant les décollages.

STAGES Parapente

Tarif unique : de 160 à 640 € (de la journée découverte au stage personnalisé en 5 jours).

Stage classique 5 jours : 640 €).

BAPTEMES Parapente

Baptême Contact : 75€/pers (10min)

Baptême Sensation : 90€/pers (20min)

Baptême Prestige : 120€/pers (30min)

Baptême Aventure : 160€/pers (40 à 50min)

Réductions à partir de 3 pers.

BIPLACE PARAPENTE ST HILAIRE

Pascal Chatanay - 06 85 22 39 78

www.biplace-parapente.com

Expérimentez un vol en parapente biplace au-dessus de Saint Hilaire !

Pascal Chatanay, moniteur de parapente passionné depuis 15 ans et son équipe, vous fera découvrir la région grâce au parapente.



Ils vous proposent des vols en parapente biplace selon vos envies : paisible et contemplatif, participatif ou même acrobatique, dans une ambiance conviviale.

C'est vous qui décidez ! Vous aurez le choix entre :

- Un vol plaisir de 10 à 15 minutes à 75 €
- Un vol sensation de 15 à 25 minutes à 90 €
- Un vol ascendance de plus de 30 minutes à 110 €
- Option Photos et vidéo du vol à 20 €



Pour un baptême ou un stage en delta :

Thomas Perron au 07 77 07 31 82

www.ledeltateam.com

Sorties sportives accompagnées

VERTICAL AVENTURE

06 63 70 36 25

reservation@vertical-aventure.com

Via ferrata, Escalade, Canyoning, Spéléo... Venez faire le plein d'aventure !



BUREAU DES GUIDES

www.guides-chartreuse-gresivaudan.com

Accompagnement en : via ferrata, canyoning, escalade, randonnées en montagne



SORTIE CANYON

www.sortie-canyon.com

06 58 88 46 08

Accompagnement en canyoning, via ferrata, via corda et escalade.

Moniteur diplômé d'état en canyoning et en escalade en milieux naturels.



ESKALEO

06 47 88 55 71

info@eskaleo.fr

www.eskaleo.fr

Moniteur d'escalade, de canyoning et guide de haute montagne. Encadrement en escalade, via-ferrata, canyoning, alpinisme.

FORMAT VERTICAL

06 95 45 32 23

www.la-speleologie.com

A la demi-journée, journée, weekend, séjour ou expé dans les massifs du Vercors, de la Chartreuse, des Bauges du Dévoluy, en France, Italie, Suisse ou beaucoup plus loin, je me ferai un plaisir de vous accompagner dans vos envies en vous proposant des sorties adaptées à votre niveau et vos exigences.





www.speleodentdecrolles.fr

06 15 11 25 00

Moniteur diplômé d'état de spéléologie, Cyrille Mathon vous accompagne au cœur de la Dent de Crolles lors de parcours calibrés.

Parmi, les nombreuses propositions :

- La Boucle dans le Glaz (journée) :

Cette initiation au monde des grottes est à vivre entre amis ou en famille et à offrir aux enfants à partir de 10 ans.

Des galeries vastes et horizontales, des concrétions inattendues et l'histoire incroyable écrite par le travail de l'eau à travers la pierre durant des millions d'années sans passages étroits, ni puits à descendre

Tarif : 55€ / personne (groupe 4 à 6 personnes) matériel fourni

- La Traversée Glaz-Guiers (journée) :

Une expédition souterraine grandiose, pour amateurs de sensations et de paysages à couper le souffle, accessible à partir de 15 ans.

Tarif : 129€ / personne (groupe 4 à 6 personnes) matériel fourni

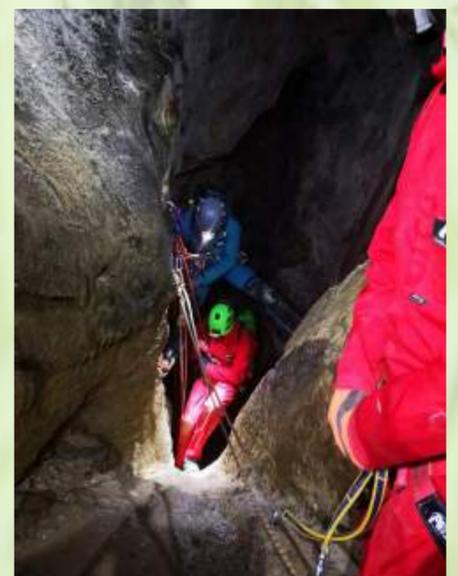
- L'Ultime le Collecteur (journée) :

Un long chemin constitué de grandes galeries et de puits est nécessaire pour atteindre ce bijou minéral et ses vasques d'eaux limpides.

