

Massif Proposé par :	N	Type	Itinéraires succincts – Altitudes – Points Hauts	N° cartes Plis Points GPS	Dénivelée	Départs, et Ar. si traversée
Belledonne RG 2008	1	AR AR AR	G1 : Col de la Mine de Fer (2400) : Partir Sud sur le sentier balisé direction Lac de Crop, Habert de Crop, Deuxième Habert de Crop, Lac de Crop. Poursuivre Sud, Grande Draye de Crop et Col de la mine de Fer. G2 : Lac Bleu (2040) : Idem G1 jusque vers 2100 m, dans la montée de la Draye de Crop, suivre une petite sente sur la gauche dans le pierrier elle traverse le ruisseau puis serpente dans la prairie pour rejoindre le Petit Lac Bleu. G3 : Lac de Crop (1919) : Idem G1 jusqu'au Lac de Crop. Relais radio : Aulp du Seuil, Dent d'Ours ou La Belle Etoile	3335 ET B/1 735040 5012500	G1 ± 1100 G2 ± 740 G3 ± 620	Pont de la Betta, parking du bas (1300) 90 km
Belledonne JCR 2013	2	AR AR AR	G1 : Lacs du Domènon (2385) : Du parking prendre Sud dir Pré Raymond. Vers altitude 1510 continuer Sud jusqu'au Lac du Crozet, GR 738, Vallon du Mercier, Col de la Pra (2167). Au col prendre NE vers pc 2213 (rive droite du ruisseau du Domènon), succession de chaos rocheux et de pierriers (marques blanches) jusqu'au lac du Petit Domènon. Continuer jusqu'au lac du Grand Domènon. A quelques minutes, au Nord, un petit promontoire à 2420 m offre un joli point de vue (D+/-35 m). G2 : Col de la Pra (2167) : Montée identique au G1 jusqu'au Col de la Pra. Option : descendre Sud au refuge de la Pra (2109m). AR env. 20mn G3 : Lac du Crozet (1974) : Montée identique au G1 jusqu'au Col de la Pra Relais radio : Aup du Seuil, Pic de Belle Etoile ou La Sure (Vercors Nord)	3335 OT B/8-9 728,800 5007,800	G1 ± 1020 G2 ± 800 G3 ± 600	Parking Pré Raymond (1372) 62 km
Belledonne RG Fait le : 12 juin 2018	3	½ C ½ C C	G1 : Au-dessus de la stèle York Mallory (2200) : Par GR549, les Roncières, après ruisseau Bruyant, sentier à droite, suivre balisage jusqu'à la stèle et poursuivre sur sentier au N/O. Replat vers 2200 G2 : Stèle York Mallory (2000) : Même itinéraire que G1 Retour idem pour les 2 G. : Redescendre jusqu'au sentier à la cote 1791 puis partir au Nord pour rejoindre, hors sentier, le GR549 descendant du pas de la Coche, le suivre pour revenir au parking. G3 : Cabane de la Pessée (1750) : Idem G1 jusque vers 1700 m (sortie de la forêt), puis hors sentier, partir plein Nord traverser le ru. de la Gde. Montagne suivre en suite la sente partant Ouest pour arriver à la Cabane. Retour : Partir N/E, toujours hors sentier, suivre les sentes en contournant la forêt part l'Ouest, Pra Vert, la Suif et rejoindre le GR549, le suivre à droite. Relais radio : Taillefer, Sept Laux ou Galibier	3335 ET D/2 267800 5009970	G1 ± 1050 G2 ± 850 G2 ± 600	Le Rivier d'Allemont (1276) 137 km
Oisans Valbonnais RG 2010	4	C AR AR	G1 : Col du Paletas (2258) : Partir Nord, cascade de Confolens, après Confolens, prendre à droite vers cabane de la Selle. A la cabane, poursuivre au Nord pour atteindre le Col. Descente à l'Ouest, le vallon, puis vers 1667 suivre le sentier de gauche qui ramène vers Confolens le Haut puis le parking. G2 : Cabane de la Selle (1980) : Idem G1 jusqu'à la cabane. G3 : Le Touret (1574) : Du parking, suivre la route au N/E, tourner à droite puis tout de suite à gauche, à Fenestrelle c'est le début du sentier. Il part à l'Est puis au N/E. A l'intersection après la Salce, bifurquer à gauche. Arriver sur la crête 1540, suivre le sentier à gauche (S/O) il mène au Touret. Relais radio : Obiou ou Taillefer	3336 OT E/1 G1 et G2 736298 4980664 G3 734631 4980154	G1 ± 1150 G2 ± 850 G3 ± 680	Le Périer G1 et G2 La Salsette (1130) G3 Le village (900) 120 km
