

Promenades et randonnées à pied, à cheval, à VTT dans les Vals du Dauphiné

Imaginez des collines et de vastes paysages préservés aux portes de la ville.

Imaginez une campagne colorée : l'ocre des murs en pisé, le roux des imposants toits dauphinois, le vert des innombrables vallons.

Alors laissez-vous tenter par la randonnée dans les Vals du Dauphiné.



Châlier - paysage des Vals du Dauphiné



Randonnée avec jolies dans la vallée de la Bourtre

Les chemins de l'eau

16,1 km

itinéraire	altitudes
LA TOUR DU PIN	320 m
Place Carnot	326 m
le Martinet	335 m
Petite Commune	433 m
Bois de Salérieu	433 m
Croix Droquet	447 m
le Rompay	447 m
le Lais	423 m
la Chapelle de la Tour	437 m
Petite Commune	433 m
le Martinet	335 m
Place Carnot	320 m

départ LA TOUR DU PIN

P Départ du parking de la place Carnot - à 4 m de pied de la gare de la Tour du Pin.

Tous commerces à proximité. Prendre la rue du Lavoir pour rejoindre le petit Martinet. Dès le départ, ne manquez pas de jeter un coup d'œil sur un patrimoine insolite : la succession de « plantoirs » pierres plates qui servaient aux lavandières.



Ochrolepis sauvage

Le chemin de Déodat

11,5 km

itinéraire	altitudes
DOLOMIEU	407 m
la Gymnase	385 m
le Buisson	334 m
Champ Rubin	334 m
Chemin Mulstier	392 m
le Rapioud	400 m
DOLOMIEU	407 m

départ DOLOMIEU

P Départ de la place devant la mairie de Dolomieu. Prendre la direction "le Gymnase".

intérêt

Cette boucle ne présente pas de difficulté majeure. Elle vous emmènera à la découverte de patrimoines variés. Le château de Buffières l'harmonie architecturale de sa façade est remarquable.

Vous rejoindrez ensuite La Tour du Pin en empruntant le même itinéraire que celui de l'aller.

Étangs et marais

26,6 km

itinéraire	altitudes
ST-ANDRÉ LE GAZ	415 m
Bois Chabouat	409 m
le Buisson	334 m
les Vaudrines	380 m
Charpenay	410 m
Laye	387 m
Avolin	387 m
Château de Renodet	389 m
Château de Donat	389 m
les Bruniaux	375 m
Fitilieu	389 m
Château de Donat	389 m
Etang de Refaullie	383 m
Bois Chabouat	409 m
ST-ANDRÉ LE GAZ	415 m

départ ST-ANDRÉ LE GAZ

P Parking le long de la RD 1006. Autre parking devant la gare. Ce circuit démarre rue Pasteur.

variantes

Ce circuit peut aussi débiter à Fitilieu, ou s'écarter à partir du premier passage au château de Donat.

intérêt

Ce grand circuit, bien adapté au VTT, vous conduira aux abords du Lac Saint-Félix, puis près des étangs de l'apon et de Reluville, connus des passionnés de pêche, et enfin l'étang Malsereud, le plus sauvage de tous. Vous suivrez les grands chemins plats des marais de Fitilieu, vous apercevrez en une seule fois des centaines de faisans, et même des faucons de cinq continents si vous décidez de faire une halte au parc zoologique "le Domaine des Fauves" de Fitilieu (les Bruniaux).

recommandations

Les étangs sauvages, comme celui de Malsereud, sont des lieux de reproduction de nombreux oiseaux aquatiques, que notre présence peut effrayer. Merci de respecter la tranquillité du lieu, de ne pas vous approcher des bœufs, surtout au printemps (période de nidification), et de tenir les chiens en laisse.

Saint-André le Gaz est desservi par la SNCF sur les lignes Lyon-Grenoble et Chambéry. www.ter-sncf.com



Saint-Odier de La Tour - Lac Saint-Félix / Les Abrets - vue sur le Bugy

Verou et Massotte

13 km

itinéraire	altitudes
PRESSINS	320 m
les Perrières	316 m
Verou	309 m
la Loue	322 m
les Combes	309 m
Côte de Bievre	250 m
la Bruyère	285 m
le Coufou	285 m
Verou	309 m
les Perrières	316 m
PRESSINS	320 m

départ PRESSINS

P Parking de la mairie. Le départ se fait à 50 m, devant la petite passerelle en bois, que l'on traverse avant de descendre le long du ruisseau, en passant devant le four à pain.

intérêt

Ce circuit fait découvrir le petit plateau de Verou, que se partagent les deux communes de Pressins et Les Abrets. De là-haut (346 m) la vue est superbe et l'ambiance est encore imprégnée du souvenir des vergers et des vignes qui prospéraient il y a quelques décennies. Le décor change radicalement avec la descente dans la vallée de la Bievre, où vous marcherez sur le tracé de l'ancienne voie ferrée Belley-Pressins. De "la Bruyère" à "la Loue", vous suivrez une partie du "Chemin de Saint-Jacques de Compostelle", qui arrive de Suisse via la Savoie.

variantes

Le centre des Abrets étant tout proche (1,3 km), ce circuit peut aisément se parcourir depuis le centre-ville (départ de l'Office de tourisme).