Challenge sportif de 10 à 12h de progression souterraine sur 4km.

Une expédition souterraine rare, exigeante et sublime, demandant une très bonne condition physique, accessible à partir de 15 ans.

Tarif : 199€ / personne (groupe 3 à 4 personnes) matériel fourni



Escalade et via ferrata

SITES D'ESCALADE

Le site du Luisset / St Pancrasse (à 15 mn du cœur du village) :

- site exposé S et SE
- altitude 900m
- les voies faciles sont assez rares, le choix devient important au-delà du 6a.
- la moyenne des voies est de 20 à 25m de hauteur.

Le Rochas blanc au Col du Coq

A 2 mn du parking du Col du Coq (attention site enneigé tardivement)

- site exposé E
- altitude 1430m
- les voies vont de 6m à 40m de hauteur, plus adaptées aux débutants.

Les sites sont équipés par le Groupe Montagnard des Petites Roches.

VIA FERRATA CASCADE DE L'OULE

(ACTUELLEMENT FERMÉE)

Suite à un gros éboulement, toutes les voies de cette via ferrata sont fermées et interdites d'accès.

Le sentier d'accès (Pal de Fer) est lui aussi interdit.

VIA FERRATA DU ROCHER DE L'ENVERS (St Vincent de Mercuze)

(ACTUELLEMENT FERMÉE)

Au départ de la cascade d'Alloix (parking St Vincent de Mercuze 350m), continuer sur 100m. Le départ se trouve alors à gauche, il est matérialisé par une pancarte explicative.

Via ferrata d'initiation, accessible dès l'âge de 10 ans (1m40) avec accompagnement d'une personne expérimentée.

VIA FERRATA DE ROCHE VEYRAND (St Pierre d'Entremont)

Depuis le parking (traverser la rivière "Le Cozon" par le pont et prendre à gauche puis tout de suite le petit chemin qui monte à droite). Il continue majoritairement en forêt en étant bien tracé et bien fléché. Peu après avoir atteint le bas d'une falaise, ne pas rater le chemin (poteau indicateur à l'embranchement) qui redescend de quelques mètres à gauche pour arriver au départ de la 1ère partie.

Via notée AD, dénivelé 160m.

La deuxième partie notée TD est actuellement fermée pour purge.

Ne pas s'engager dans la via ferrata sans l'équipement indispensable.



Equipements sportifs

ACROBUNGY

A St Hilaire

Parc du Pré Lacour (à côté du Kiosque)

Trampolines sécurisés par élastiques pour réaliser des sauts périlleux à plus de 10 mètres de haut !

Du 12 juillet au 24 juillet : à partir de 15h.

Du 25 juillet au 15 août : 11h à 13h - 15h à 19h

Tarif : 6€ le tour ou carte abonnement 6 tours à 30 €



BIKE PARK

A St Hilaire

Parc du Pré Lacour (à côté du Kiosque)

Piste de Pumptrack : petit circuit de bosses en enrobé pouvant accueillir VTT, trottinette, skateboard, roller...

Accès gratuit

PARCOURS SPORTIF

Petit parcours sportif à proximité de la gare haute du funiculaire et du décollage de vol libre, jouxtant le Bike Parc et le Kiosque du Parc du Pré Lacour.

Le parcours propose 8 agrès répartis sur plusieurs plateformes :

- 6 agrès bois : Étirement jambes 3 hauteurs ; Barres fixes 3 hauteurs ; Échelle horizontale ; Espalier 2 hauteurs ; Planche pour flexion jambes et abdominaux ; Poutre mobile.

- 2 agrès acier fitness : Barres à dorsaux et pompes ; Body duo ascenseur cheval PMR, pour une à deux personnes.

Age ou taille : les agrès sont accessibles aux personnes > 1m40. Il convient de respecter les consignes d'utilisation de l'exploitant.



CITY STADE

A St Bernard

à côté de la Mairie

Structure de jeux multi sport extérieur en accès libre pour la pratique du foot, basket, handball, volley, badminton.

Terrain de pétanque sous la Mairie.

Accès gratuit

Rando thématiques et ludiques



PARCOURS D'ORIENTATION

- 1 parcours famille/ludique
- 1 parcours adulte/patrimoine

Accessibles dès cet été au départ de la gare d'arrivée du Funiculaire.

Un parcours adulte dans les Dioux et un parcours famille ludique autour du Funiculaire vous feront découvrir les spécificités du Plateau des Petites Roches.

Topos à récupérer gratuitement au Bureau d'Information Touristique, au Funiculaire ou à la mairie du Plateau des Petites Roches.



