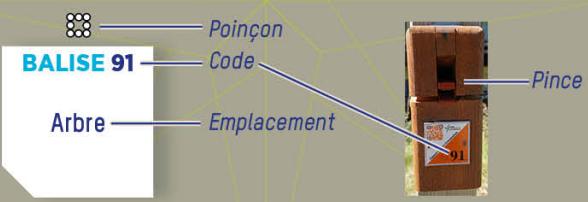


DÉCOUVREZ LE PARCOURS PROPOSÉ PAR LE GRÉSIVAUDAN

COMMENT ÇA MARCHE ?

- 1- Orienter la carte et repérer le départ.
 - 2- Choisir un itinéraire pour aller du départ à la balise 1.
- 
- 3- Utiliser la pince pour poinçonner.
 - 4- Continuer vers les balises suivantes en respectant l'ordre.

Bonne découverte !

Office de Tourisme Prapoutel - Les 7 Laux
www.les7laux.com

LES ESPACES LOISIRS ORIENTATION EN ISÈRE



Toutes les activités outdoor de l'Isère
sont accessibles depuis **ISÈRE OUTDOOR**

Application mobile téléchargeable sur



PLUS D'INFOS SUR LA COURSE D'ORIENTATION EN ISÈRE, SUR LE SITE :
COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE COURSE D'ORIENTATION www.cdc38.fr

**CDCO
38**

**Course
Orientation
L'Isère
Alpes**

PARCOURS PERMANENT BOUCLE DU GROS CAILLOU PRAPOUTEL - LES 7 LAUX PARCOURS RANDO-TRAIL

NIVEAU EN ORIENTATION : FACILE | NIVEAU PHYSIQUE : MOYEN

ACCÈS : AVRIL À NOVEMBRE

DISTANCE : 7 KM | DÉNIVELÉ + : 330 M | DURÉE : 1H15 À 2H | 10 BALISES

POINT DE DÉPART DU PARCOURS : BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE

RECOMMANDATIONS

Il est de la responsabilité de tout pratiquant d'estimer ses capacités à pouvoir pratiquer la course d'orientation sur cet espace.

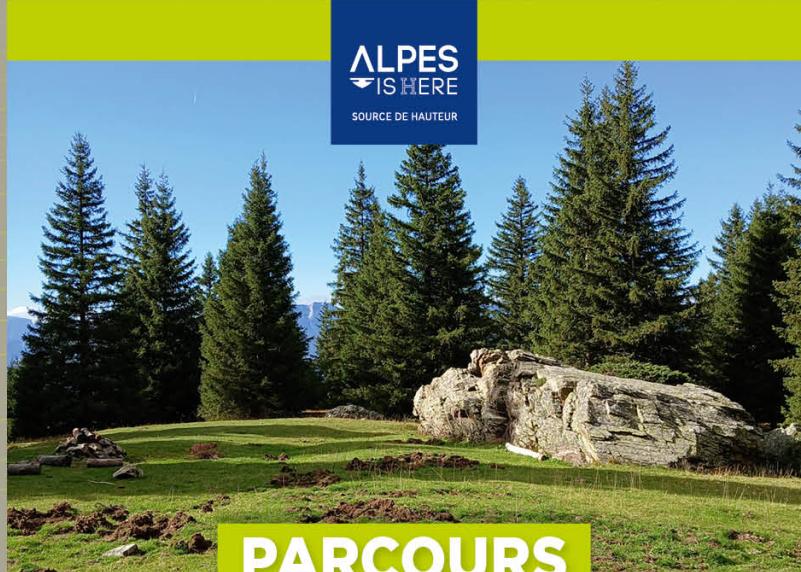
- Soyez vigilant à l'approche des troupeaux et refermez les barrières.
- Ramassez vos déchets, ne laissez rien sur site.
- Des vététistes utilisent aussi les chemins, merci d'être vigilant et de partager l'espace.

■ **SECOURS** : En cas de danger, **appelez le 112** et donnez la position exacte de l'accidenté.