Oisans Valgaudemar FF Fait le : 25 sep. 07 (2G)	5	C AR C	G1 : Lacs et Col de Pétarel (2435) : Par le GR de pays, les lacs, lacs de Sebeyras, le Clos de Pian, col de Pétarel, Descente : au S/E, Echarasson et sentier en rive gauche du torrent de la Charanlie, Côte de devant, Fourronnière, Pont des Oules et parking. G2 : Lacs de Pétarel (2100) : Par GR de pays G3 : Lac Lauzon (2018) et Lac Bleu (2168) : Du parking, partir Nord puis suivre à gauche le sentier menant au Lac Lauzon. Poursuivre au Nord et prendre à gauche le sentier passant au lac Bleu, il descend en suite à l'Est et rejoint le sentier montant au refuge du Pigeonnier, le suivre à droite pour revenir au parking. Relais radio : l'Obiou, Graouvous trouverez des bornes électriques si.besoin).	G1 et G2 3437 OT A/3 278236 4965687 G3 3436 ET I/1 285108 4968954	G1 ± 1180 G2 ± 840 G3 ± 600	G1 et G2 Parking des Portes (1269) G3 : Hôtel Goberney (1640) 180 km
Oisans Valbonnais RGa Fait le : 01 oct. 2019	6	A/R C A/R	G1 : Lac Labarre (2393) : GR54 Nord puis Ouest, cote 1466, cabane de Combe Guyon. Suivre plein Nord, le sentier menant au lac par Combe Guyon. G2 : Cabane de Combe Guyon (1965) : Par la route, revenir et passer le Pont du Moulin, puis sentier plein Nord passant aux cotes 1290, 1485 et 1893. G3 : Cabane de Combe Guyon (1965) : Même itinéraire que le G1 jusqu'à la Cabane Combe Guyon. Retour (les 3 G) : Par le GR54, descendant rive droite du ruisseau de la Fayolle, puis rive gauche, Valsenestre. Relais radio : Obiou, Pic de Bure, les Rouies	3336 ET G/2 267500 4976950	G1 ± 1130 G2 ± 790 G3 ± 680	Valsenestre (1294) 155 km

Massif Proposé par :	N	Type	Itinéraires succincts – Altitudes – Points Hauts	N° cartes Plis Points GPS	Dénivelée	Départs, et Ar. si traversée
Oisans Valgaudemar RGa. INÉDITE	7	½ C ½ C AR	G1 : Col des Clochettes (2183) : Par le GR54, pcs. 1377, 1519, 1756, refuge des Souffles (1968), col des Clochettes. Retour : Plein Sud par cabane du Lautier, le sentier rejoint ensuite celui de montée au Pas de Galiane et retour au parking. G2 : Refuge des souffles (1968) : Idem G1 Retour : Plein Sud par Bonne Draye, Cabane du Lautier puis Idem G1 G3 : Cabane du Sellar (1600) : Prendre Sud, traverser la Séveraisse, le canal des Herbeys, puis à gauche et après le pont sur le torr. Prentiq, à droite pour rejoindre le GRP du Tour du Vieux Chaillol, Chalets de Prentiq et du Sellar. Relais radio : Les Rouies, Pointe de Verdonne	3336 ET J/3-4 274300 4967600	G1 ± 1150 G2 ± 925 G3 ± 650	G1 et G2 Villard-Loubière (1030) G3 St Maurice en Valgodemard Pont du Roux (950) 154 km
Oisans Vénéon Rochail FF 2012	8	AR C C	G1: Lac des Bèches (2400) : Le Clot d'Outre 1345 (Champhorent) par passerelle 1345 le Souchey, passerelle 1694, refuge de Lavey, Plan de la Lavey pc 1984, lac de la Lavey. En aller-retour G2 : Circuit sur le Miroir des Fétoules (1848) : Les Granges 1350 passerelles 1278, rives vers le nord pc 1202 passerelle 1185 plan du lac, traverser la RN et direction le Puy 1567, le Miroir des Fétoules 1848, la Croix du Batie, le Pont du Diable et le parking G3: Refuge de l'Alpe du Pin (1805) : Le Clot 1345, (Champhorent) le Clot d'Outre passerelle 1639, Refuge de l'Alpe du Pin Retour : Par le nord, cascade de la Froide Pisse, passerelle 1278, le Clot d'Outre par les berges et parking Relais Radio: Dent de l'Ours, 7 Laux	3336 ET E/4 278440 4980033	G1 ± 1150 G2 ± 700 G3 ± 600	St Christophe en Oisans G1 et G3 le Clot (1345) sous Champhorent G2 : Les Granges (1350) 136 km