ESCAPE GAME CONNECTE

"Grabuge à la bergerie"

Téléchargez l'appli GRAALY et retrouvez les moutons du berger qui se sont échappés.

Lancez l'appli et partez à la découverte des lieux emblématiques du Plateau des Petites Roches. Gratuit.

Infos au Bureau d'Info Touristique



PARCOURS VTT

C'est le moment d'enfourcher les VTT !

Une nouvelle boucle facile dans les Dioux est proposée au départ du Bureau d'Information Touristique en direction des Crêtes. L'itinéraire est idéal pour une famille avec enfants et les panoramas sur Belledonne et le Plateau sont magiques !

Pour les plus aguerris, une boucle intermédiaire est à découvrir au départ des anciens sanatoriums en direction de St-Bernard.



= **Boucle facile/famille**

Boucle intermédiaire =



Sentier de découverte des Egrifolets

Au départ de la place de l'école de St Pancrasse, prendre la direction du site d'escalade. Cette boucle emprunte le circuit du Tour de Pays, d'abord sous la grande haie jusqu'au bout des prairies de Chaumeilles. Le sentier descend vers la falaise de Luisset où se trouve le site d'escalade. A l'entrée du site d'escalade, continuer le chemin en direction du ruisseau de la Pissarote que l'on traverse avant de remonter au village par la Reina.

Tout le long du sentier, des panneaux éducatifs vous apporteront des connaissances sur la flore et le paysage qui vous entoure.

Difficulté: facile. Balisage rouge et blanc.



Sentier Pédagogique de l'Espace Naturel Sensible du col du Coq

Des panneaux pédagogiques y ont été installés au départ du sentier qui vous permet de faire le tour de Pravouta et de redescendre par le sentier de la Dent de Crolles.

Une chasse au trésor, avec plusieurs indices à trouver tout au long du chemin, qui fera la joie des petits et des grands !



Sentiers des Sanas

Un sentier a été créé et balisé par les enfants des écoles du Plateau et l'association « Les Milieux » permettant d'accéder au site des anciens établissements hospitaliers .

Départ du sentier derrière la Poste pour rejoindre le site des Sanatorium (poteaux verts, botaniques et ornithologiques, productions artistiques des enfants dans le sous-bois).

Renseignements au Bureau d'Information Touristique des Petites Roches



EXPLORACIMES **www.exploracimes.fr** **à St Hilaire**

Partez à la découverte de la grimpe dans les arbres avec

Stéphane et passez la nuit dans un hamac !

Les lundis, mercredis et vendredis (du 14 au 23 juillet)
RDV devant le Bureau d'Info Touristique en fin de journée.

06 33 53 03 28 – exploracimes@hotmail.fr



Balade avec les animaux

LA BELLE VERTE
Charlotte Raibon
07 81 43 62 34



BALADES A PONEY

Profitez d'une balade à poney à la sortie du Funiculaire

Tous les jours sauf le jeudi, de 10h30 à 16h30.

Durée : 1/2 heure à 1 heure, de 8€ à 15€

A partir de 4 ans.



AVEC LES ÂNES DE CARAVANE

06.71.09.17.38

du 24 au 31 juillet et du 23 au 29 août

sur réservation

BALADES AVEC L'ÂNE A LA LONGE,

et découverte des moutons race Thônes et Marthod,

(1h - Forfait famille 35€)

Baignade (en vallée)

BASES DE LOISIRS

Base de loisirs de La Terrasse

LA TERRASSE - 04 76 08 28 68

Au cœur d'un site de pleine nature entre la chaîne de Belledonne et le massif de Chartreuse, le lac aux eaux claires et sa plage de sable fin sont ouverts à la baignade pendant la saison estivale. Toute l'année les visiteurs peuvent profiter d'un sous-bois aménagé pour se ressourcer et partager des moments en famille ou entre amis (tennis, barbecue...). Plage aménagée et baignade surveillée.

Activités autorisées pêche, baignade, planche, voile, canotage, bateaux pédaliers. Sur place Elfy Park (06 69 63 41 89). Situé dans la zone de sous-bois, Elfy Park propose animations, jeux et activités pour petits et grands sur la thématique des légendes féériques et elfiques.

Ouvert tous les jours de 11h à 19h.

Base de Loisirs du Bois Français

LE VERSOUD - 04 76 52 75 57

Avec ses 75 hectares de nature en plein coeur du Grésivaudan, la base de loisirs du Bois Français constitue le plus important site naturel périurbain de la région. Selon les saisons, une multitude d'activités sont proposées : sports nautiques, baignade, promenade, aires de jeux... Accès gratuit toute l'année : aires de pique-nique, chemins de promenades VTT et pédestres. Activités payantes : baignade surveillée et plage aménagée, canotage, ski nautique, buvette, restauration rapide.