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

ALPES
IS HERE
SOURCE DE HAUTEUR



PARCOURS D'ORIENTATION PERMANENT RANDO-TRAIL

**BOUCLE DU
GROS CAILLOU**

isère
LE DÉPARTEMENT

Le GRÉSIVAUDAN
communauté de communes

**Office de
Tourisme
Belledonne
Chartreuse**

PRAPOUTEL - LES 7 LAUX

BOUCLE DU GROS CAILLOU



PARCOURS RANDO-TRAIL

Niveau en orientation : facile Niveau physique : moyen

Distance : 7,5 km | Durée : 1 h 15 à 2 h

Dénivelé + : 330 m | 10 balises

Pensez à vérifier vos pictogrammes

Départ : Bureau d'Information Touristique
 Balise

Panneau

1

BALISE 91

2

Départ Sentier

3

BALISE 93

4

Limite de végétation

5

Petite colline

6

BALISE 96

7

Rocher

8

Départ sentier

9

Bosquet

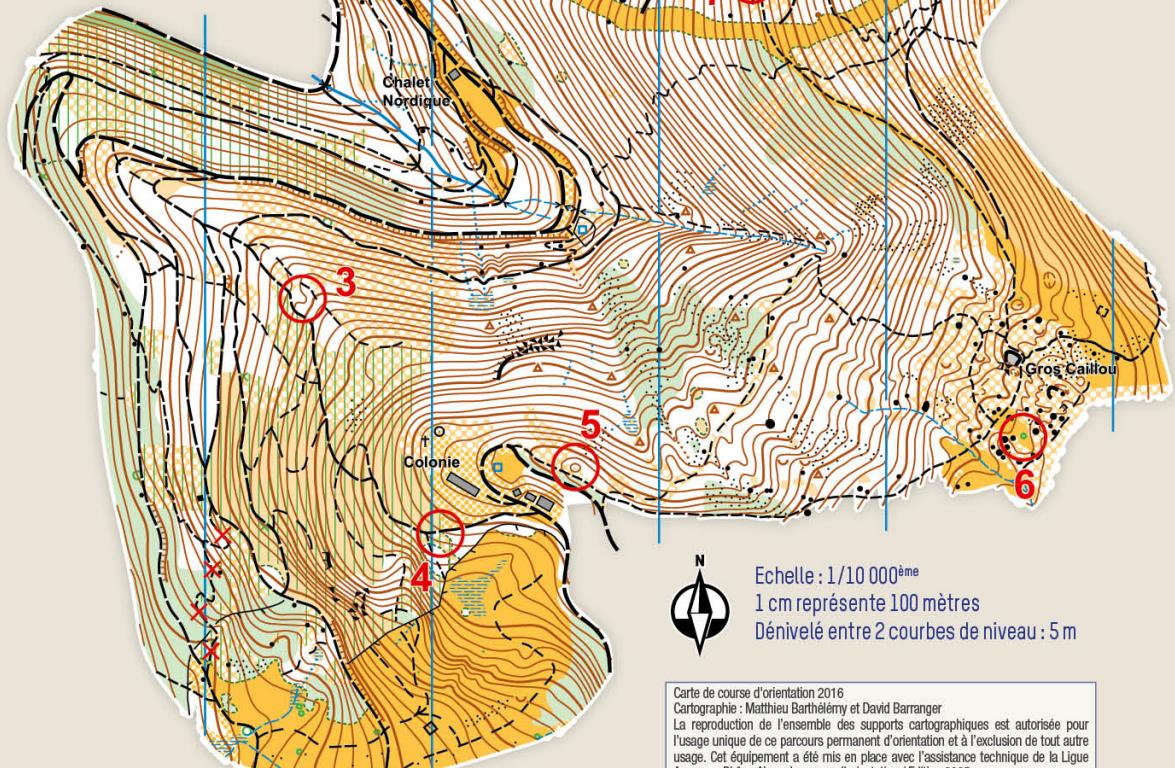
10

Coude sentier

BALISE 100

LÉGENDE

- Bâtiment
- Route
- Chemin
- - Sentier
- Remontée mécanique
- Clôture
- Prairie
- Arbre isolé ou particulier
- Forêt, traversée facile
- Forêt, traversée ralenti
- Forêt en régénération
- Courbe de niveau
- Fossé
- Rocher
- Ruisseau
- Réservoir



Carte de course d'orientation 2016

Cartographie : Matthieu Barthélémy et David Barranger

La reproduction de l'ensemble des supports cartographiques est autorisée pour l'usage unique de ce parcours permanent d'orientation et à l'exclusion de tout autre usage. Cet équipement a été mis en place avec l'assistance technique de la Ligue Auvergne Rhône Alpes de course d'orientation / Edition 2025