La marigone



La Bâle-Montgasson - oigone

Le Bois de Cessieu

23 km

itinéraire	altitudes
CESSIEU	337 m
la Croix de Pierre	317 m
Champ Robert	485 m
les Communiaux	490 m
Brezet	490 m
l'Enfer	420 m
le Domaine	420 m
N.D. Bonne Condatte	480 m
la Gayet	465 m
Bonnard	425 m
l'Enfer	360 m
le Grand Poste	450 m
le Gorbé	450 m
Rochetoirin	420 m
Lai	420 m
Comu	334 m
Montbertain	452 m
la Croix de Fer	457 m
la Croix de Pierre	317 m
CESSIEU	337 m

départ CESSIEU

P Parking du Champ de Mars et parking du Pré du battoir : tous commerces à proximité. Traverser la route aux faux tricoteurs et monter sur la route de la Croix de Pierre.

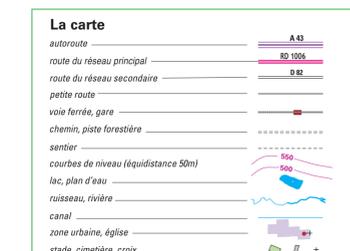
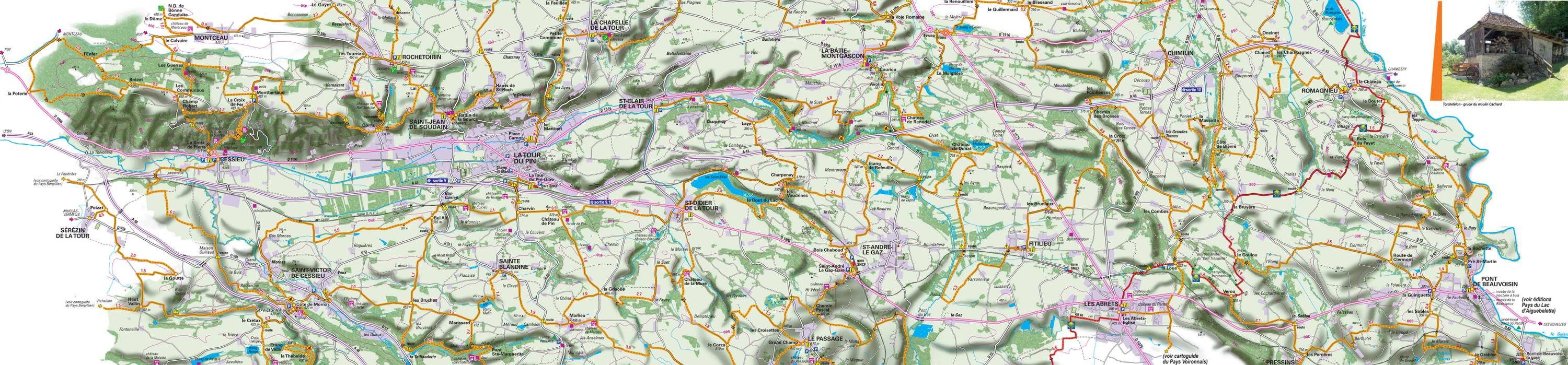
intérêt

Ce circuit ravira les amateurs de dénivelés, en particulier les vététistes confirmés. Parcours très technique. Vous y apprécierez en montée dans un premier temps, les sentiers en sous-bois, les cotreaux bien exposés avec de nombreux points de vue et panoramas sur le Vercors, la Chartreuse ou le Mont Blanc puis les descentes, et les bois dans la descente. La fin du parcours offre aussi de bonnes pentes. Le patrimoine qui jalonne ce circuit est une invitation : vous pourrez y découvrir deux monumentales sculptures contemporaines installées dans le cadre du festival Ronde d'un art du monde ainsi que la chapelle St Joseph en cours de restauration.

recommandations

Attention : le coteau de Cessieu est fréquenté par de nombreux promeneurs à pied. Vététistes, dans les descentes, adaptez vos trajectoires et restez maîtres de votre vitesse.

La commune est desservie par la SNCF sur les lignes Lyon-Grenoble et Chambéry. www.ter-sncf.com



La carte
 autoroute A 43
 route de réseau principal RD 1006
 route de réseau secondaire D 82
 voie ferrée, gare
 chemin, piste forestière
 sentier
 courbes de niveau (équidistance 50m)
 lac, plan d'eau
 ruisseau, rivière
 canal
 zone urbaine, église
 stade, cimetière, croix



Torchelion - gron du moulin Cachard

Le Conseil Général de l'Isère et les Communautés de communes de la Vallée de l'Hien, des Vallons de la Tour, de Bourbre - Tisserands et des Vallons de Guiers mettent à votre disposition 500 kilomètres de circuits de randonnée dans les Vals du Dauphiné.

LES VALS DU DAUPHINÉ

IGN INSTITUT NATIONAL DE L'INFORMATION GÉOGRAPHIQUE ET FORESTIÈRE

Maison du Tourisme Les Vallons du Guiers
 1, rue Gambetta - 38480 Pont-de-Beauvoisin
 04 78 23 74 74
 tourisme@cc-vallonsduguiers.fr

Office de Tourisme Bourbre Tisserands
 Place Eloi Cuchet - 38490 Les Abrets
 04 78 23 12 41
 tourisme@bourbretisserands.fr

Point Tourisme (période estivale) - 38730 Virieu
 04 74 88 35 05

Office de Tourisme La Tour-du-Pin
 Les Halles - 4 Place Antonin Dubost - 38110 La Tour-du-Pin
 04 78 97 14 97
 tourisme@latourdupin.fr

www.tourisme-valsduDauphiné.fr

Les Vallons du Guiers
 Boivre-Tisserands
 Rhône-Alpes

4^{ème} ÉDITION
VALS DAUPHINÉ
PROMENADES ET RANDONNÉES

PRIX DE VENTE : 5 €

Horaires sur : www.ter-sncf.com

LES VALS DU DAUPHINÉ À PIED, À CHEVAL, À VTT

Isère CONSEIL GÉNÉRAL