Ouvert tous les jours de 10h à 20h, pour la restauration et la baignade surveillée. Accès libre toute l'année pour les autres activités.

PLANS D'EAU NON SURVEILLÉS

Les Lômes

PONTCHARRA - 04 76 97 11 65

Espace naturel dédié aux plaisirs nautiques, à la détente et à la pêche. Lieu très prisé pour la course à pied, le VTT, ou la balade..

La Mirande

ALLEVARD-LES-BAINS 04 76 45 10 11 | 04 76 97 50 24

Pêche, randonnées, parcours d'orientation familial permanent, aire de jeux, tables de pique-nique...un lieu pour se ressourcer à l'entrée d'Allevard-les- Bains. Accessible gratuitement toute l'année.

PISCINES COUVERTES

PONTCHARRA : 04 76 04 42 22

CROLLES : 04 76 92 10 56

<https://www.le-gresivaudan.fr/73-piscine.htm>

Producteurs

MIEL DE CHARTREUSE

Thierry LAMBERT – St Bernard

Tel : 06 07 54 30 92

Produits de la ruche. Accueil, vente et dégustation sur place.
Il est préférable de téléphoner au préalable.



BRASSERIE ARTISANALE DE LA DENT DE CROLLES - St Hilaire

06 86 28 06 17

Chalet à 50m de la Mairie

Dégustation sur place et vente à emporter

Ouvert du jeudi au dimanche, après-midi et soirées.

CHEVRERIE "La Ferme des Petites Roches"

06 99 35 32 11

Fabrication et vente de fromage de chèvre :
la Chèvrerie est présente sur le marché de St Hilaire
tous les mercredis après-midi ainsi que sur le
marché du Touvet tous les samedis matin.

Vous retrouverez leurs fromages au Magasin Général.

Traite des chèvres et vente des fromages en direct à la ferme le vendredi (17h-19h)



FERME DE BELLECHAMBRE - Ste Marie du Mont

04 76 08 57 76

Fabrication et vente de fromage de vache.

Fromages blancs et affinés, faisselles, tomme du Bresson, pâte cuite type gruyère, raclette.

Produits fermiers en vente à la ferme tous les jours de 10h à 12h et de 14h à 19h.

SPIRULINE DE CHARTREUSE - Le Touvet

06 59 79 96 33 – 07 81 79 38 10

Production de spiruline 100% française, super-aliment certifié
sans OGM ni pesticides. Venez découvrir en direct à la ferme la
micro-algue bleue-verte, son mode de production local, sa composition,
ses bienfaits, ses modes de consommation et bien plus encore.

Ouvert tous les samedis de 9h30 à 12h30 et le mercredi de 16h à 18h30.

Visite de la ferme tous les jeudis à 16h30.

Gratuit, sur inscription auprès du Bureau d'Information Touristique des Petites Roches.



Artisans

MOHAIR DES PETITES ROCHES

Eric GALAUP – ST HILAIRE

124 route des 3 Villages (à côté du garage Motrio).

06 73 77 69 93 – 06 09 05 32 80

www.mohairdespetitesroches.com

Élevage de chèvres angora et boutique artisanale du mohair.

Vente de laine mohair, tournage sur bois, savon artisanal, objets zéro déchets et produits de la ruche.

Ouvert tous les jours sur simple demande.



Poteries de grès émaillées cuites à 1300°. Les émaux sont réalisés à partir de minéraux broyés ainsi que de cendres de foin et d'argile locale.

Merci de téléphoner pour convenir d'un RV de visite

ATELIER DU ROC D'ARGUILLE

Marie DUCHESNE - St Pancrasse

07 88 04 71 68

BOUTIQUE DU PLATEAU

Gare haute du Funiculaire

06 03 08 57 81 - mk1@club-internet.fr

La Boutique du Plateau regroupe des producteurs, artisans et créateurs : plein d'idées cadeau et des souvenirs pour se faire plaisir ! Miel, création vêtements enfants et adultes, accessoires textiles, sacs à main, bijoux, objets déco, savons naturels, tournage sur bois....

Vous y trouverez également des articles de la Coupe Icare et du Funiculaire.

Ouverte tout l'été, selon les jours d'ouverture du Funiculaire.