Sept Laux FF	9	C C AR	G1 : Chalet du Vay (2013) : partir Sud, le Plan poursuivre vers le refuge de Oule jusqu'aux environs 1570m et prendre petit sentier qui part à gauche (Est) Retour : Partir Nord, l'Aup, Bernard et rejoindre la Bourgeat Noire et le parking G2 : Croix et lac du Léat (1825) : départ idem G1 jusqu'au pied du refuge de Oule, puis suivre à droite Ouest vers la Croix du Léat Retour : descendre sur le lac et rejoindre le sentier qui redescend sur le pkg G3 : Lac du Léat (1719) : par la cabane du Bout et le sapin d'Henry IV Relais radio : Aulp du Seuil, Belle Etoile, ou Super Collet	3433OT J/2 274354 5024232	G1 ± 950 11 km G2 ± 790 G3 ± 640G	Gleyzin Parking de la Bourgeat Noire (1092) 110 km
Sept Laux RGa Fait le : 18 sept. 12 (2G)	10	AR AR AR	G1 : Cime du Sambuis (2727) : Du col, partir à Ouest sur sentier balisé lac de la Croix. Vers la cote 2042, tourner au Nord, traverser le torrent (passerelle), puis sentier au N/O. Vers 2280 m plein Nord, passer proche d'un petit lac et poursuivre sur la crête. Le sentier contourne la cime par le Sud. G2 : Col de la Croix (2529) : Même itinéraire G1 jusqu'à vers la cote 2042, Plan des trois Eaux, lac et col de la Croix. G3 : Lac sous le Sambuis (2450) : Idem G1 jusqu'au lac Relais radio : Belle Etoile, Cime Caron ou Pic du Lac Blanc	3335 ET B/4 278320 5013460	G1 ± 900 G2 ± 700 G3 ± 550	Col du Glandon (1924) 132 km
Taillefer RG 2006	11	AR AR C	G1 : Grand Galbert (2561) : Par les Chalets de la Barrière, puis hors balisage suivre un petit sentier au N/E, Beauregard, Col du Treuil, Cime Chalvine. Au retour, possibilité de passer à la Pointe de l'Aiguille. G2 : Col de L'Aiguille (2293) : Idem G1 jusqu'au Col du Treuil, puis Col de l'Aiguille. Au retour, possibilité de passer à la Pointe de l'Aiguille. G3 : Lac Fourchu (2068) : Par les Chalets du Poursollet et le GR 50, Pas des Envieux, la Valette, Chalets de la Barrière. Relais radio : Taillefer, Belle Etoile ou Pic du lac Blanc	3335 OT D/8 728230 4999290	G1 ± 950 15 km G2 ± 700 12 km G3 ± 550	Lac du Poursollet (1650) 85 km
Taillefer PH 1985	12	½ C ½ C AR	G1 : Lac Fourchu (2075) : Par le GR 50 et le refuge du Taillefer, Pas de l'Envieux. Quitter le GR, suivre le sentier Ouest, après la Valette vers 1960 m, prendre le petit sentier plein Sud, lac Canard et contournement du lac Fourchu par Ouest et rejoindre le GR50. Le suivre à gauche, après le lac Noir le quitter à nouveau pour passer vers la Bergerie de la Jasse, le sentier revient sur le GR 50 et retour au parking G2 : Lac Fourchu (2075) : Par le GR 50 que l'on quitte vers 1500 m pour suivre à gauche le sentier passant par la Bergerie de la Jasse, Pas de l'Envieux. Au col suivre plein Est le sentier contournant le lac par l'Ouest et qui revient sur le GR 50. Retour : A partir de l'intersection avec le GR 50 Idem G1 G3 : Bergerie de la Jasse (1950) : Idem G2 jusqu'à la Bergerie et retour. Relais Radio : Taillefer, Belle Etoile et Pic Blanc	3335 OT D/10 734250 4993040	G1 ± 900 G2 ± 850 G3 ± 700	Ornon La Grenonière (1290) 100 km