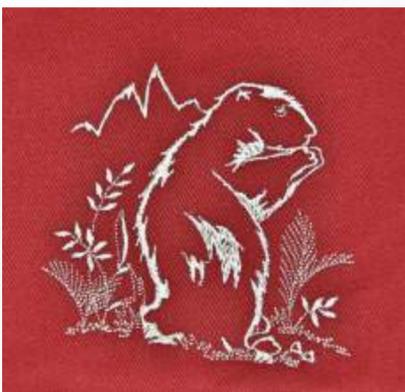
ATELIER DES MARMOTTES

Catherine Ehmig - Ste Marie du Mont

04 76 92 37 76 / 06 72 88 42 66

atelierdesmarmottes@yahoo.fr

www.atelierdesmarmottes.com



L'atelier des marmottes, niché sur les contreforts de la Chartreuse, profite de la quiétude des lieux, propice à la création, avec le mariage des textiles et des broderies.

Confection. Broderie d'art. Retouches.

Dans la tradition des artisans d'antan, l'atelier est à mon domicile.

A l'atelier, vous trouverez des créations uniques et originales, personnalisée par de belles broderies. Trousses, sacs linge de maison, confection sur-mesure (robes, vestes, capes...), costumes traditionnels (confection-restauration, broderie des châles et tabliers).

Bien-être

Centre éco-touristique « L'Évasion Au Naturel », au Col de Marcieu

09 87 88 46 76 - contact@evasionaunaturel.com

www.evasionaunaturel.com/fr

Bains nordiques, sur le toit-terrasse, avec vue panoramique sur Belledonne et Chartreuse !

Ouvert tous les jours, uniquement sur réservation



SOINS DE BIEN ÊTRE REGENERANTS

proposés par Catherine Mathieu Blanchard

Ostéopathe, masseur kinésithérapeute et thérapeute corporelle.

C'est dans le cadre chaleureux de **L'Évasion au Naturel**, que je vous proposerai des soins de massage, des soins de réharmonisation et de revitalisation avec douceur et bienveillance.

Coût : 65€ (1h15 environ de soins)

Soins sur rendez-vous <https://osteopathe-le-touvet.ovh/contact>

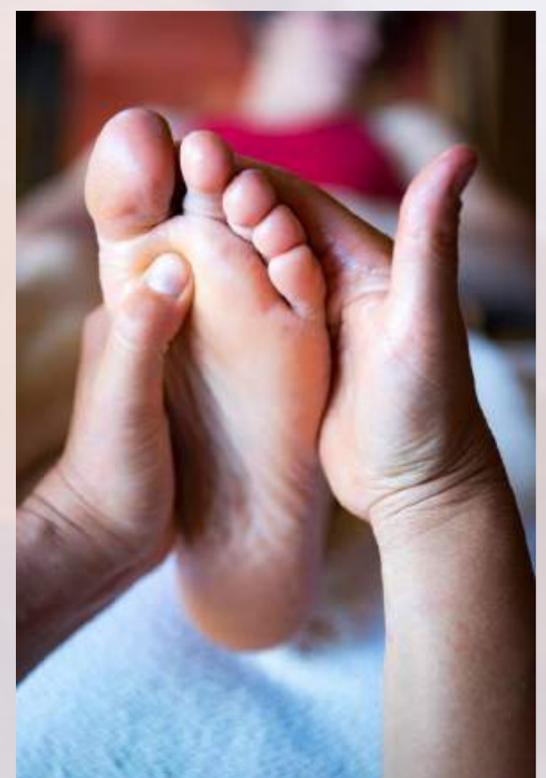


www.reflexologie-alpes.com/

06 33 30 02 69

Pour prendre soin de soi et se maintenir dans un bon état de santé, pensez à la réflexologie plantaire et aux massages bien-être à domicile.

La réflexologie plantaire est un massage spécifique des pieds où le praticien, après avoir procuré une détente générale par quelques manipulations, va stimuler des zones dites "réflexes" pour solliciter le pouvoir naturel d'autoguérison de notre organisme. Elle soulage les maux de tous les jours et elle aide le corps à retrouver son équilibre et sa vitalité naturelle et procure une détente profonde.



L'ART DU BIEN-ÊTRE

06 84 78 64 22

lionel.brun2@wanadoo.fr

Praticien en massage bien-être.

Cabinet - domicile - chez Evasion au Naturel
Détente dans la douceur et l'écoute pour se ressourcer et faire le plein d'énergie.



Membre de la Fédération Française de massage traditionnel de relaxation.



pratiques pour vous accompagner vers un mieux-être physique, émotionnel et mental.

*2 animations "chants vibratoires" proposés cet été, les vendredis 9 juillet et 6 août de 9h à 12h.
Renseignements dans la rubrique Calendrier des animations.*

Sylv'êtré

06 01 97 20 38

www.sylvetre.fr

Sylvothérapie et soins énergétiques

Les bains de forêt sont un outil universel de bien-être accessible à tous.

Cette immersion est une invitation à se relier à soi et à la nature, se ressourcer, s'inspirer, et se régénérer.

Les soins énergétiques sont des soins de l'âme, du corps et de l'esprit pour libérer des profondes blessures lourdes à porter quotidiennement de retrouver la joie intérieure.

Partez à l'aventure, venez vivre une expérience intemporelle de bien-être et de lâcher prise par une marche lente, facile et de pleine présence autour des arbres.



Musées

Fort Barraux

BARRAUX 06 37 63 02 95 | 04 76 97 68 08 www.fort-barraux.fr

Fort-Barraux, créé au XVI^e siècle, constitue l'une des plus anciennes et des plus prestigieuses places défensives des Alpes. Une fortification bastionnée qui se caractérise par sa forme en étoile.

Sentinelle du Grésivaudan, le fort a rempli différentes fonctions au cours de l'histoire : surtout dissuasive, il a servi de garnison ainsi que d'entrepôt pour les armes et les munitions, et a tenu un rôle de prison militaire (1^{ère} Guerre Mondiale) et civile (2^{de} Guerre Mondiale), il devient un centre de séjour surveillé à partir de juillet 1940.

Visites commentées : tous les jours, à 15h.



Jardins et Château du Touvet

LE TOUVET- 04 76 08 42 27 - www.chateaudutouvet.com

Adossé au massif de la Chartreuse, le château du Touvet fascine par la majesté des lieux dominés par les montagnes et par l'omniprésence des eaux parcourant ses magnifiques jardins à la Française. Le château édifié au Moyen-âge, est transformé en château de plaisance au XVIII^{ème} siècle. Habité et conservé par la même famille depuis 500 ans, sa visite permet de remonter le temps, pour retrouver l'ambiance raffinée du siècle des Lumières. Mobiliers, décors et souvenirs historiques de la Monarchie à l'Empire.



La visite des intérieurs du château se prolonge par celle des jardins, animée par le spectacle des eaux vives dans l'escalier d'eau à l'italienne, chef-d'oeuvre de l'art des jardins du XVIII^{ème} siècle.

Ouvert à la visite tous les jours (sauf vendredi et samedi) de 14h à 18h. Visite enchantée pour les 4/8 ans. Plus d'informations sur le site.

Musée de l'ours des cavernes

ENTREMONT LE VIEUX - 04 79 26 29 87

www.musee-ours-cavernes.com

Il y a plus de 25 000 ans en Chartreuse, la grotte de « Balme à Collomb », accueillait d'étranges occupants de la préhistoire... Ursus spelaeus ou les Ours des cavernes.

Le musée est ouvert tous les jours de 10h à 12h30 et de 14h à 18h.

Le musée ne peut accueillir que 20 personnes simultanément.

Pensez à réserver en ligne ou par téléphone.

Transports en commun

Tougo Estibus 305 - Trans'Isère 6550

	6020 (matin)			6020 (midi)				6550		
	LMMJV	S	DF	LMMJV	S	DF		LMMJV	S	DF
MEMORIAL (arrivée 6020)	08:42	08:50	08:50	11:02	10:50	10:30				
Ligne estivale 305	LMMJVSD			LMMJVSD			LMMJVSD			
MEMORIAL	08:55			11:15			15:15			10:22 11:22 09:56
CROIX DES AYES							15:22			
CROLLES MAIRIE							15:24			
LA TERRASSE MAIRIE							15:32			
COL DU COQ (parking bas)	09:20			11:40						
LES MEUNIERES	09:30			11:50						10:37 11:37 10:08
SAINT PANCRASSE MAIRIE	09:32			11:52						10:39 11:39 10:13
LES MARGAINS	09:36			11:56						10:43 11:43 10:13
ECOLE LES GANDINS	09:38			11:58						10:45 11:45 10:15
ECOLE DES GAUDES	09:39			11:59						10:46 11:46 10:17
LES GAUDES (funiculaire)	09:40			12:00						10:46 11:47 10:20
LA CROIX DES EYRAUDS	09:41			12:01						10:47 11:47 10:20
LES VIALS	09:42			12:02						10:47 11:48 10:21
LES MASSARDS	09:43			12:03						10:47 11:48 10:22
LES CHATAINS	09:44			12:04						10:48 11:49 10:23
LE PRAYER	09:45			12:05						10:49 11:50 10:24
LES VIROILLES	09:46			12:06						10:50 11:50 10:25
LES PELLOUX	09:47			12:07			15:47			10:51 11:51 10:26
LA DIAT	09:48			12:08			15:48			10:52 11:53 10:27
LES GUILLOTS	09:49			12:09			15:49			10:53 11:54 10:27
LE TERRAIL	09:50			12:10			15:50			10:54 11:55 10:28
LA BATIE	09:51			12:11			15:51			10:54 11:55 10:28
LE COMBET	09:52			12:12			15:52			10:55 11:56 10:29
HAMEAU ST MICHEL	09:53			12:13			15:53			10:57 11:57 10:31
LOTISSEMENT MARCIEU	09:54			12:14			15:54			10:58 11:58 10:32
COL DE MARCIEU	09:55			12:15			15:55			10:58 11:58 10:32

		LMMJV	S	DF	LMMJV	S	DF	LMMJVS	SDF	LMMJV	
Ligne estivale 305	LMMJVSD		LMMJVSD			LMMJVSD					
COL DE MARCIEU	10:00		14:10			16:00			12:35 17:00 18:15		
LOTISSEMENT MARCIEU	10:01		14:11			16:01			12:35 17:00 18:15		
HAMEAU ST MICHEL	10:02		14:12			16:02			12:36 17:01 18:16		
LE COMBET	10:03		14:13			16:03			12:38 17:03 18:17		
LA BATIE	10:04		14:14			16:04			12:39 17:04 18:18		
LE TERRAIL	10:05		14:15			16:05			12:39 17:05 18:18		
LES GUILLOTS	10:06		14:16			16:06			12:40 17:06 18:19		
LA DIAT	10:07		14:17			16:07			12:41 17:06 18:20		
LES PELLOUX	10:08		14:18			16:08			12:42 17:08 18:21		
LES VIROILLES			14:19			16:09			12:43 17:09 18:22		
LE PRAYER			14:20			16:10			12:44 17:10 18:23		
LES CHATAINS			14:21			16:11			12:45 17:11 18:24		
LES MASSARDS			14:22			16:12			12:46 17:12 18:24		
LES VIALS			14:23			16:13			12:46 17:12 18:25		
LA CROIX DES EYRAUDS			14:24			16:14			12:47 17:13 18:26		
LES GAUDES (funiculaire)			14:25			16:15			12:48 17:14 18:27		
ECOLE DES GAUDES			14:26			16:16			12:50 17:15 18:29		
ECOLE LES GANDINS			14:27			16:17			12:51 17:16 18:30		
LES MARGAINS			14:29			16:19			12:54 17:19 18:33		
SAINT PANCRASSE MAIRIE			14:33			16:23			12:58 17:23 18:36		
LES MEUNIERES			14:35			16:25			13:00 17:25 18:38		
COL DU COQ (parking bas)			14:50			16:40					
LA TERRASSE MAIRIE	10:23										
CROLLES MAIRIE	10:31										
CROIX DES AYES	10:33										
MEMORIAL	10:40		15:10			17:00			13:14 17:41 18:53		
MEMORIAL (départ 6020)			15:20	15:20	16:05	17:06	17:29	17:45			

Commerces et infos pratiques

BOULANGERIE PATISSERIE "Aux délices de St Hilaire"

St Hilaire - 04 76 08 32 42

Pain, pâtisserie, sandwich, pizza, quiche, tacos, boissons...

Du lundi au samedi : de 6h30 à 13h et de 15h30 à 19h30

Dimanche et jours fériés : 6h30 à 12h30



St Hilaire - 04 76 08 31 93

Alimentation, pain, gaz

Du mardi au vendredi : 7h30 à 12h30 et 15h30 à 18h30

Samedi : 8h30 à 12h30 et 15h30 à 18h30

dimanche : 8h à 12h30

MAGASIN GENERAL - Alimentation de qualité

St Bernard - 06 41 43 10 14

Produits bio et locaux - Frais et épicerie

Du mardi au samedi : 9h30 à 12h30 et 15h à 19h



MARCHE HEBDOMADAIRE

St Hilaire - Tous les mercredis

Fruits, légumes, charcuterie, fromage, poissonnier et produits du terroir.

En hiver : sous la halle du marché - 15h à 18h

En été : place de la Fontenette - 15h à 19h

PRESSE - TABAC - SOUVENIRS "Le Disque Bleu"

St Hilaire - 04 76 08 30 31

Lundi au vendredi (fermé le jeudi) de 8h à 12h30 et de 15h30 à 19h30

Samedi de 8h15 à 12h30 et de 15h30 à 19h45

Dimanche de 8h15 à 12h30



Garage du Fourchas - Jean-Paul Roux

St Hilaire - 04 76 08 62 41

Agent Motrio, carburant 24h/24h, gaz, location et réparation auto,

Lavage haute pression et aspirateur en libre-service 7/7. Pression pneu gratuit.

Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 19h.



Taxis des Petites Roches (toutes distances, conv. CPAM)

St Hilaire - 06 28 42 21 76

Services publics et santé

Mairie Plateau des Petites Roches

04 76 08 31 48



LA POSTE

St Hilaire - 04 76 08 31 17

Semaines paires : mardi, mercredi et vendredi
9h-12h et 13h30-16h30 et samedi 9h-12h.

Semaines impaires : lundi, mercredi et vendredi
9h-12h et 13h30-16h30 et mardi 9h-12h.

Distributeur automatique de billets à la Poste (24/24)

Maison des Services Publics

04 76 08 01 08

Photocopies et Fax, accès internet/ordinateurs, titres de transports Tougo, borne EDF
Aide pour vos démarches administratives en ligne
Fermé le mardi et weekend.



Cabinet Médical (St Hilaire) : 04 76 08 30 12

Cabinet infirmier (St Hilaire) : 04 38 72 94 04

Cabinets Kinésithérapie - Ostéopathie :

St Hilaire - 04 76 08 31 41

St Pancrasse - 06 27 37 49 38

PHARMACIE DOURLHIES

St Hilaire - 04 76 08 34 94

Ouvert du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 15h à 19h30



Restaurants

Plateau des Petites Roches



ST PANCRASSE

L'ESTIVE DU HAUT (06-89-11-13-67)

Sur la route du Col du Coq

Tartes et boissons

Ouvert les jours de beau temps !

SOUS LA DENT (04-76-98-70-31)

Bar restaurant – bar à vin – pizzeria

Ouvert du mercredi au dimanche, midi et soir

En soirée, mercredi et jeudi (17h-21h) et vendredi (17h à 23h)

Samedi et dimanche de 11h à 23h

ST HILAIRE



ROUTE 61 (09-53-87-78-05)

Burgers et kebabs maison, frites

Ouvert tous les jours sauf mercredi



BARIBAL CAFE-RESTO (04-76-08-31-57)

Bar – Restaurant (plats fait-maison, produits frais, bio)

Ouvert tous les jours. Dimanche fermeture à 19h30

RESTAURANT LE FUNICULAIRE (06 19 97 08 20)

Café-Restaurant en gare haute

Ouvert tous les jours sauf dimanche soir

(Pensez à réserver !)

LA GRANGE AUX LOUPS (04-76-08-30-84)

Bar - Restauration traditionnelle et montagnarde

Ouvert tous les jours sauf dimanche soir

(Pensez à réserver !)



KIOSQUE SUCRE-SALE

Boissons et glaces artisanales

Ouvert tous les jours de beau temps ! (sauf le lundi)

ST BERNARD

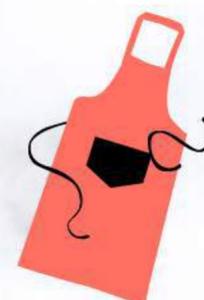
LA RENARDIERE (04-76-08-30-91)

Col de Marcieu

Bar – Restaurant – Salon de thé

Ouvert tous les jours à midi

(Vendredi et samedi soir, sur réservation)



SNACK "LA VIRGULE"

Espace Ludique du col de Marcieu

Crêpes, gaufres, ravioles, panini...

Ouvert tous les jours

LES GRANDS EVENEMENTS DE L'ETE

Marché de l'été - samedi 17 juillet



Marché des artisans et producteurs du territoire

De 14h à 22h30, gare haute du Funiculaire

Concert et feux d'artifice pour clôturer la journée



La récré

des

mômes

JUILLET & AOÛT

L'ÉVÉNEMENT ITINÉRANT POUR LES ENFANTS !

Parc de jeux, activités sportives, ateliers, spectacles...
tout un programme pour les enfants !



29 juillet - Parc du Funiculaire

4 août - Col de Marcieu



de 14h à 17h : jeux, ateliers

à 17h : spectacle



Concerts nature au coucher du soleil

22 juillet

17 août



Et tous les mercredis (dès le 14 juillet) à 10h45



Grabuge à la bergerie

**Escape game connecté
avec l'appli Graaly**



Durant les vacances d'été,
du 3 juillet au 31 août,

Le Bureau d'Information Touristique des Petites Roches
est ouvert

Du LUNDI au VENDREDI
(fermé le mardi)
de 14h à 18h

SAMEDI et DIMANCHE
de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

04 76 08 33 99 - petitesroches@chartreuse-tourisme.com

102 route des Trois Villages - St Hilaire

38660 Plateau des Petites Roches

www.chartreuse-tourisme.com

Facebook : Office de Tourisme des Petites Roches



Retrouvez les acteurs du Plateau des Petites Roches sur l'appli gratuite INTRAMUROS

